

隔月新聞「ごはん」はリトルスターレストランが発行している新聞です。

隔月新聞 **ごはん**

第166号

2020年5月

ふだん着のごはん

Little Star Restaurant
リトルスターレストラン / Mitaka, Tokyo

二〇二〇年六月一日、リトルスターレストランは、おかげさまで十六周年を迎えます。十六年前、経験もなければコネもなく、技術も未熟なところが多く、熱い思いだけがたったあの頃。なんとかお客様の期待に応えながら技術を磨き、経験を積み、ここまでやってまいりました。やればできるものだなあ、なんて思います(笑)

リトルスターレストラン 十六周年です。



おかげさまで

毎日飽きずに食べられるごはん... 身体と心がほっとする「ふだん着のごはん」のお店であるということ、どんなことが起きても変わることはありません。これからお願いいたします。

なお今年も恒例の記念品をご用意しております。ぜひお誘い合わせの上でご来店、コロナよりお待ちしております。



小星★人語

十六年前、今日のことを想像したろうか? 十六年後に、お店がまだ続いていること。多くのスタッフに恵まれ、卒業させ、大震災が起き、不況と闘い、挙げ句の果てにウイルスが世界を脅かし、お持ち帰り営業を始めること。だいたいのスマートフォンだって存在しなかったのです▼当店では緊急事態宣言のタイミングで、お持ち帰りのみの営業に切り替えさせていただきました。もちろんお持ち帰りを希望するお客さまが多くおられたからというのがありますが、この先私たちが元気に営業するためには、マスクを取って食べていただくイートイン営業はリスクが高すぎるということもありました。私たちのような小さなお店は、オーナーが倒れることは、そのままお店がなくなることの意味しています▼通常営業の再開を求める声もいただきましたが、本当に安心してお店をご利用いただけるまで、そしてスタッフも安心して働けるまで、通常営業への道のりは遠いです。そしてお持ち帰り営業が新たな事実になつてくれました▼来たくても来れなかった子育て中のお母さん、ご年配のご両親を連れてきたかったというお客様、忙しくてゆっくり外食するヒマもないというお客様。久しぶりの顔、初めてのお客さん、元気にお店で顔を合わせると、お持ち帰りをはじめて本当にヨカッタなと思います▼次の展開に希望がキラリ、十七年目、はじめます!(麻)



take out

2020・春。

リトルスターレストランはしばらくの間
「お弁当・おそうざいお持ち帰り専門店」
となることにしました。

2020・春、世界に広がったコロナウイルスの猛威。私たちはなるべく「密」な状況を避け、マスクを着用したままご利用いただける業態として、しばらくの間、お持ち帰り専門店として営

業させていただくことにしました。2020年5月末現在、ピークは過ぎたとされていますが、マスクを取って生活するにはまだ予断を許さない状況と判断し、もうしばらくお持ち帰り専門でやらせていただく予定です。(簡単な喫茶利用は考え中です!)
今、この状況で私たちに出来ること。それは、おうちで「ふだん着のごちそう」を、食べていただくことだと思っています。
美味しいごはんが食べたいと思ったときに、ごはんを作る余裕がないときに。大好きなあのメニューが食べたいときに。
お腹と心に寄り添えるお店でありたい。
日々状況は変わります。みなさん、元気でられますように!

定番お持ち帰り

regular takeout

※日替わりメニューは当店ホームページやSNSで更新中! ご確認下さい。

お弁当

bento

- ハンバーグ弁当 (890円)
- ハンバーグ・タルタルソース弁当 (980円)
- 鶏のから揚げ弁当 (890円)
- 鶏のから揚げ・タルタルソース弁当 (980円)
- 店長おまかせ! ちょこもり弁当 (1,150円)
- トリカラちょこもり弁当 (1,300円)
- 日替わり弁当 (890円~)



どんぶり

rice bowl

- チキンカレーどんぶり (750円)
- 高菜そばろどんぶり (700円)



お弁当箱お預り・おまかせ弁当

reuse bento box

お弁当箱・タッパーをお預かり

→1人前 700円~

お弁当をお作りします!

★メインのおかず+お惣菜3種
くらいの内容になります。

★お弁当箱の容量は600ml~800mlくらい見当です。



定番おかず

side dishe

鶏のから揚げ
(単品1コ: 100円)ハンバーグ
(単品1コ: 600円)

量り売り! selling by weight

チキンカレー

(ルーのみ: 1人前200g)

1人前 540円

2人前 1,060円

3人前 1,560円

4人前以上 500円×人数



ごはんもいっしょ!!

1人前 **1,500 円** / **2,000 円** / **2,500 円** ~



どんな時だからこそ、旬の食材や季節を彩るメニューで、心と体を健やかに。リトルスターレストランらしい「ふだん着のごちそう。」を盛りこみます!

晩酌に、ちょっと豪華な食事に、お祝いに、使い方いろいろ!お重や、タッパーなどの密封容器をお預かりして盛りこむことも可能です。(容器がない場合はフードパックで対応させていただきます)

基本的に内容はおまかせいただきますが、用途や食べる人数など...「大人2人に幼児1人で4000円予算で」といった風に素直に要望を伝えていただくのが一番!ご期待に添うものに近づけるかと思います。

**調理に盛り付けとお時間がかかりますので
ご予約がオススメです!**

★トリカラちょこもり (1,300 円)
トリカラ3コにおまかせ惣菜4種



いまだ気は抜けませんが、1ヶ月以上に及んだ外出自粛、頑張りましたよね。どんな環境に置かれているでも、その人にしかわからない負担があったかと思えます。

コロナ太りというキーワードも生まれましたが、どんなに運動しても、どんなに食事制限しても結果にコミットしない日々が続きました。あれはなんだったのかな、と思い返してみても謎は一向に解けないのですが、そんな禁欲的な自粛生活でもっとも至福だった記憶は、なかしましほさんのレシピでつくるおやつでした。

おやつといえど、ちょっとした火の加減や混ぜ具合などで結果は大きくかわってきます。しかしその分、繊細なレシピを手順通りに完遂した先の喜びはひとしおです。お腹からこみあげる幸福感は、ずっと忘れられません。昭和から続く懐かしいおやつから、ちょっとしたごはんになるおやつまで。おうちで自分史上最高の手作りおやつを召し上がれ。

みんなのおやつ

(ほかにちフックス)
なかしましほ

絵本と本と人生の出逢いを



BOOKS

よもぎ BOOKS ではおすすめしたい絵本やなかなか出会えないような本を中心に、セレクトしてご紹介しております。ただ消費されるだけではなく、何度も読みかえす本、思考に新しい示唆を与えてくれるような本をご用意しております。

新本のソムリエ vol.18

うちでたべよう。

緊 緊急事態宣言のもと、日々の過ごし方も変化している。水中書店は営業は継続。店員は自宅待機にしたので、自分はすこし忙しくなったが、それほど大きな変化は無いと言えば無い。変わったのは、食事。もともと共働きであったのと、夫婦でふたりとも外で呑むのが好きなので、週に数日は外食というのであったのが、飲食店の自粛協力にあわせて家でのご食事が増えた。今回は食にまつわるマンガを挙げたい。『きのう何食べた?』は同性カップルの暮しや加齢に関するあれこれを描きつつ、料理好きシロさんの手料理を調理中の独り言まで愉しめる作品。また『孤独のグルメ』は外食マンガではあるが、第15話「東京都内某所の深夜のコンビニ・フーズ」はコンビニ食の醍醐味を罪悪感まで含め感じさせてくれる。最近のヒットは吉田戦車『忍風!肉とめし』。肉とお米だけのシンプルなグルメを追求する殿様のために悪戦苦闘する料理人と娘のくノ一の活躍を描くギャグマンガ。おすすめです。



忍風!肉とめし
(ビッグコミックススペシャル)
吉田戦車

忍風!肉とめし

水中書店は三鷹北口の古本屋です。絵本から文学まで、色々な本を扱っています。買取も承ります。店頭なら一冊から、出張なら段ボール数箱から家一軒分まで。ぜひご相談ください。

水中書店
SUICHU SHOTEN



address

〒181-0013 東京都三鷹市下連雀3-33-6 三京ユニオンビル3F

ご予約、お問い合わせはお気軽に。

tel 0422-45-3331

holiday 毎週月曜日+不定休

open



お持ち帰り

昼の部 11:00~14:00

夜の部 17:00~20:00

(お取り置き 21:30まで)

お弁当にどんぶり、おかずにお惣菜、さらにおまかせの「ごちそうちょこもり」等々、普段使いからとっておきまで、お店の「ふだん着のごちそう。」をおうちでまるっとお召上がり! お電話でご予約も出来ますよ! また時間的なご要望などはお気軽にご相談下さいね。



web+sns



website



twitter



instagram



facebook



map

NO SMOKING
全席禁煙TAX INCLUDED
税込価格CASH ONLY
現金会計

● 06/07 月のお休み

毎週月曜日は定休日、6月7月はさらに第2・4火曜日を臨時休業で6月は8(月)~9(火)に22(月)~23(火)、7月は13(月)~14(火)、27(月)~28(火) 当店の月2連休をいただくことにします。みなさんにはご迷惑をおかけしますが何卒よろしくお願い致します。

06月:1(月)/8(月)~9(火)/15(月)/22(月)~23(火)/29(月)

07月:6(月)/13(月)~14(火)/20(月)/27(月)~28(火)

その他、予定などはホームページ、またお電話で直接お問い合わせ下さい。

●夏のマスク?はいかが!

これから季節は夏! その暑さを思えば着用必須マスクは、いや考えるだけで汗がいちゃいそうですが(苦笑)、当店元キッチンスタッフで縫い子のはまちゃんに香港で考案された高性能なHK マスクを作ってもらいました! 素材はさらりと外はリネン内はさらし、その間にフィルタや保冷剤も挟めるスグレモノ! サイズに色とちょこちょこ入荷もすると思います! ぜひ!



●ホームページに SNS のチェックをお願いします!

お持ち帰り専門店として営業中の当店ですが、毎日の日替わりメニューのチェックに、さらには今後の状況次第ではまた店内飲食復活や逆に急なお休みをいただくこともあるかもしれませんよ、よろしければホームページに SNS のチェックをお願いします... 左の QR コードをからアクセスできますのでぜひぜひ活用下さいね!



5月のGW 振替連休初日はなんとなくとも保健所へ! 4月の臨時連休で最低限の準備をしてスタートさせた「お持ち帰り専門店」は、ホントは飲食店の営業許可でどのくらいのこと出来るの?あれこれやってみたいことがあるけれど、それやってもいいの?と、1ヶ月ほど営業する中で生まれたあれこれ疑問に質問等々、やっぱり直接お尋ねするのが一番と、いや、もちろんワタクシドモの素朴な疑問などなど快く丁寧にお答えいただいて、ダイジョーブ!のお墨付き!ヨカッタ!(お)



お持ち帰り

思いがけずお持ち帰り専門店はスタートさせて1ヶ月半、同じ「食事を売る仕事」であっても、これほどまで違うとは思わなかったなと(苦笑)、たくさんの新鮮な気づきに発見、新しいお客さんにも恵まれ5月の末は東京も緊急事態宣言がひとまず解除... 店内飲食営業の再開はもうしばらく先になるとしても、その時お店はまたもう一度新しく生まれ変わる... 次のお店の姿をしっかりと現実的に思案しつつ、ありがとう16周年!(お)