



## 暑中お見舞い申し上げます

梅雨明けもせまり、いよいよ夏本番がやってきます。「今頃本当だったら、東京オリンピックや甲子園で盛り上がるはずだったのに…」誰もがコロナ禍によるあまりにも大きな生活の変化や、毎日飛び込んでくる新規感染者の報道に心が晴れない日が続いているのではないのでしょうか。優食ではこれまで同様感染防止策を取りながら、少しでも皆様のお役に立てるよう、心を込めて作ったお食事をお届けして参ります。

1日でも早く、遠く離れた場所に住んでいる大切なご家族に、安心して自由に会える日が来ますように…。

暑い夏、どうかご自愛ください。



## この夏のおすすめメニュー

### 夏野菜カレーとシーザーサラダ

8/5 (水) 8/6 (木) 8/7 (金)

夏といえばカレーです！子供から大人まで大好きなカレーを、夏野菜をゴロゴロのせた、ヘルシーな「夏野菜カレー」としてお届けいたします。オクラや茄子、かぼちゃなどをトッピングすることにより、見た目に良いだけでなく、栄養を効果的に摂ることが出来ます。さっぱりとしたシーザーサラダと一緒にお願いします。



※企画メニューはご希望の方だけに、お弁当の代わりに通常料金でお届けいたします

お知らせ

毎月の献立は優食ホームページでご確認いただけます



## お盆休みの営業について

優食はお盆休みも通常通り営業しております。お客様でお弁当をお休みされたい方、またはお弁当が必要な方は、お早めにお知らせください。

## もしもの時に備えて 防災セットは準備されていますか？

近年、地球温暖化の影響などによる豪雨や、世界で2番目の地震大国と呼ばれる程の地震災害など、いつ起こってもおかしくない自然災害に備えはされていますか？我が家も数年前に簡単な防災バックを用意しましたが、子供の成長などもあり（とくに不要な紙おむつが入っていました！）内容の見直しをしました。今回は手っ取り早く、最低限がそろっている防災セットをインターネットで注文しました。雨の多いこの時期 1 か月以上待ちも多く、なかなか気に入ったものが手に入らない状況のようです。もし備えがまだで気になっていたようでしたら、この機会に是非ご準備されてみてはいかがでしょうか。



10点セットに加えて、100均で購入したレインコートや折り畳みスリッパ、洗面用具など諸々を合わせ 4000 円ほどで揃えられました。同じものを家族分用意しました。食品は消費期限などがあるので、普段から缶詰やカップ麺など一定量の食品を、順に消費しながらストックすると良いとのこと。

## 新入社員紹介

この春大学を卒業し、4 月に入社しました大橋真帆です。主にお弁当の配達や電話対応などを担当しております。皆様に安心していただける社員になれるよう、いつも笑顔をもっとに日々努力いたします！どうぞよろしくをお願いします。



血液型：O 型  
星座：牡羊座  
趣味：ペットの写真を撮る事



チョコです

優しさを食卓に・・・



# 優食

体に優しい 優れたバランス

