



# 「やまわけキッチン」



春分の日！三寒四温が続きますが、体調は大丈夫でしょうか？

春になるといろいろなお花が咲いてきて、ウキウキしますね。春を楽しみましょうね。

やまわけキッチンは、地域みんなが集い、おいしいごはん楽しい時間を“山分け”る、  
イトイン（惣菜を店内で食べる）ができる場所です。



	mon	tue	wed	thu	fri	sat	sun
3月 *営業時間* 月・火・金・土 11時～15時				1	2	3 ひな祭りの日	
	4	5	6	7 おかずBOX (野菜を切る日)	8 おかずBOXの日 (おかず詰める日)	9	10
	11	12	13	14	15	16	17
	18	19	20 ぼた餅の日	21	22	23	24
	24	26	27	28	29	30 桜餅の日	31



やまわけ営業日



豊田薬局さんでお弁当の販売  
(茶山台センター内)



健康相談の日  
<基本時間>月・火 10時～15時



茶山台としょかん開館日

19棟集会所で開かれる地域のみんなの居場所です。



チャマルシェ  
19棟集会所横で開かれる野菜の移動販売です。



## お知らせ

### やまわけ助っ人募集中！

7日 13時から15時：野菜を切ったりの作業  
8日 14時から16時：おかずを詰め詰め作業  
そんな日に手伝ってくださる方、募集中です！  
興味ある方は、スタッフにお声がけください♪



このマークの日は、コミュニティナースが滞在しています。お気軽にお話ししながら、住民さんの日常のワクワクを教えてください。



駐車場は P のコインパーキングをご利用ください。



## 季節のやまわけ

### ぼた餅(3/20)・桜餅(3/30)

春分の頃の季節の食「ぼた餅」を3月20日に。

「桜餅」を3月30日にご用意します。

今年の桜の開花予想は、大阪市内の方で、3月25日頃の様です。緑豊かな泉北の街並みにピンクの彩りがつくこの景色は1年に1回のご褒美のような気分になります。春が本当に待ち遠しいですね♪

#### ●お値段

ぼた餅：1個 150円 / 桜餅：1個 180円

#### ●申し込み方法

裏面にご記入いただき、やまわけキッチンに。もしくは、電話でお問い合わせください！

#### ●受け取り方法

3月20日(11時～13時)もしくは3月30日(11時から15時の間)に引き取りか、配達いたします。

#### ●ぼた餅の予約の締切 / 3月18日(月)

桜餅の予約の締切 / 3月26日(火)

お問い合わせ | ●配達します！お気軽にご連絡ください●

丘の上の惣菜屋さん やまわけキッチン

TEL 072-283-5928



# 3月のメニュー

\*今日の揚げ物：150円～200円程度

\*今日のメインメニュー：200円～300円程度です。



## 月



## 火



## 金

## 土

1 *イカのリングフライ *ピーマンの肉詰め	2 <b>ひなまつりの日</b> *レンコンメンチカツ *和風チャプチェ
4 *キャベツメンチカツ *かぼちゃとほうれん草のグラタン	5 *ささみの大葉フライ *ミートボールのトマト煮
8 <b>おかずBOXの日</b> *油淋鶏 *回鍋肉 (ホイコーロー)	9 *春巻き *煮込みハンバーグ
11 *ブロッコリーのぐるぐるとんかつ *チンジャオオロス	12 *大葉チーズロールカツ *肉じゃが
15 *春巻き *煮込みハンバーグ	16 *ミニスコッチエッグ *チキンチーズロールキャベツ
18 *魚の竜田揚げ *蒸し鶏	19 *白身魚のフライ *八宝菜
22 *おからコロッケ *洋風おでん	23 *かつとじ *ポテトエッググラタン
25 *エビフライ *タケノコと肉団子の煮物	26 *梅しそロールカツ *エビとブロッコリーの香味炒め
29 *アジフライ *タマネギの肉詰めコンソメ煮	30 *チキン南蛮 *にらの油揚げ餃子

上記以外に

\*日替わりで惣菜を5種類 (150円～250円)

\*白ごはん (120円) と炊き込みご飯 (200円)

を用意しています。店内で食べていただくことのできる定食やうどんもあります。お気軽にお問合せください。

### 3/2 MUJI×UR イベント



11時～15時に UR 泉北茶山台 2 丁団地 (3-1 号棟・高層館南側広場) にて開催されるイベントに、500 円のお弁当を持って出店します。健康相談に乗ってる“みんなの保健室”メンバーも参戦します。

(引換券) ※引換券は、やまわけキッチンスタッフが記入します。

( )

お名前	精算： 支払済 ・ 当日払い		
	受け渡し場所： やまわけキッチン ・ 配達		
ぼた餅 (3/20)	あんこ 個	桜餅 (3/30)	個
	きな粉 個		

### \*季節のやまわけ 注文書\*

(同じ内容を電話でもお受けします)

( )

(申込日) 月 日

お名前	電話番号				
住所 (配達の場合のみ記入)					
ぼた餅・あんこ (150円/1個)	個	ぼた餅・きな粉 (150円/1個)	個	桜餅 (180円/1個)	個
合計	円 やまわけキッチン側メモ欄 (担当：湯川・高尾・廣出)				
受取希望時間帯	何時でも OK ( ) 時台		支払 : 領収済 ( / ) ・ 未 受け渡し場所 : やまわけキッチン ・ 配達		