

Event Calendar

イベントカレンダー



喜樂なお産と子育ての会 × キトテノワ

4月15日(金)
13:30~15:30
2000円(お食事&お菓子&ドリンク付)
予約制

今回は、産前産後のお母さんに限らず、春の体調を整える食事の会です。
管理栄養士の鳥山美紀さんからお食事の指導を、そして助産師の方からは女性特有の体調管理についてアドバイスがあります。



コースター作りの会

4月25日(月) 13:30~15:00
1600円(コースター2つ分材料費、お菓子&ドリンク付)
講師: grand-ma
定員10名
予約制

キトテノワで使っているコースターをかぎ針を使って一緒に作りませんか?
かぎ針3号~5号をご持参ください。



春のフリーマーケット

おいしいものがススキ♪ 楽しい事がススキ♪
なみんなが集います。
今回は被災された方に温かい気持ちを届けるチャリティフリーマーケットを計画しています。
当日その思いに賛同して出店していただけの方、募集中!

日時: 5月14日(土)・15日(日)
10:00~17:00
*詳しくは、店頭またはWebにて

Chrith Farm

クリスファーム

無農薬のお米を生産されている若狭町のクリスファーム、杉田さんより
お便りが届きました。

(キトテノワでも提供させて頂いています)

有機栽培による米作りを始めたのが14年前、その間多くの仲間たちに支えられて今日に至っています。

現在大小合わせて約40枚、東京ドーム約1.78倍の水田で減農薬・有機栽培に取り組んでいます。お米を収穫するまでに八十八の手間が掛かることから『米』という漢字が生まれました。その最初の作業が種の準備、一般的には病気の予防として薬品処理をするのですが、私3月中に酵母菌を使って種子消毒をします。更に冷害に負けない強い稲にするため、1ヶ月間冷水に浸し、種まきをします。その後30~40日間は育苗期間として苗代(水田)に出した苗の成長を見守り、5月の田植えに備えます。

クリスファーム 杉田寿男

Lunch

ランチのこと

<4月のメインディッシュ>
春キャベツと大豆のメンチカツ
または
春野菜のフリット

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
をメニューに追加!!

(プラス250円)

Information

お知らせ

被災された方々に、
深くお見舞い申し上げます。
そして、
支援に全力で活動している方々へ
こころから敬意を表します。

ザーヴレイとキトテノワは、「野菜サポーター」として皆さんの義援金によるご協力をお願いしています。これは、宮崎の野菜で東北を支援するものです。噴火でたいへん苦勞をされている宮崎県の生産者の方にとって少し

でも収入になるよう、そして、地震・津波の被災された東北の方々に「応援していますよ!」というあたたかい声を届け、2つの被災地を支援します。

No.2
キトテノワ新聞

april / 2011

いつも温かく見守って頂き有り難うございます。

新しい出会いと旅立ちの春です♪ 心はいつも春の風のように軽やかに、今日も食材と向き合います。



春の山菜、
野菜の苦味
を味わおう

春の山菜、野菜には独特の苦味があります。

苦味成分には、抗酸化作用のあるポリフェノールや、新陳代謝を促進する作用が含まれています。

紫外線が多くなる春、新鮮な山菜や、春野菜を時期を逃さず食べたいところです。

何しろ、春を感じるし、美味しい!

タムキチ4月号の「お持ち帰りプチグルメ」でも紹介して頂いたキトテノワの人気者「にこにこぱーろ」。

植物性の食材のみでお作りしているやさしい味のクッキー。バター、ミルク、卵を使っていないので、アレルギー体質でも安心して食べられます。

あずき、ごま、キャロブ(いなが豆)の3種類。6粒入180円とボックスタイプ580円。

新しい出会いのご挨拶などに是非どうぞ♪

Health

カラダのこと

Sweets

スイーツのこと



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