

2025



ランチサービスの
ホームページと
公式ラインができました!!



ホームページや
Lineで、当日の
お弁当の写真が
見れます!
ぜひ登録お願い
します♡

@712buugh
お店と友だちになろう!



7月食育カレンダー

〇22日 ナッツの日

「ナ(7)ッ(2)ツ(2)」と語呂合わせて

日本ナッツ協会により制定されました。

アーモンド・クルミ・カシューナッツ・ピスタチオ・マカダミアナッツなどた
くさんの種類があり、料理やお菓子里に幅広く使われています。

タンパク質と脂質に富みビタミン類も多く含まれ、健康食品としても注目
されています。



4月13日～10月13日まで、大阪
で万博が開催されます。今月も世界
の主食について紹介します。



①中国



中国北部では、小麦を使った麺やマントウ(中国の蒸しパン)、南部では、お米が主食です。中国では、お米をおかゆにして食べることも多いです。日本では風邪を引いた時に食べるイメージですが、中国がゆには、いろんな種類があり、普段からよく食べています。

②メキシコ 合衆国



メキシコ人が主食としてよく食べるのが「トルティーヤ」です。乾燥したトウモロコシをアルカリ性の石灰水でゆでて、すりつぶした粉から作る薄いパンです。中に具を入れたタコスが有名ですが、塩を振ってそのまま食べたり、サワークリームをぬって食べたりします。

③タイ王国



平野が多いタイは、稲作が盛んで、主食はお米です。インディカ米が主流で日本のお米より粘り気が少ないのが特徴です。北部や東北部では、もち米が食べられています。