

2018年（平成30年）

10月予定表

オーガニックハウス

あさのは屋

〒433-8112

浜松市北区初生町379-4

phone/fax 053-436-2313

http://www.asanohaya.com/

日	月	火	水	木	金	土
	1 ・メルカ・ウーノの無農薬野菜	2 ・地元/全国の無農薬野菜 ・こだわりの味・伊勢卵 ・ザクセン・テンポさんパン ・高田さんのお豆腐	3 ポイント2倍 ・耕ちゃんの糠漬け ・ワンモニ天然酵母パン	4 ・全国の無農薬野菜 ・木次乳業 ・有機バナナ ・ぶどうの小枝 ・鶏一番のとり肉(冷蔵)	5 ・地元/全国の無農薬野菜 ・こだわりの味・伊勢卵 ・高田さんのお豆腐 ・耕ちゃんの糠漬け ・テンポさんパン入荷	6 通常営業
7 通常営業	8 寒露 ・メルカ・ウーノの無農薬野菜	9 新月● ・地元/全国の無農薬野菜 ・こだわりの味・伊勢卵 ・ザクセン・テンポさん ・川田さん納豆	10 ポイント2倍 ・耕ちゃんの糠漬け ・ワンモニ天然酵母パン ・高田さんのお豆腐	11 ・全国の無農薬野菜 ・木次乳業 ・有機バナナ ・ぶどうの小枝 ・鶏一番のとり肉(冷蔵)	12 ・地元/全国の無農薬野菜 ・こだわりの味・伊勢卵 ・高田さんのお豆腐 ・耕ちゃんの糠漬け ・テンポさんパン入荷	13白露 通常営業
14 通常営業	15 ・メルカ・ウーノの無農薬野菜	16 ・地元/全国の無農薬野菜 ・こだわりの味 ・ラトリエテンポ ・ザクセン ・高田さんのお豆腐	17 ポイント2倍 ・ワンモニ天然酵母パン ・耕ちゃんの糠漬け	18 ・全国の無農薬野菜 ・木次乳業 ・有機バナナ ・ぶどうの小枝 ・鶏一番のとり肉(冷蔵)	19 ・地元/全国の無農薬野菜 ・こだわりの味・伊勢卵 ・高田さんのお豆腐 ・ヨナタンの天然酵母パン ・耕ちゃんの糠漬け ・テンポさんパン入荷	20 通常営業
21 通常営業 ・うなぎ締切	22 ・メルカ・ウーノの無農薬野菜	23 霜降 ・地元/全国の無農薬野菜 ・こだわりの味・伊勢卵 ・ザクセン・川田さん納豆 ・高田さん豆腐入荷 ・ラトリエテンポ ・有機バナナ	24 ポイント2倍 ・耕ちゃんの糠漬け ・ワンモニ天然酵母パン	25 満月○ ・全国の無農薬野菜 ・木次乳業・有機バナナ ・ぶどうの小枝 ・鶏一番のとり肉(冷蔵) ・うなぎ入荷	26 ・地元/全国の無農薬野菜 ・こだわりの味・伊勢卵 ・高田さんのお豆腐 ・耕ちゃんの糠漬け ・ヨナタンの天然酵母パン ・テンポさんパン入荷	27 通常営業
28 通常営業	29 ・メルカ・ウーノの無農薬野菜	30 ・地元/全国の無農薬野菜 ・こだわりの味・伊勢卵 ・ザクセン ・ラトリエテンポ ・高田さんのお豆腐	31 ポイント2倍 ・ワンモニ天然酵母パン ・耕ちゃんの糠漬け			

○今月の節気 寒露 霜降 秋も深まり、冬支度。お鍋や、暖かシチューが食べたくなりますね。

○浜名湖産 大和養魚 うなぎ 10月入荷予定

10月21日(日)予約締切 10月25日(木)入荷。

★美味しい浜名湖産うなぎを是非ご利用ください★ 蒲焼 1860円(別) 白焼1698円(別) 自家製タレ100円

○10月のお楽しみ、週替わり10%OFFセール 人気の定番品のセール特集です。ぜひご利用ください。

9/29~10/05【ムソーネギ入り醤油ラーメン】熱湯を注いで3分、簡単ラーメン SALE 価格162円(別)

10/06~10/12【ライトツナフレーク70g×3】オイル無添加ヘルシー缶詰 SALE 価格540円(別)

10/13~10/19【松田マヨネーズ】松田マヨネーズのお買い得企画です。 SALE 価格432円(別)

10/20~10/26【ヒカリトマトケチャップ】無添加有機ケチャップ SALE 価格315円(別)

10/27~10/28【ムソーコクと香りのカレールー】国産蜂蜜使用は貴重！ SALE 価格333円(別)

○10月あさのは文庫使用のイベントのご紹介です。 時間 費用等、詳しくは店頭、フェイスブックをご覧ください。

・オーガニックカフェ軽食と手作りマクロビスイーツとお茶。10月02、9、16、23、30、火曜(お弁当のご予約も受け付けます)

・Nina ninoさんの小麦粉、卵、乳製品不使用のお菓子、販売会 10月03日(水)10:00-14:00

・薬膳料理教室、季節の薬膳 講師 曾谷由佳さん 10月04日(木)10:00-13:00 3700円

・CutiePie♥マクロビオティックの軽食とお菓子 講師 松本ゆき子さん 10月10日(水)18:00-20:30 2300円

・Meguriya 料理教室、体に良い塩の取り方 講師 加藤由希子さん 10月11日(木)10:00-13:00 4200円

・Meguriya ベジスイーツクラス 全6回 講師 加藤万晴さん 23,400円 空席あり

・CutiePie♥ 料理教室「美味しい玄米を炊きましょう」講師 松本ゆき子さん 10月17日(水)18:00-20:30 3000円

メニュー 圧力鍋の玄米ご飯 蓮根ハンバーグ お味噌汁 デザート

椅子ヨガ 椅子に座ったままのヨガで、体を整えましょう。講師 松下晴美さん

プチランチ付き 10月19日(金)11:00-13:00 3000円

・ピラティス教室 ランチ付き 講師 池谷梓さん 10月25日(木)11:00-13:00 2000円