



フレアだより

からだ想い・かぞく想いの食事で、毎日を健康に。

令和7年5月号
NO.265



【5月3日～6日】は電話受付業務がお休みになりますので、変更連絡等はお早めにお願いいたします。
この期間は緊急時の携帯番号の方へご連絡をお願いいたします。

携帯番号【080-6095-6947】※9:30～16:00

☆栄養士のちょっとした雑学☆

5月になり暖かい日が多くなってきましたね。春に旬を迎える食材の1つに「キャベツ」があります。春キャベツは冬のキャベツに比べ、葉がやわらかくみずみずしいのが特徴です。キャベツには疲労回復や風邪の予防に効果があるといわれているビタミンCが豊富に含まれています。季節の変わり目は風邪をひきやすいので、今回ご紹介したキャベツなどの旬の食材から栄養を摂って元気に過ごしましょう。

◆おすすめメニュー◆

- 5月3日 昼食 照り鶏団子
- 5月24日 朝食 玉子よせ
- 5月25日 夕食 親子煮



☆配送課からのお知らせ☆

お世話になっております。配送課の横井です。

5月になりましたね。本州や関東では桜シーズンが終ったとニュースで見かけました。実は横井4月上旬に推し活（日向坂46のLIVE）鑑賞で横浜へ行きました。横浜にあります赤レンガ倉庫の周りは満開の桜で凄く綺麗でした。（写真沢山撮ってしまいました。。。）旭川近郊も暖かい日が増えてきたので桜シーズンスタートしますね！それと農家さんもハウス等の準備始まりましたね。僕の婆ちゃん家で採れた山わさびこの前頂きました。やっぱり新鮮な野菜っていいですね！夏から秋にかけて採れる新鮮な野菜達が楽しみです。

☆営業からのお知らせ☆

お世話になっております(^▽^)/秋山です。

暖かくなり、お散歩日和ですね！最近は少なくなってしまったのですが大きな鯉のぼりもあがっていて、いい季節になりました。農家さんは忙しくなってきますね。しっかり食べて、体力をつけましょう！夜更かしも駄目ですよ。規則正しい生活を心がけてくださいね(^▽^)/皆様においしいと喜んで頂けるお弁当を頑張って作りますね！楽しみにしてください！

☆4月にいただいたお客様からのご意見☆



お客様

お弁当のメニューでハンバーグが好き。



栄養士

ありがとうございます。ハンバーグは人気メニューで、チーズハンバーグ・手作りハンバーグなど様々な種類のハンバーグを提供させていただいております。



お客様

焼きそば・パスタが食べたい。



栄養士

現在、麺メニューの提供は行なっておりませんが、今後提供できるよう検討いたします。

◆お問い合わせはこちらまで◆

株式会社 フレアスマイル
フリーダイヤル 0120-39-8981
(10:00～17:00)

代表番号 0166-62-8981
FAX 0166-62-2585

お休みのご連絡等は下記の携帯へお願いします。

【土・日・祝休み】

お弁当の配達は通常通り行っています。
緊急時: 080-6095-6947 (9:30～16:00)



f Facebook
もチェック

