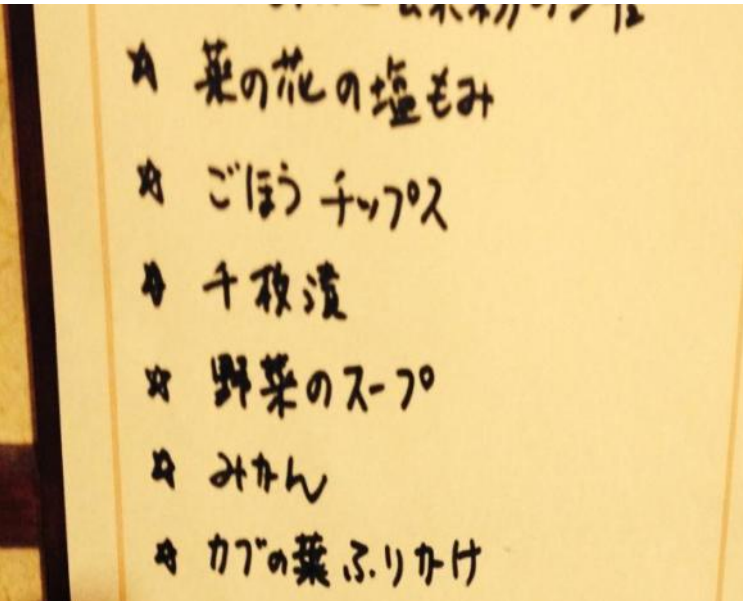


# 2014年1月15日の子ども食堂



# 2014年2月5日の子ども食堂

メニュー

- ★ おいもとはんこんのグラタン
- ★ 人参しりしり
- ★ 小松菜の白合え
- ★ キャベツのマリネ
- ★ 大根と油あげのみそ汁
- ★ はっさく





# 2014年2月19日の子ども食堂

- ＊ きんぴらごぼう
- ＊ ねぎと油あげ炒め
- ＊ 里いもと豆腐のみそ汁
- ＊ リんごとはっさく

<提供品>

明石農園様



# 2014年3月5日の子ども食堂

- ★ かんもと青菜の煮もの
- ★ 粉ふきいもの青のり風味
- ★ じゃこのつくた煮.
- ★ ひじきの煮物
- ★ わかめと油みげのみそ汁





# ダンボールハウス





# 開店1周年



# 2014年3月19日の子ども食堂

## メニュー

- ・ 玄米粉のシチュー
- ・ ほうれん草のごま合え
- ・ キャバツのサラダ  
アマランサスと人参ドレッシング
- ・ 小松菜と油あげのみそ汁
- ・ くだもの

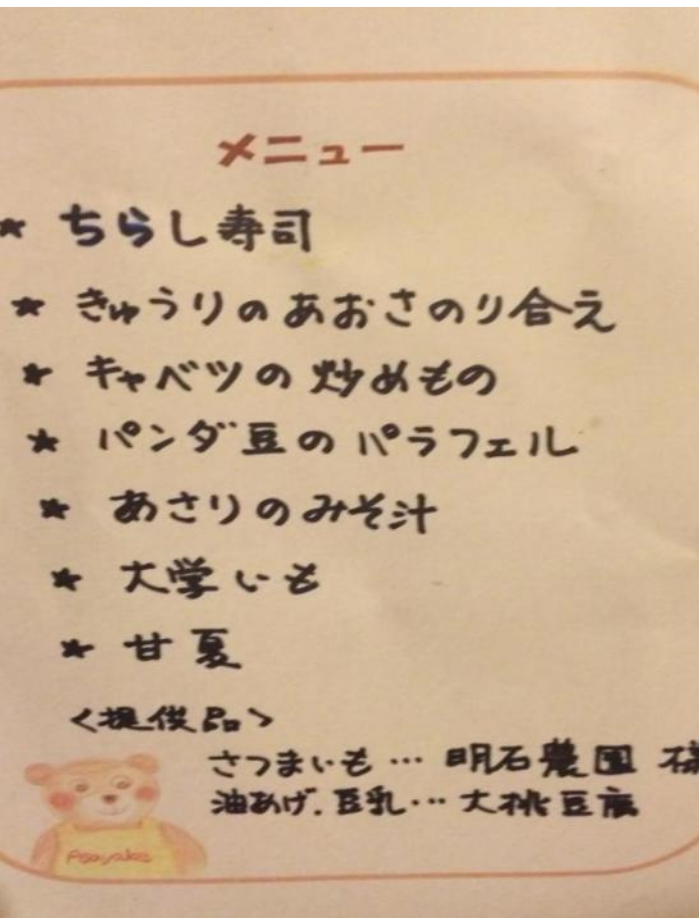
## <提供>

- ・ 明石農園
- ・ 萬松寺、天台宗本覺寺





# 2014年4月16日の子ども食堂





# 木工仕事





# メディア取材





# 2014年5月7日の子ども食堂



# 2014年5月21日の子ども食堂

- ★ マーボナス
- ★ ひじきの煮物
- ★ ワイルドライスと人参のサラダ
- ★ あやめゆきかぶの塩こうじ漬け
- ★ 大根の梅酢漬け
- ★ 大根と油あげのみそ汁





# 尾頭付お魚



# 2014年6月4日の子ども食堂

## メニュー

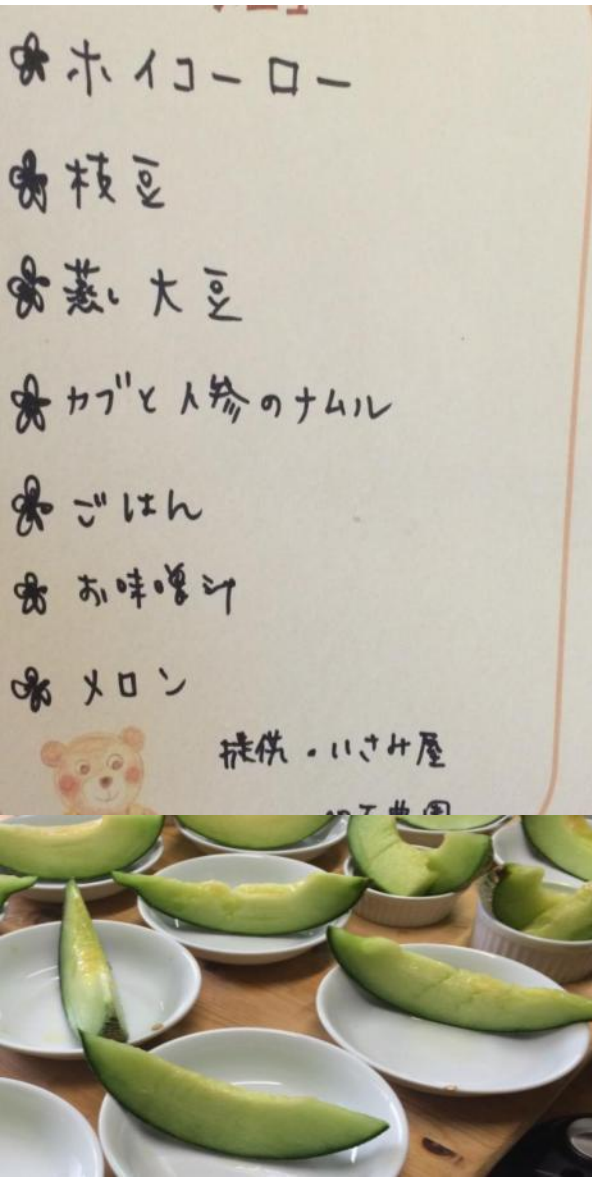
- ★ わらさのお刺身
- ★ 人参菜の天ぷら、カレー
- ★ カブとニンジン、ごぼうのナムル
- ★ 小松菜の炒め煮
- ★ ごぼうの味噌マスタート合え
- ★ ニラとのりのつくね煮
- ★ 大根菜とカブ巻のふりかけ
- ★ オレンジ
- ★ カブと大根と小松菜のみそ汁

<地産> いさみ尾蔵 … オレンジ  
明石農園様 … 大根、人参、  
小松菜、カブ、  
パセリ

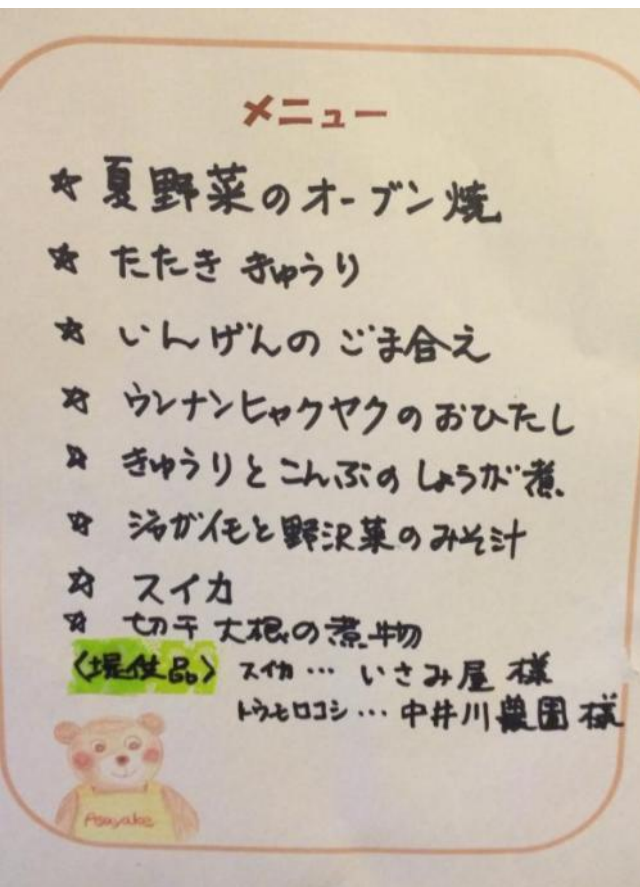




# 2014年6月18日の子ども食堂



# 2014年7月2日の子ども食堂





# 2014年7月16日の子ども食堂

## メニュー

- ★ 大豆とナッツのナゲット
- ★ きゅうりとみょうかの合え物
- ★ 枝豆
- ★ トマト
- ★ ナスとピーマンの味噌炒め
- ★ ネギとワカメのみそ汁
- ★ メロン

【提供】 いさみ屋 … メロン  
明石農園 … トマト、ナス、ピーマン、枝豆、きゅうり



# 2014年8月6日の子ども食堂

## メニュー

- ☆ ピザ
  - ☆ かんばらきゅうりの塩もみ
  - ☆ にんじんサラダ ☆ 青菜のナムル
  - ☆ トンジン きんぴら
  - ☆ ナスのガーリック炒め
  - ☆ どうもこし
  - ☆ モロコいんげんのかぼちゃペースト合え
  - ☆ ビシソワーズ ☆ もも
- 【提供】

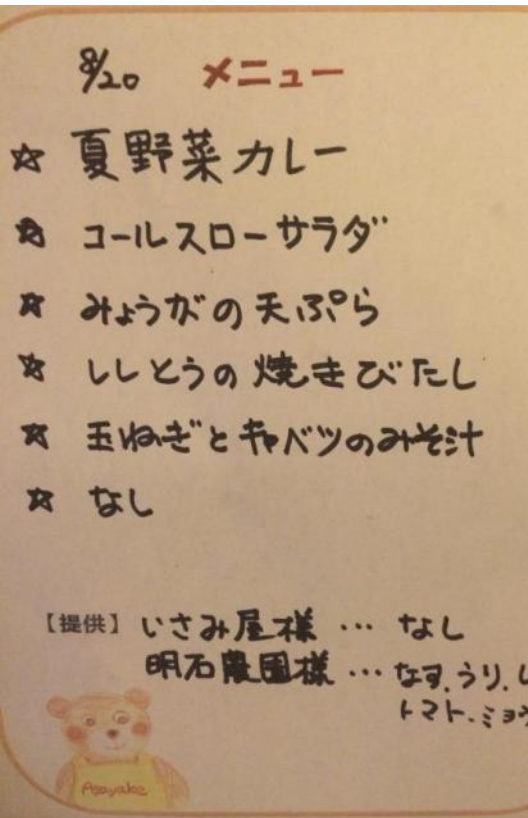




# シェフ交代



# 2014年8月20日の子ども食堂





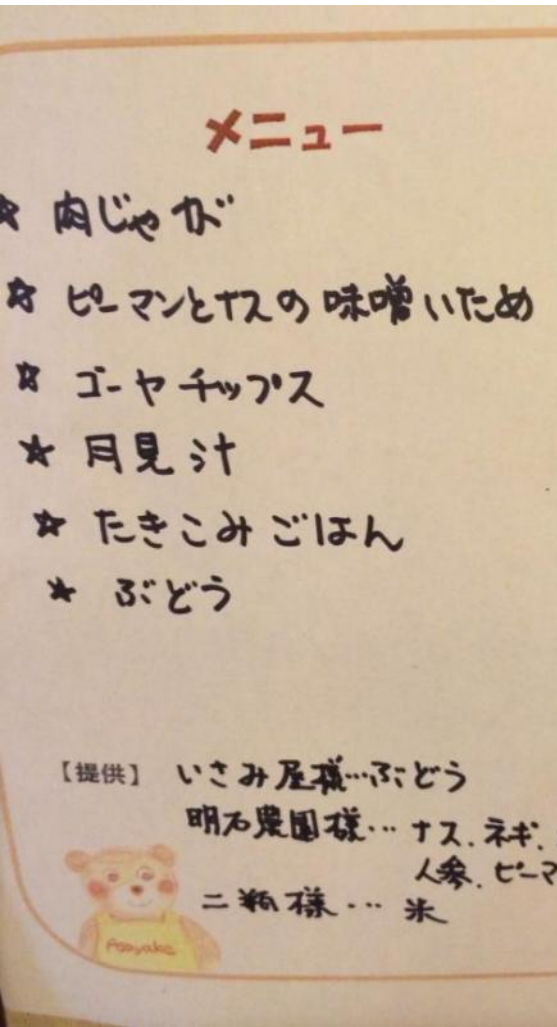
# 2014年9月3日の子ども食堂

## メニュー

- ★ 鳥と厚あげの根菜炒め
  - ★ 人参しりしり
  - ★ なすの味噌炒め
  - ★ きゅうりのみょうが合え
  - ★ ガスパチョ風スープ
  - ★ ゴーヤチップス
  - ★ リンゴ
  - ★ 青菜ののり合え
- 【提供】 明石農園様…人参、ゴーヤ、メロン  
小川町田中様…小松菜、豆



# 2014年9月17日の子ども食堂





# 2014年10月1日の子ども食堂

## メニュー

- ♪ クリームシチュー 豆乳イ仕立て
- ♪ 小松菜、かぶ菜などの煮びたし
- ♪ からし菜のオリーブオイルあえ
- ♪ 青菜のごまよごし
- ♪ きゅうりとかぶの塩こうじあえ、  
しその実入り
- ♪ ごはん + 紫根菜、かつおし、ごまおろし
- ♪ おみそ汁、里芋・ねぎ
- ♪ 華麗なフルーツ、マスクメロン、梨、柿

### 【提供】

いさみ屋さん、日石さん、山崎さん、山梨さん  
い原さん、夏壁さん、洞さん、羽場さん  
田中さん、小谷さん and more!



# 2014年10月15日の子ども食堂

## メニュー

- ★ カボチャ グラタン
  - ★ 里イモの煮のり合え
  - ★ ナス、ピーマン、ジャコの味噌合え
  - ★ ナ豆の汁 ヴァー
  - ★ ねぎのゴマ合え
  - ★ 和りの麩汁
  - ★ 根菜スープ
  - ★ なし、メロン、りんご、イチジク、甘栗、豆腐
  - ★ ハロウィンクッキー
- 【提供】 明石菜園様 - ピーマン、ジャコ、人参、里イモ  
本堂寺様 ... メロン、りんご、豆腐  
金子様 ... カボチャ、サツマイモ  
西尾様 ... 米





# 2014年11月15日の子ども食堂

## メニュー

- ★ 鮭ごはん
- ★ ナッツナゲット
- ★ 小松菜ともやしのだんご
- ★ カブのバルサミコ酢炒め
- ★ 白菜炒めのゆず合え
- ★ メロン

【提供】明石農園様…小松菜、カブ  
いこみ屋様…メロン  
程田様…ネギ、茹かた



- ・ 玉ねぎ /コ → みじん切り  
(ナゲット用)
- ・ かぶの葉 洗ってみじん切り  
(ふりかけ用)
- ・ 油揚げ : 湯通しして細切り  
(炊き込みごはん用)
- ・ 大豆 : ビニール袋に入れて  
麺棒で叩いてつぶす  
(ナゲット用)
- ・ くるみ 2袋 : みじん切り



# 遊ぶ





# 2014年11月19日の子ども食堂

## メニュー

- ★カブと冬瓜の鶏もも3煮
  - ★豆腐ステーキ
  - ★小松菜のナムル
  - ★粉ふきいも      ★大根サラダ
  - ★青菜のごま合え
  - ★おいもた〜ぱりみそ汁
  - ★カブ菜のふりかけ
  - ★いちご、ガキ
- 【提供】明石農園様…小松菜、カブ、大根  
いさみ屋様…いちご  
小石様…りんご  
千春様…里いも、さつまいも



# 2014年12月3日の子ども食堂

小川町	阿中様	カブ キヤバツ 大根
いばき	佐藤様	ホーシ草
小川町	阿石様	青菜
広島	洞様	うろこ
教父	新井様	キウイ 他





2014年12月17日の子ども食堂





