

ケイハートかわら版

~heart to heart~

お料理代行承ります♪



1人3~4食分

事前にメニューのリクエスト、アレルギーや苦手なものを伺います。必要な食材の買い出しも承ります！

ある日のリクエスト
お野菜多め



- ・ハンバーグ
大根おろしと
トマト煮込みの2種類
- ・キャベツたっぷり餃子
- ・野菜炒め
- ・青菜の胡麻和え
- ・温野菜付け合せ
- ・大根と油揚げの煮物
- ・餃子の具の卵焼き

温め方など
メモを添えて
冷蔵庫へ



お馴染みの家庭料理



必要な時だけのご利用もOKです！
お得な定期コースもあります♪

楽しい！一緒にお料理コース

ご自宅でスタッフ一緒にお料理をするコースです。食材の切り方や下処理の仕方など、手早く調理するちょっとしたコツもご説明します♪
冷蔵庫にある食材で何品できる？そんなご要望にもお応えします。

暮らしの
まめ知識

布製マスクの洗い方



大切なのは除菌です！

- ①洗面器に水と衣料用洗剤を入れて溶かす
*洗剤は無香料の液体タイプがおススメです♪
- ②酸素系漂白剤を少量加える
- ③マスクを浸して30分ほど置いておく
*ファンデーションの汚れや皮脂も落ちやすくなります
- ④手袋をして押し洗います。そのあと水でよくすすぐ
- ⑤絞らずにタオルに挟んで水分を取る
- ⑥形を整えて干す
*洗濯バサミでゴム部分を留めないように！
ゴムが伸びやすくなります。



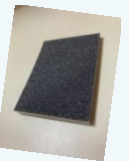
感染予防のため、
家族のものでも一枚ずつ洗いましょう！

道具紹介！

陶器専用の研磨シート

両面がサンドペーパーのようになっているスポンジです。水を含ませて軽くこすれば、便器の黄ばみ、洗面ボウルの水あかななどをキレイに落とすことができます。

*陶器以外にはくぐれも使用しないでください。



スタッフ
イチオシ！

さいたま市 にぎわい交流館いわつき

2020年2月にオープンしたピカピカの施設です。

ちょっとしたイベントなども催され、先日は思いがけずスタンプラリーに参加しました。埼玉県産の食材を使ったカフェもあり、お土産を買ったり、一休みするのにちょうど良い場所です。

今度は隣の人形博物館にも寄ってみます！
by スタッフMM

手前はゴルゴンソーラ
& 蜂蜜のジェラート
寒くなくても食べたい！

