



トントンのニュース

3月号

どんなに冬が長く感じてみても必ず春がやって来るように、この新型コロナウイルスの感染拡大も必ず収束に向かう時がやってきます。日ごとに力を増す春の光に「もう少し、もう少しの辛抱だよ!」ってキラキラ励まされているようです。季節の変わり目は感染症に限らず体調管理が大切な。地元の食材を使った栄養バランス満点のトントン・ランチで体調を整えて過ごしましょうね!

3月のトントン・こどもトントン・カレンダー(昼食献立予定表)

日曜日(11:00~)	火曜日(11:00~, 16:00~)	金曜日(11:00~, 16:00~)
1 ズビエ料理 鹿バラ肉の煮込み	3 山菜ちらし寿司と 貝のお吸い物	6 越冬ポテトのサラダと 越冬キャベツのメンチカツ!
8 比布町から~手打ちそばの めぐみ庵!!再登場	10 久々の三樹シェフ登場! ミステリー・クック!?	13 木パール・カレーと 人参のシリシリ
15 ダリン・シェフの チリコンカーン	17 煮魚(多分にしん?)と ほうれん草の卵とじ	20 精進揚げの天丼と わかめの酢の物
22 蒸し鶏の甘味噌だれと 根菜の白和えサラダ	24 白身魚のフライと 切り干し大根の煮物	27 鶏の手羽先煮込みと シーチキン・サラダ
29 山菜おこわと さつまいもの天ぷら!!	31 海鮮スパゲッティと たっぷりグリーンサラダ	 

8日(日)は再来“めぐみ庵”の手打ち蕎麦で「年越し」ならぬ「年度越し」そば!!!

昨年の12月8日(日)には、遠く比布町から(というかご自宅は旭川市なのだそうです)駆け付けてくださった、蕎麦打ち有段者のめぐみ庵さん。あの日から丁度3か月後の今日8日に、またまた美味しいお蕎麦をご提供くださいます。昨年のワンデイでは瞬く間に用意したお蕎麦が売り切れました。この度もすでに数名の方からご予約を承っています!! ご予約はどうぞお早目に~!

15日(日)ダリン・シェフの中頓別産の豆料理! 定番・チリコンカーン!!!

ダリンさんのやさしい味のチリコンカーン。中頓別産の豆や玉ねぎをたっぷり使う健康的な料理です。「若い人の食べ物でしょ?」と敬遠されていらっしゃる方がいたら、是非一度お試しください!!

10日(火)久しぶり~!三樹シェフ! メニューは未定...お問い合わせしてみてください...

まだメニューが決まっていますが、来ることだけは決めているようです。黄金湯8周年のお餅つきからちょうど4ヶ月ぶりの中頓別!! 本人、とても楽しみにしています。

今日でこどもトントンは終了します。1年間、ご利用・ご協力ありがとうございました!



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