

海鈴「ノルディックウオーキング・玄米ダンベル体操」

有志合同新年会&1月誕生日お祝

1月30日(水) 於 中村邸 隠れ家 一品持込みレシピの数々



チキンナゲット 出汁巻き アンキモ



サラダ キウイの生ハム巻き



お刺身盛り合わせ



細巻き盛り合わせ



野菜の胡麻煮



錦卵



生野菜スティック



柿と大根サラダ



漬けもの味噌づけ



落花生 と 昆布



ローストビーフ



焼餃子



手羽先オレンジ煮



りんごの甘煮



サンドイッチ



ガーリックライス
その他多数



蕎麦いなり



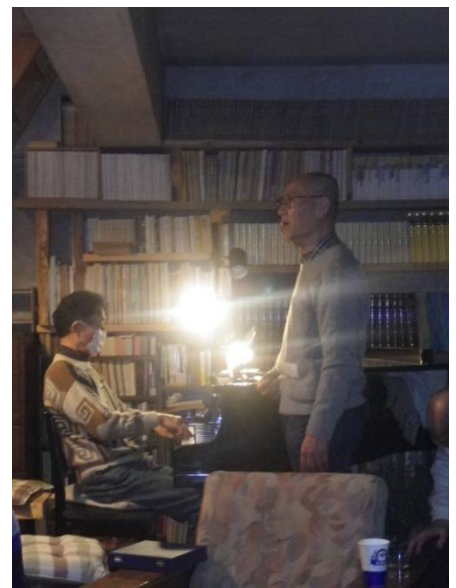
ロールチキン



ワンプレートに一杯の料理



1月5人の誕生日の方を囲んで、朝どれの苺を使った
バースデーケーキを前に記念写真



オーナーのピアノ演奏で唄も披露