



夏のおすすめメニューをご紹介します♪

8/17(月) あじわいコース

【豚バラの青じそ炒め】あじわい専用メニューです。青じその清涼感ある風味がお楽しみいただける一品です。



8/17(月) いろどり8品コース

【豚と野菜のバーベキュー炒め】夏にぴったりのスタミナメニューです！



8/17(月) おかず(小)コース

【白身フライのポテトとコーンのタルタルソースがけ】

ポテトとコーンを使用したソースはボリューム満点で食感が楽しめます！



8/18(火) やわらかコース

【サバの塩焼き】

脂がのったサバをシンプルに塩焼きにしました！



8/20(木) おかずコース

【トンテキ風】

豚ロースを、にんにくとバターの風味をきかせて、トンテキ風に仕上げました！



8/20(木) お弁当コース

【鶏のレモンソースがけ】

玉ねぎ入りのレモンソースをかけました。野沢菜ちりめんご飯もお楽しみください♪



8/20(木) カロリーサポートコース

新メニュー！

【あじたたきフライ】

あじを粗めに刻み、ねぎ、しょうが、大葉の薬味を加え、フライにしました♪



8/21(金) 食べごたえ4品コース

【シーフードカレー】

あさりの旨味たっぷりのシーフードカレーに、野菜とエビのフリッターをのせました♪



★8月10日(月)11日(火)12日(水)は休業します★

『コープの夕食宅配』は、誠に勝手ながらお休みをいただきます。ご理解とご協力をお願い申し上げます。

8月10日(月)	8月11日(火)	8月12日(水)	8月13日(木)	8月14日(金)
休み	休み	休み	お届け	お届け



ランチは、もうお召し上がりになられましたか？

8/17～21のランチのメニューをご紹介します！ぜひお試しください。
(※都合によりメニューを変更させていただくことがあります。)



8/17(月) アジのおろしあんがけ



- ・白菜キムチ風
- ・ひき肉じゃが

8/18(火) 豚とキャベツのごまだれがけ



- ・豆腐とひじきのサラダ
- ・竹輪のカルマヨネズ和え

8/19(水) タンドリーチキン風



- ・春雨のマヨネーズサラダ
- ・さつまいものミートソースがけ

8/20(木) 牛のトマトソース仕立て



- ・小松菜と人参の胡麻味噌和え
- ・柚子胡椒豆腐

8/21(金) オムレツの肉味噌がけ



- ・切干大根のマヨネーズポン酢和え
- ・キャベツのたらこバター風味炒め

嬉しいご意見もいただいています。ありがとうございます♪



※都合によりメニューを変更させていただくことがあります。

日替ランチメニューや特別企画の食材も頼めるのがいいですね。スーパーに買いに行かなくても、便利でお手頃価格です。川柳コーナーも老若男女がいらして面白いです。 東大阪市 70才 男性

* 川柳コーナー

7月号で募集した『夏』がテーマの川柳を、たくさんのご応募の中からいくつかご紹介させていただきます。

☆ 宿題は 最後に泣くか 最初にやる	東大阪市	10才	女性
☆ コロナから 今年もないよ 夏祭り	堺市	79才	女性
☆ 夕立の なかを駆けてく 一年生	泉南市	74才	男性
☆ 耳鳴りか いや、セミが鳴く 夏来たり	東大阪市	69才	男性
☆ 梅雨去りぬ さあ出番だと 蟬時雨	東大阪市	100才	女性
☆ アサガオに 幼き頃の 夢たくす	貝塚市	82才	男性
☆ 夏が来た 今年もトマト 豊作だ	泉佐野市	88才	男性
☆ 目に浮かぶ 蚊帳と団扇の 夏の夜	堺市	95才	男性
☆ 目覚ましが 無くても起きる 蟬の声	泉佐野市	94才	男性
☆ ふる里の 川床遊び 今は夢	藤井寺市		女性
☆ 雑草を そろりと揺らす 夏の蝶	堺市	87才	女性
☆ 夏になり 買う水玉の ワンピース	東大阪市	68才	女性
☆ ソーメンに 生姜ぶっかけ 夏の陣	富田林市	92才	男性
☆ そうめんは 大好きだけど のどつめる	和泉市	72才	女性
☆ 歯なくても そうめんならば いけますよ	泉佐野市	87才	女性
☆ そうめんの 頻度の高くて 飽きてくる	堺市	92才	男性
☆ 花火みて 胸キュンしたの 遠い日に	阪南市	85才	女性
☆ 小2の夏 米軍飛行機に 狙われる	河南町	89才	男性
☆ この夏も 負けずに元気に 暮らしたい	松原市	93才	男性
☆ ひまわりの 空いっぱい の 母の顔	貝塚市	75才	女性
☆ 川遊び 目をはなすな 子を守れ	堺市	89才	女性
☆ スイカ種 飛ばすつもりが 飲み込んだ	高石市	76才	男性
☆ 夏到来 避暑対策と 攻防す	堺市	58才	
☆ すいか好き だけど持って帰るの 重いだよ	泉南市	81才	女性
☆ 熊蟬の 大合唱が 夏告げる	泉佐野市	88才	男性
☆ 夕立の きれいな虹は どこ行った	富田林市	89才	女性
☆ 夏の空 遠きふるさと 思い出し	熊取町	87才	男性
☆ 花火とは 夏の思い出 風物詩	東大阪市	83才	男性
☆ 久々の 流しそうめん 故郷(ふるさと)想う	堺市	82才	男性
☆ 夏休み 毎朝行った ラジオ体操	堺市	76才	男性
☆ ものしずか 線香花火 なぜか好き	堺市	72才	女性
☆ 夏休み 稲の草取り 懐かしい	堺市	84才	男性

* ちょっとクイズコーナー *

今回は、洋菓子の読み方クイズです。
答えは、逆さまにするとご覧いただけます。

【問題】 下記の洋菓子の漢字の読み方は何でしょう。所説あります。



①加須底羅

②猪口令糖

③可麗餅

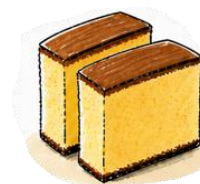


④乾蒸餅

⑤布顛

⑥車厘

⑦西米



④ビスケット ③クレープ ②チコレット ①カスナ ⑤フリール ⑥ブリュレ ⑦マカロン

※キリトリ※

ニュースへの感想や夕食宅配へのご意見をお待ちしています。



あなたの川柳をお待ちしています♪



今回は『失敗したこと』をテーマに川柳をお願いしたいと思います。

私は、サングラスを失くしたと思い、同じ物を買ったらカバンから出てきて失敗したなあと思いました。

五

七

五

お住まい()市・町・村 年齢(歳) 性別(男性 ・ 女性 ・ 回答しない)

※8月19日(水)までに、スタッフにお渡しください。ご不在の方は保冷箱に入れてください。

〈おことわり〉

ご応募いただいた川柳、ご意見・ご感想は、生協の発行する広告・ニュースなどに掲載させていただくことがあります。予めご了承ください。