

## 7月20日(木) 冷やし中華とたきこみご飯をつくりました。

今月もたくさんいただきました。ほんとうにありがとうございました。

☆紀州テックさんよりお漬物やお菓子。☆ふーどばんくさんよりお米、調味料など。

☆つみきサテライトさんよりミニトマト、じらふさんよりきゅうり。

☆コブンカフェさんより麺を買いました。

☆特別養護老人ホームなごみの方にもお手伝いいただきました！



特養の皆さんが切ってくださった野菜でたきこみごはんができました。

切るの、上手になったよね～



たまご、もやし、わかめ、トマト、オクラ、かにかま、きゅうり、しいたけ、ハム、ミートボール、チャーシュー、ソーセージ、納豆、漬物などなど何でものせて！



オリジナルの冷やし中華ができました。



食べたらあそぶ！

かき氷！

いつもごはん倶楽部の活動にご理解、ご協力ありがとうございます。昨年8月から開始したごはん倶楽部が2年目に入ります！皆様のおかげで途切れず続けることができ、何とか2年目を迎えることができます。今後ともよろしくお祈りします。



ごはん倶楽部 Since 2016