



# 一期一会つうしん

## 第5号



### 報告<スタッフ>

先日、店長とスタッフ2名で  
合同野菜と素材の展示会  
立野商店×日本食研コラボイベントへ  
参加させてもらいました。  
新商品に繋がるヒントも沢山頂いて  
只今、試作も考案中!! 乞うご期待♪



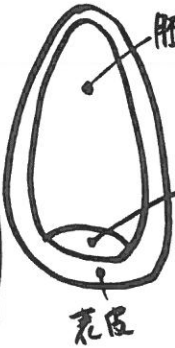
鯖サド  
好評発売中!!

### パン・シエルジュかうのおすすめ!!

#### 全粒粉パン



Q 全粒粉パンとは...?  
小麦の表皮、胚芽も取り除かずにはべても  
粉にしたものです。グラハム粉とも呼ばれます。  
栄養素としては、タンパク質、炭水化物、  
脂質、ビタミン、ミネラルの「5大  
栄養素」をバランスよく含み、日常  
摂取しにくいカリウム、リン、マグネ  
シウムなどのミネラルも多く含み  
ます。その他、「第6の栄養素」と呼  
ばれる食物繊維も含まれます。



### \*110ンド・110=エのスタッフ

JK

#### あずさちゃんのお話です...♡

約3.5km  
毎日から、110ンド110=エまで、毎日自転車で  
通勤してくれていた!(け、こ、う、違、い...)が、  
この度、原付免許を取得しました!!  
おめでとう♡  
少しお調子者なので、事故に遭わな...か...  
110-ト-同、第ニの母として心配です...  
気を付けて運転してね!!



♪ 110ンド110=エの奥さん  
実か...マッキーのファンなんです♪  
♪ 梅原散えびよ!  
♪ 栗月のコンサート、前からりり目やった、神席!!  
♪ と喜んでました♡

\* 食物繊維は、コレステロール値を正常に近  
付けたりほか、血圧の改善、糖尿病やがんの  
予防にも効果があるという報告があり、注  
目されています。  
便秘の改善にも役立ちます!

#### Q グラハム粉とは...?

アメリカのシルベスタ・グラハム博士が、  
1837年に、この栄養素の高さに注目し、  
全粒粉を推奨したことからグラハム粉とも  
呼ばれますが、本来のグラハム粉は、表皮と  
胚芽を粗挽きしているものをいいます!!



### 2月から新しくしたNです♡

初めてのこの連続で、日々学んでいまあ  
ご存知の方をいえると思いまあが、何度か  
ボードも描かせて貰ってまあ♡  
店長奥さんをはじめ、先輩スタッフさんや  
お客様みなさん優しくしてくださり、  
楽しく働いております! よろしくお願ひします♡

### Pain de Panier

Pay Pay 導入しました!!



更新中!!