

marché & kitchen の「デリバリ塾弁当」

塾に行く日の食事の現状は……夕食をとってから塾に行けるのが理想ですが、現実には……

コンビニやファーストフードで、脂分の多いお菓子や菓子パン・ハンバーガー etc を購入して食べている、もしくは、食べ損ねているのが実態です。

その様な現状の中で、脳と体に必要な栄養を与え、勉強能率を高めるお食事があるはずだと考え、目標に向かって頑張っているお子さんとそのご家族のお手伝いをしたいと考え、「デリバリ塾弁当」をご提供させていただきます。



軽食タイプ・パンメニュー

塩糎のテーブルロール

ひじきと季節の野菜5種のオムレツ

サンド 日替わりメニューとなります。

1個180円 2個350円

軽食タイプ・おにぎりメニュー

3種のお豆ご飯のおにぎり

キノコの醤油糎、塩糎鶏のグリル、

パプリカにんじんトマトのマリネ

こちらもおかずは日替わりです。

350円

シッカリご飯メニュー

鯖のバジルソースグリル、塩糎鶏グリル

野菜のマリネ、きのこの醤油糎、トマトファルシ

甘酒卵焼き、かぼちゃのサラダなど

日替わりです。3種のお豆ご飯(220g)

600円

帰宅後夕食を召し上げる場合の軽食タイプ(パン・おにぎりのいずれか選択)と夕食を済ませるシッカリご飯を選択できます。

頭にエネルギーを補給し、カラダも栄養で満たされるけれど眠くならない・・・気持ちも落ち着いて、勉強効率も上がります。

* 週2回、定期的にお届けいたします。

* キャンセルは前日の正午までにご連絡いただいた場合、対応させていただきます。

* アレルギーについてなど、ご要望があればご連絡ください。

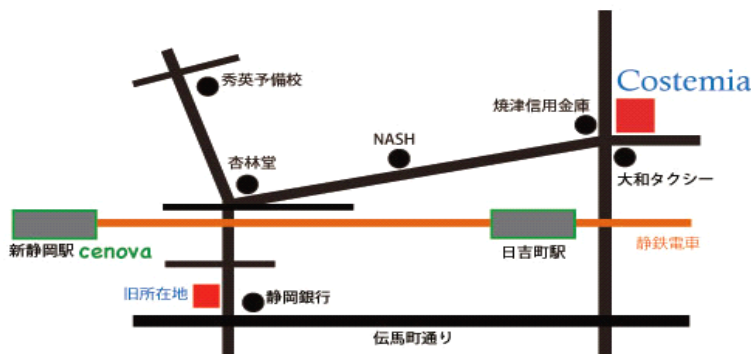
* 日頃の勉強効率を高めたり、サポートするご家族のためのお食事についての勉強会も随時開催しております。

第1、第4木曜日を予定しておりますが、5人以上で個別に開催させていただきます、ご相談ください。

<頑張るお子様のための受験食学習会>

全3回 1レッスン2,000円 お話とすぐに役立つレシピ紹介♪

会場: 静岡市葵区相生町6-20 中央ビル3F コステミア(車でお越しの場合は近くの駐車場をご利用ください)



<お問い合わせ先> **marché&kitchen**

静岡市葵区大岩1丁目9-2(城北公園東50m)

TEL 054-245-3621 FAX 054-209-3252

mobile: 090-8074-7477

mail: ma-co@marche-ma-co.squares.net

学習会については:090-1410-1230

デリバリ塾弁,学習会のお申込みは・・・

①ホームページから ②この用紙を FAX (できれば①②で) ③電話連絡先 090-8074-7477

<http://marche-ma-co.squares.net/>

お名前 _____

ご住所 _____

TEL/FAX _____

携帯電話番号 _____

メールアドレス _____

*いただいた個人情報は、学習会ご連絡、お弁当のご連絡以外には使用いたしません。

<デリバリ塾弁当>お届け希望

| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土(希望時間をご記入ください) |
|--------|---|---|---|---|---|-----------------|
| 軽食パン | | | | | | |
| 軽食おにぎり | | | | | | |
| しっかりご飯 | | | | | | |

* 該当欄に個数をご記入ください。(変更される場合はご連絡ください)

* キャンセルは前日の正午までにご連絡いただいた場合対応させていただきます。

<学習会>

| 基本設定日時 | 第1回 | 第2回 | 第3回 |
|---------------------------|-----|-----|-----|
| 第1木曜日 10:00~ 13:00~ | | | |
| 第4木曜日 10:00~ 13:00~ | | | |

* 5名以上での開催を予定しておりますので、日程の調整をお願いする場合がございます。

上記日程以外のご希望はご相談ください。