

本店：奈良市学園大和町5-4 電話：0742-48-4022  
 北生駒店：生駒市上町4143-1 電話：0743-79-3322  
 定休日 毎週日曜日・月曜日  
 ホームページ <http://www.jfs.co.jp>



節分の巻寿司 作ります。  
 (近江牛時雨種入)  
 本数限定です

あけましておめでとうございます  
 今年もどうぞよろしくお願いします

暖かくおだやかな新年とお迎えになられた事と思  
 いますが、ニュースを聞くと北朝鮮の水爆、中東紛争の  
 拡大、株価の暴落など世界中不穏な空気が広がっ  
 ています。平和な日本ですが、子供の貧困が6人に1人  
 という恐ろしい現実と若い命が他者によっていとも簡単  
 に奪われる事件や自死する子供達など若者のうっ積した  
 エネルギーがどこに向かうのか老練心ながら心配です。

先日「暮しの手帖」で、素敵な文章に出会いました。  
 医師で宇宙飛行士の向井千秋さんのエッセーです。

夢もやりたい事もあったら若く若い患者さんを見送る経験  
 として、自ら道を選ぶことができる人って「選べる」だけで  
 幸せ、チヨイスがある人は、ない人のためにも生き抜くべき  
 だし、前に進んで、やりたい事をやり抜くべきだと思っ  
 ているものは何でも美しい。そこに生きて存在して  
 いるだけで美しい。

向井さんの文章を要約させていただきましたが、読  
 み返しては前向きになる勇気をいただいています。

当店は今年35年目に入ります。  
 自分達の手で作った食物が命を育み、美味しいと言  
 ってもらえる喜びを糧に今年も変わらず、守心してお召  
 し上りいただける食物を作り続けます。  
 おいしい食物を、守心して食べられる日常が、平和の  
 ベースであり、平和の礎だと信じています。  
 今年も応援して下さいね。

つましい食生活だった頃の「おせち料理」と飽食の  
 現代とでは、おせち料理の身体への負担がちが  
 います。

お腹の掃除と風邪対策の為、しっかり  
 ビタミン類(野菜)とタンパク質に重点  
 をおいた献立をたてましょう。

今年も

さちの香菱の

入荷が多くなっています



中も赤い。

甘味、酸味があり、昔の苳の味。  
 大粒になりにくいので農家の手間が  
 かかり、栽培は減少気味。

当店でジャム、ロールケーキ  
 冷凍に使っています。

ご家庭でのジャム作りに最適!!

## 近江牛、養老豚

- 1/14(木)・・・松井牧場へレ肉 入荷
- 1/28(木)・・・1/4から豚しゃぶ肉再入荷
- 2/11(木)・・・全23時頃から販売
- 1/25(木)

(2/11から近江牛が値上げされます)

## 都祁のあん餅、丸餅

### 赤飯

- 1/30(土)
- 2/20(土)

11時頃から

## 2.14 セントバレンタインデー

(天然酵母)  
**チョコ掛スコーン**  
 (お味のスコーンに  
 生チョコを掛けて)

(天然酵母)  
**チョコショトレン**  
 (お味、糖ビール、クランベリー  
 チョコチップと練り込んで...  
 3週間日持ちします)

**チョコロールケーキ**  
 内麦、平銅い卵、無添加生クリーム  
 ホカニクココアの  
 ロールケーキ

**ガド-ショコラ**  
 生チョコ(お好み)  
 内麦のしっとりケーキ  
 少くも召し上がれ!!

## ハートクッキー

乳製品、鶏卵を除去されている方に  
 内麦、ホカニクココア、メプルココアで  
 ココア、苳の2種類

ロールケーキ  
 ガド-ショコラは、  
 予約がベストです

14 木	黒糖食、黒糖ロール (はら寿司) 近江牛、養老豚	2/3 水	節分巻寿司 食パンデ
15 金	食パンデ、はら寿司 苳、野菜たぷり	4 木	黒糖食、黒糖ロール (はら寿司)
16 土	はら寿司	5 金	食パンデ、はら寿司 苳
17 (日) 18 (月)	定休日	6 土	はら寿司
19 火	苳、野菜たぷり	7 (日) 8 (月)	定休日
20 水	食パンデ、はら寿司	9 火	苳、野菜たぷり
21 木	黒糖食、黒糖R、 はら寿司	10 水	食パンデ、はら寿司
22 金	食パンデ、はら寿司 苳	11 木	黒糖食、黒糖R はら寿司、 近江牛、養老豚
23 土	はら寿司	12 金	食パンデ、はら寿司 苳
24 (日) 25 (月)	定休日	13 土	はら寿司
26 火	苳、野菜たぷり	14 (日) 15 (月)	定休日
27 水	食パンデ、はら寿司	16 火	苳、野菜たぷり
28 木	黒糖食、黒糖R、 はら寿司 近江牛、養老豚	17 水	食パンデ、はら寿司
29 金	食パンデ、はら寿司 苳	18 木	黒糖食、黒糖R はら寿司
30 土	あん餅、赤飯、 丸餅、はら寿司	19 金	食パンデ、はら寿司 苳
31 (日) 21 (月)	定休日	20 土	はら寿司、丸餅 赤飯、あん餅
2 火	苳、野菜たぷり	21 (日) 22 (月)	定休日