

おいしい生活プロジェクト ベジタブルランチ



in
夢工房MARUYAMA

2019年4月より、夢工房MARUYAMAにて、ベジタブルランチをお出しします。ぜひおいでください

4/4、11、18、25 毎週木曜日
12:00~14:00 (ランチタイム)
14:00~15:30 (カフェタイム)

夢工房MARUYAMA
(JR浦和駅西口徒歩10分)

埼玉県さいたま市浦和区仲町2-13-14 (裏門通り)
TEL: 048-877-7421



Google Mapで見る

夢工房MARUYAMA (JR浦和駅西口徒歩10分)
埼玉県さいたま市浦和区仲町2-13-14 (裏門通り)
TEL: 048-877-7421 / FAX: 048-877-1608
OPEN: 火~土 10:00 - 18:00
CLOSE: 日・月・祝日・毎月29~31日

アクセス

毎週木曜日限定のベジタブルランチでは、
外食ではなかなか取りにくい野菜とお豆のメニューを提供いたします。

お肉を一切使わず、地元産の旬の野菜をたっぷり使ったプレートです。

毎回20品目以上の食材を使い、菜食主義でない方でも満足できるよう工夫を凝らした、バラエティに富んだヘルシーランチです。

● 旬野菜のお惣菜と雑穀ごはんのプレート

スープつき ¥1000 (税込)

● お持ち帰り用 ランチボックス スープ別 ¥800 (税込)

前日までにご予約いただければ、お持ち帰りすることもできます。ご予約のお時間にご用意してお待ちしております。どうぞご利用ください。

4月の予定

第1週 春の和風ランチ

旬の春野菜とベジボールのあんかけごはん (写真1枚目)

第2週 春の洋風ランチ

旬野菜とかんぴょうのシチュー

第3週 春の中華・エスニックランチ

ベジタリアンチリコンカン

第4週 旬の野菜特集

テーマの旬野菜を、いろいろな食べ方で味わいます。

ベジタブルランチ担当

おいしい生活プロジェクト・神原由美子 プロフィール

心理学修士課程修了後、調査会社へ。

連日9時過ぎまで働く生活をする中、食事の大切さに目覚める。

妊娠を機に方向転換し、BIOKURA STYLE COOKING SCHOOLにて、

マクロビオティック料理を学ぶ。食育アドバイザー資格。

2014年さいたま市ニュービジネス大賞の女性起業賞を受賞。



現在、「働く人にもっと野菜を」というコンセプトで、旬の地元野菜を使用した「ベジタブルランチ」を企画、各所に出張、提供する活動を続けている。

<https://www.facebook.com/oishi.life/>

<http://oishi-life.com/>