



♪ 読んでくれてありがとう 頂いた投稿をご紹介します♪

主婦歴50年、生協歴40年の
組合員 H.K さんの
お悩みにお答えします

毎日の献立を
どのように
決めていきますか？

冷蔵庫がさみしくなると、生協で購入した、エビフライを
使ったり、つぶれ豚角煮など、冷食の出番。ラテスカットポテトが
↑クリスマスも活躍予定！
とにかく我が家全員大好き♡(笑)



ラテスカットって、
あみあみの！

冷蔵庫、冷凍庫の残りを見てから
(2週間分)のおおまかなメニューをシメて、
献立をまとめて スーパーにメモして買い出しを毎日行っています。
(副菜、汁物) (M.M)

エビフライって色々あるよね～

他にも「畑で採れる野菜次第」「困ったときはたまご！」など色々お答え頂きました。

MS. ふらいぱん
今日の晩ごはん何食べる？

わたしのこ おぼえてね!

岐阜西エリア委員会発行の『MS.ふらいぱん』で毎日役立つレシピを紹介しています。今後「新玉ねぎレシピ」・「台湾料理」など続々発行!!