

本店：奈良市学園大和町5-4 営業時間 9:30~18:00  
 北生駒店：生駒市上町4143-1 営業時間 10:00~17:30  
 定休日 毎週日曜日・月曜日  
 ホームページ <http://www.jfs.co.jp>



ソフトクリームの開始が遅れています。  
 コロナが収束したら...ガマンですネ。  
 申し分けないです。

早朝5時前、空が白み始め家々の屋根のシルエットが浮かび上がったかと思うとすぐに赤みを帯び、太陽がキラキラ輝き出します。

目に見えない新型コロナウイルスで日常が一変し、ガマンの日々ですが、夜明けには励まされます。戦争や紛争のように家が焼かれたり、食べ物が無いわけではない。夜明けに感謝し、生きている事に感謝し、一日が始まります。

沖縄は、梅雨入りしました。コロナは、湿度が苦手。アジサイが咲き、田んぼは喜びます。梅雨も捨てたものではない。プラス志向で日々暮らしたいですね。

### 糖質0の食品がブームです

通信4月で「糖質より油脂に目を向け下さい」とお伝えしました。

糖質(米、小麦、等、砂糖他)は、体を動かしたり臓器を動かしたり生きて行く為のエネルギーとしてすぐ利用されます。糖質が不足すると脂肪やタンパク質を分解してエネルギーに変える一体内で行なわれるこの作業は、日本人(モンゴロイド)には内臓負担が多くなります。

糖尿病の心配がある方、太り気味の方以外は、ブームに流されないようにして下さい。

## 創立39年 創業祭 5/18(火) ~ 22(土)

レースロール、バターロール 各本10円引

(値引は、お一人様10ヶまで)

ピザ子3枚 756円 (創業時から作り続けた3本の柱です)

サービス券108円進呈

(自社商品1080円お買上げ毎に)

ヒビカリ米 1袋54円引

今年もコロナで田植えに行けませんでした。でも、誠実な2軒の農家が頑張っています。

安全な他社商品 安くになります!

信州ハム(グリーンマーク)

今回は、各10円引、21円引

コロナで国際線機内食の使用が激減し、苦しいとの事、応援します!!

大鉄砲大豆のとうふ、豆乳

どれも324円 (安い)

奈良の在来種の大豆を復活させ、今注目!!  
 5/11 テレビ「ふいどん」で放映

5/22(土) 11時~

### 都祁のあん餅、赤飯 復活!!

お待たせしました。2年ぶりにあの味が復活、よろしくお願ひします。



新茶が出始めました!

お抹茶は6月末です



近江牛養老豚	都祁の田舎の味	大鉄砲とうふ
5/13(木) 27(木) 14時 6/10(木) 27(木) 7/1(木)	5/8(土) (五平餅、かやくご飯、よもぎあん餅) /18(火) 巻寿司、よもぎあん餅 /22(土) あん餅、赤飯 お待たせしました。やっと再開! 6/8(火) 赤飯、五平餅 /29(火) 巻寿司、赤飯 (11時すぎから)	毎金曜 昼頃~ 18(火)~22(土) 特価で 全2324円
ご予約は、 火曜日までに		

5/13(木)	黒糖食、ロール、バラ寿司 近江牛、養老豚	5土 6(土) 7(日)	バラ寿司 定休日
14金	食パン、バラ寿司 苺、トマト、大鉄砲とうふ	8火 9水	トマト、野菜たっぷり 都祁の赤飯、五平餅 食パン、バラ寿司
15土	バラ寿司	10木	黒糖食、黒酢R、バラ寿司 近江牛、養老豚
18火	苺、トマト 都祁の巻、よもぎ餅	11金	食パン、バラ寿司 トマト、大鉄砲とうふ
19水	食パン、バラ寿司	12土	バラ寿司
20木	黒糖食、R、バラ寿司 苺最後?	13日	定休日
21金	食パン、バラ寿司 トマト、大鉄砲とうふ	14(日)	定休日
22土	バラ寿司 都祁のあん餅、赤飯	15火	トマト、野菜たっぷり
23(日)	定休日	16水	食パン、バラ寿司
25火	トマト、野菜たっぷり	17木	黒糖食、黒酢R、 バラ寿司
26水	食パン、バラ寿司	18金	食パン、バラ寿司 大鉄砲とうふ
27木	黒酢食、黒酢R、バラ寿司 近江牛、養老豚	19土	バラ寿司
28金	食パン、バラ寿司 トマト、大鉄砲とうふ	20(日)	定休日
29土	バラ寿司	22火	トマト、野菜たっぷり
30(日)	定休日	23水	食パン、バラ寿司
31火	トマト、野菜たっぷり	24木	黒糖食、R、バラ寿司 近江牛、養老豚
2水	食パン、バラ寿司	25金	食パン、バラ寿司 大鉄砲とうふ
3木	黒糖食、黒酢R、バラ寿司	26土	バラ寿司
4金	食パン、バラ寿司	27(日)	定休日
		29火	都祁の赤飯 蒸す!