





グルメ・かる・トントン ニュース

3月号

今年の冬は特別に長く感じました。でも、春の来ない冬は無い！太陽の光は日に日に春のパワーを感じさせてくれます。多くの中頓の先輩諸氏に「この季節があるから中頓別から離れる気がしない」と言わせしめる山菜のシーズンももう間もなく♪ 厚い雪の下では生命の芽吹き準備が始まっていることでしょう。栄養満点のトントン・ランチで体調を整えておきましょうね！

3月のトントン・カレンダー(昼食献立予定表)

日曜日	火曜日	金曜日
		2 山菜ちらし寿司 あさりの味噌汁
4 美味しい物の好きな熊さんの ちらし寿司(薪運び作業日)	6 名寄・日進から おるとさん参上!!	9 トンカツと 人参のシリシリ
11 みそおでんと しいたけシューマイ	13 ミ樹シェフの ミステリー・クック(洋食?)	16 大変申し訳ありません!! 臨時休業です(黄金湯は営業)
18 豊富町・ゆみかシェフの 本場仕込み・水餃子!	20 精進揚げ(野菜の天ぷら) わかめの酢の物とぼたもち	23 白身魚の甘酢炒めと 五目おから
25 バカボン・シェフスの ありがとう・高橋豆腐天国!!	27 蒸し鶏の甘味噌だれと たっぷりグリーンサラダ	30 煮魚(黒かれい?)と ほうれん草の卵とじ

6日(火)はおるとさんのワンドイ・ランチ♪ (ご予約はお早めをお願いしま〜す!!)

2ヶ月ぶりのおるとさん、今月のメニューは、白いカレーパンにパスタ添え、そしてスープです!! まだまだ道路のコンディションも良くない名寄から100キロの雪道を駆けつけてくださいます。いつものお願いで恐縮ですが〜 日程が迫っていますのでご予約はどうぞお早めをお願いします!!!

4日(日)は美味しいものの好きなくまさんのワンドイ。そして薪運びの日で〜す!

この日のメニューは、くまさんのちらし寿司とミートボール、それに手作りの桜餅です。薪運び作業の日ですのでボランティアさんにはこのお昼ごはんを召し上がって頂きま〜す。ボランティアさん以外のお客様、なるべくご予約を頂けると大変有難いです。どうぞご協力をお願い致します。

18日(日)もしかしたらゆみかシェフと一緒にヨカの「まなみん」!?

豊富にとどまらず道北を中心にあちこちで楽しいヨカの時間を提供してくださっている「まなみん」が、ゆみかシェフの水餃子と黄金湯のお湯につられて(?) 一緒にいらっしゃるかもしれません。来てくれたらうれしいな! リラックスタイムをお願いしようかな? と企んでいます。そうそう。18日はお話の会の予定もあります。こちらは詳しくは黄金湯通信の記事を参照ください。どうぞお楽しみに!!



お問い合わせ先 → TEL: 01634-6-2300 住所: 中頓別町字中頓別60-1
ホームページ: koganeyu-nakaton.com もしくは「トントン」「中頓別」で検索