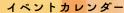
# Sweets Therapy通信

晩秋の候、皆さま体調はいかがでしょうか。 季節の変化に体を合わせ、徐々に陽性(体を温める) 食事へと変えていきましょう。発酵食品もおすすめ です。この時期は発酵酵素玄米ごはんに切り替える のも良いでしょう。





#### 入荷情報

#### 豆腐・あげ 🚄

国産大豆100%使用 消泡剤・安定剤など 化学合成添加物 不使用

毎週 火曜

#### やさい(

四季彩果釜谷・福廣農園・山口農園 無農薬・有機・オーガニックなどこだわり抜いた味わい 毎週火曜

+不定期

#### パン 😘

無農薬・無添加・自家製天然酵母・特許取得 の発芽玄米ミルク使用で極上のおいしさ

毎週 木曜

#### 肉魚加工品 🥒

化学調味料・添加物不使用で素材そのものが おいしく罪悪感なく食べられる

隔週



見て食べて感動。秋の体をつくる特別な体験

### 11/3(月・祝)24(月・祝) 12:00~

皆さまはお料理をする時、 お困り事はありませんか? おいしくて体に良いお料理が 短時間で出来たらどうでしょ う。(30分で6品作ります) ぜひ体験してみて下さい。

自分に合う

オイルコア 電気鍋で簡単調理 -MENU-

栗入り炊き込みごはん 季節のスープと蒸し野菜 オイルコアで 1度に3品

- ・野菜と鮭の包み焼き
- ・ポテトグラタン

・焼きいも

※2,200(稅込)



## **テクッキングショ**

お鍋の進化で調理がここまで簡単に!驚きのおいしさを

### 11/6(木)11(火)15(土)19(水)28(金) 全日程 11:30~

調理器具が変わるだけで調理法もこんなに変わる。 今までとは違った簡単な工程に驚き。 お鍋の使い方やちょっとしたポイントなど、 リアルタイムで見て学んでいただけます。 出来立てのおいしさを味わって下さい。



6(木) 梅ごはん・肉じゃが

11(火) 簡単ピラフ・豆腐のきのこあんかけ

15(土) ソイミートとやまいものハンバーグ

19(水) チャプチェ・にらのチヂミ

28(金) れんこん揚げる・焼く・蒸すお料理

※初めての方無料 ※1,100(稅込)

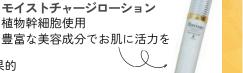
# 化粧品を徹底的に見つけてみませんか ビーバンジョア

オウゴンパック 紫外線で疲れた肌の救世主 透明感のある素肌へ

クレコス クオン DEEP

**ALEN** モイストチャージローション 植物幹細胞使用

エイジングサインに効果的 みずみずしさを保つ保湿力



### (学) おせち のチラシの配布が開始

早めのご予約でお正月も安心・安全なお食事



スウィーツセラピー オリジナルおせち

添加物・白砂糖不使用。肉・魚使用。 丁寧に作られたこだわり抜いた絶品の数々 2段 ¥34,992円(税込)

10:00~18:00

0595-41-2626



11/1(土)

5%OFF ※4月より現金のみ対象 ※他の割引と併用不可











三重県名張市桔梗が丘2-4-27





