



ちょっとお節介な
お弁当屋さん

宅配 COOK 123 新聞 月刊

2024年8月号

本部

宅配クック123はお盆期間中も営業しています。(お正月三が日を除き年中無休)
いつも利用しているお弁当屋さんがお盆休みになってしまう・・・、家族が出かけるので食事を作る人がいない・・・など、食事にお困りの方がいらっしゃいましたら、是非宅配クック123のお弁当をご利用ください。
宅配クック123は1日だけ、週に1回だけのご利用も喜んで承ります。前日17時までに担当店舗まで注文のご連絡をいただければ対応いたします。面倒な手続きや契約なども不要です。
担当店舗がわからない場合は、お客様相談室フリーダイヤル(0120-288-120)までお問い合わせ下さい。



8月4日は「栄養の日」



「栄養の日」は、私たちが普段何気なく摂取している食事の大切さを再認識する絶好の機会です。語呂合わせで「8月4日」と定められたこの「栄養の日」は、栄養を学び、体感することをコンセプトに、日本栄養士会によって制定された日で、毎年テーマが掲げられています。今年のテーマは「口と栄養の“おいしい”関係」。健康寿命延伸のためには栄養と同じく口腔も大事とされています。この機会に、普段の食生活やお口の健康について考えてみてはいかがでしょうか？



想いの詰まった一品をお届け



「栄養の日(8月4日)」の昼食には、龍谷大学で栄養学を学ぶ学生さんと津山市が共同開発したレシピを元に、宅配クック123のご利用者様向けにアレンジした「おからサラダ」が提供されます。ご高齢者が食べやすいように・たんぱく質が摂れるようにと、試行錯誤を重ねたこのお惣菜は、学生さんたちの健康寿命延伸への想いの詰まった一品となっています。



おからはたんぱく質だけではなく、腸内環境を改善する食物繊維も豊富に含まれています！

8月 お知らせ

ご馳走の日のお食事 8月20日(火)昼食 「沖縄まーさん弁当」

8月のご馳走の日は、沖縄を感じて、味わってほしい！という想いで「沖縄まーさん弁当」をご用意しました。『まーさん』とは、沖縄の方言で『美味しい』という意味で、沖縄の郷土料理「麩チャンプルー」を中心に、沖縄らし

さを感じる副菜を添えています。全国の方々に、沖縄が誇る郷土料理の数々を美味しく召し上がっていただけますと幸いです。

