



寒さが一段と増すこの時期、冬ならではの美味しさ、
 更にもその豆を食べることで力をいただきましょう。
 からごそう。病や火を祓い、
 節分の鬼退治に「豆まき」を
 するのは、豆リ魔滅に通じる
 楽しいと思えます。



のらや通信

2月号

株式会社のらや
 0120-680-908
<https://www.noraya.com>

紙面全体にミニのらが8匹かくれているよ。お子さまにクイズ★上の絵は節分とある物語がまがってしまったり、何の物語かわかるかな?

きのこ牛すき

舞茸・なめこ・しめじ・えのきと牛肉の旨みたっぷりの、甘めのすき焼きのような出汁で煮込みます。もみじおろしと柚子皮の香りがアクセントです。

早春おすすめ

期間限定

味噌バター鍋焼きうどん

コク深い味噌だれにバターをいれ、卵を溶かし、風味をプラス。のらや特製チャーシューとお野菜もたくさん入った鍋焼きうどんです。

2月4日は立春。春を待つこの季節にぴったりの心まで温まるおうどんが仲間入りしています。

のらちゃんのおトキドキバレンタイン診断

プレゼントはもらうよりあげたい派か?

YES → ロマンチックな演出が女子
 NO → "おしやれ"には敏感なほうだ

YES → インディアよりアウトディア派だ
 NO → 自立したがりやなほうだ

YES → 幸せをほこぶバラの花束でロマンチックに
 NO → 手作りのお菓子をギフト!

YES → 2人で過ごす特別な時間をプレゼント
 NO → お手紙でこっそり愛を伝えよう!

のらや食のコム

食べ残しをなくそう!

～食品ロス～

まだ食べられるのに、食べ残しや売れ残り、賞味期限切れなどの様々な理由から捨てられる食品が日本では年間522トン! 毎日、大型トラック約1430台分の食品を捨てているそう。(令和2年推計)

- ① 買いすぎない → お買い物前に冷蔵庫をチェック!
- ② つくりすぎない → 食べきれない分は上手に保存しよう!
- ③ 注文しすぎない → のらやでもおうどんを小盛りサイズに変更できます。
- ④ 残さず食べる