

Event Calendar

イベントカレンダー



喜ばなお産と子育ての会 × キトテノワ 第2回

日時：3月18日（金）13:30～15:30

講師：鳥山美紀（管理栄養士）

参加費：2,000円

（食事・お菓子・ドリンク付き）

要予約

管理栄養士の鳥山美紀さんを迎え、産前産後のお母さんに食に対する知恵を伝える教室です。鳥山さんの提案する献立をキトテノワが再現し、食べて頂けます。



第2回 木彫の会

3月26日（土）

時間：14:30～

講師：杉田寿男（クリスファーム）

1,600円（お菓子・ドリンク付き）

予約制

みんなで一緒に木と語りながら、削って削って作品を作りましょう。バターナイフやアクセサリーが作れます。



春休み企画 ランチバイキング

3月24日（木）

親子バイキング

（お子様も大人も喜んで頂けるメニューをご用意いたします）

3月25日（金）

春のお野菜たっぷりランチバイキング

時間：11:00～12:30（90分）

13:00～14:30（90分）

予約制

大人：1,800円

子供（小学生）：800円

（幼児）：500円

（3歳以下）：無料

（当日は通常のランチメニューは休ませて頂きます）



望診法でセルフケア （身近なことから身体ケア）

3月28日（月）

時間：14:30～

講師：中北尚美（愛知県在住）

望診法指導士

直伝霊気療法士 前期後期終了

リコネクションプラクティショナー

簡単な望診法をつかって自分の身体の声を聞き、心と身体のカのの方法を学びます。

<望診法とは>

もともと中医学の診断法で、現代になってそれをマクロビオティックの世界でもっと実生活に活かしやすい形に発展した学問です。

前日27日（日）も、ご相談に応じますのでお気軽にお問い合わせ下さい。

後記：

キトテノワ新聞では、みなさまのご意見・ご感想を反映させていきたいと思っております。是非、みなさまからのお声をお聞かせください！

今後とも、よろしくお願いいたします。

スタッフ一同

Foods

食のこと

なばたけ農場さんの豆シリーズ！！

「打ち豆」「赤豆」などお求めやすい小さなパックシリーズが登場しました。うれしいレシピ付きですので、ご自宅で栄養たっぷり美味しい豆料理をぜひ！！

Newspaper キトテノワ新聞 no.1 march / 2011



いつも温かくキトテノワを見守って頂きありがとうございます。

私達は、農家の人が心を込めて作ったお米やお野菜に感謝して調理させて頂ける事、お客様に「おいしかったー」と笑顔になってもらえる事が何より幸せです。これからも、皆様に愛されるお店でいられる様、丁寧に元気に楽しくがんばりますので、どうぞよろしくお願い致します。

Lunch

ランチのこと

旬の作物は、その季節に必要な栄養が含まれていると言われています。春は冬にため込んだ脂肪や毒素を出して、活動に備える季節です。キトテノワにも春のお野菜が続々と届いています。たっぷりの春野菜をパワーいっぱいランチにしてお待ちしています。

皆様のお声におこたえて、
選べるメインディッシュランチになりました！！

<3月のメインディッシュ>

春の春巻き

又は

車麩の酢豚風

ご要望によりメインディッシュ

2種類付き大満足コースもできます！！

（プラス250円）

Cafe

カフェのこと

桜のロールケーキ登場！！

そろそろ桜の季節が～の声もチラホラと♪気分も上がりますので早速ロールケーキにしてみました。自家製あずきもふっくらと炊いて生クリームと一緒にローリング♪気分が上がる桜ロールを是非食べにカフェにお出かけ下さい！！

Information

お知らせ

キトテノワ新聞第1号が発刊されました。これから毎月いろいろな情報を発信していきますので、どうぞお楽しみに！！



café キトテノワ

カフェ キトテノワ
〒914-0013 福井県敦賀市谷口20-3-1
（東郷保育園横）

phone & fax 0770-21-0220
kitotenowa.com

営業時間 — 10:00～17:00
定休日 — 火曜日