

レッツツ!

秋空テイクアウト

カワイイおべんとう

カフェのドギーバッグ

話題のサンド&バーガー

母の味でづくりお弁当

高級牛めしお持ち帰り

デリでお好みアレンジ

徳島の女性誌です!

eu

2019.10

medicomm inc.



行楽の秋
来たりし!

いざ! 日帰りドライブ

あなたがまだ知らない

新しくてディープな

香川のスポットへ





そこに人の息づかい。

徳島人 港町ぶらり 美食旅

今が一番脂が乗っています!!
大人心をみたく良品たち
オトナモール



三百五十円他

書店・コンビニ・スーパーで発売中!
発行/株式会社メディコム



お弁当DATA

時間 10:00~14:30
予約 前もって予約しておけばスムーズ

からだおもしろい弁当(各500円)
(上)ミックスフライがメイン。この日はエビカツと唐揚げ、シューマイです。(下)この日のメインはサワラの塩麹焼き。副菜は高野豆腐とサツマイモの煮物、キュウリの酢の物など。



1_イートイン可能。カフェインレスコーヒーや紅茶、ジュースなど(各200円)がありますよ。2_「アレルギーやカロリー、塩分のことをお客様から相談していただいたり、対応レシピのお話が直接できることにやりがいを感じます」と岩本さん。



徳島市津田本町2-3-57
088-635-2285
10:00~14:30(ランチは11:00~13:15)
土曜、日曜休 巻末地図C・4き

駐車場	あり	完全個室	なし
タバコ	禁煙	座敷席	なし
車イス利用あり	○	子どもイス	あり
テイクアウト	あり	おもつ交換台	あり
アレルギー対応	○	開店	2015年

TAKEOUT MENU
・主菜2~3種(250円)
・丼もの/麺類(400円~)
・サンドイッチ(100円~)



この日のスイーツは 珈琲とカスタードの ケーキ、スイートデト。

お弁当DATA

時間 10:00~14:30
予約 前日の昼12時までに要予約

からだおもしろい弁当 (1000円/スイーツつき)
ゆかりと梅の混ぜご飯、炊き込みご飯、鮭と野菜の混ぜご飯の3種とこの日のお弁当2種のメインが入ったデラックスな内容です。

つだまちキッチン 【徳島市】



ランチ(650円)。メインはハンバーグや唐揚げ、日替わりのおかずなどが登場します。

高齢者向けデイサービスや障害を持つ児童向けの放課後等デイサービスを併設し、老若男女問わず利用しているユニバーサルカフェ。ランチ(650円)のメニュー考案・調理を行っているのが管理栄養士の岩本夏実さん(28歳・徳島大学医学部医学科栄養学科卒・香川県出身)です。「体を作るのは食べ物なので、健康維持にも繋がると思い、管理栄養士の勉強を始めました」という岩本さん。栄養面、バランス面はもちろんのこと、毎日通ってくれるお客さんがいるため、味に飽きがこないよう変化をつけたり、彩りを考えながら作っています。「からだおもしろい弁当」は基本的に日替わり、ハンバーグ、ミックスフライの3種類。ハンバーグやミックスフライが子ども連れのお母さんに人気な分、日替わりは年配客向けの味つけにしているとか。