

週刊 おこんだて

週刊
おこんだて
発行所/ライフタイム・バリュー
2026

9/14号

週刊おこんだて期間 | 9/14(月) ▶ 9/20(日)

お申し込み締切日 | 9/8(火)

9/14(月) 大安 | 9/15(火) 赤口 | 9/16(水) 先勝 | 9/17(木) 友引 | 9/18(金) 先負 | 9/19(土) 仏滅 | 9/20(日) 大安

●グループ休日 本日の配達はお休みさせていただきます。



絶品白湯スープがご飯に合う!

Aメニュー | 9/15(火) 豚とキャベツの白湯煮 690円

お一人様当り
4人用から割り出した
金額です。



ライフタイム・バリュー

静岡本社
0120-059-014
054-246-5880
富士・富士宮・静岡・焼津・藤枝・島田

浜松
営業所
0120-351-150
053-474-4441
菊川・掛川・袋井・森町・磐田・浜松

ライフターカイ
浜北
0120-18-5531
053-434-8435

おまかせ

栄養バランスを考えた
より経済的なメニューです。

V

メニュー

5・6・7日間 まとめてのご予約

Vメニューのいずれかの1日を同じ曜日のAメニュー・Cメニュー、
またはいつでもセットに取り替えられます。

Vメニューご注文からお届けまで

●(月～金5日分)・(月～土6日分)・(月～日7日分)のご予約システムです。

●お届けは毎日いたします。

●週の途中でのご予約の
取り消しはご遠慮願います。

	月～金5日分	月～土6日分	月～日7日分
2人用	1 5,970円	6 7,160円	7 8,350円
3人用	8 7,550円	13 9,060円	14 10,570円
4人用	15 9,300円	20 11,160円	21 13,020円

【他のメニューセットを組み合わせでご注文頂く場合(次の3つを注文書にご記入ください)】

- ご注文頂くVメニュー
- Vメニューの代わりに他のメニューをお届けする曜日
- 他のメニューの種類と人数

【お支払い金額のご確認方法】

- ご注文のVメニューの合計金額から変更する
曜日の分を引きます。
- 代わりにご注文頂く他のメニューの金額を足してください。

マイナスする金額(1セット当たり)

変更する曜日	2人用	3人用	4人用
月～木曜日	1,195円	1,510円	1,860円
金・土曜日	1,190円	1,510円	1,860円

9/14 月

豚肉の生姜焼

冷奴・粉ふき芋



●熱量 525kcal ●たん白質 31.1g ●脂質 27.1g ●塩分 2.6g

材 料		2人用	3人用	4人用
A 豚肉の生姜焼	豚こま肉(凍/冷)	180g	270g	360g
	しょうが	適宜	適宜	適宜
	玉葱	1½ 個	2⅓ 個	1 個
	キャベツ	1⅓ 個	1⅓ 個	1¼ 個
	しょうゆ	大1½	大2⅓	大3
	イ 酒	大1	大1½	大2
	さとう	大2⅓	大1	大1⅓
油	適宜	適宜	適宜	
B 冷奴	絹ごし豆腐(冷)	小1丁	大1丁	小2丁
	青葱	1本	2本	2本
	花かつお	1 袋	1½ 袋	2 袋
	しょうゆ	少々	少々	少々
C 粉ふき芋	じゃが芋	2個	3個	4個
	塩・こしょう	少々	少々	少々

手順 A▶B▶C

A 豚肉の生姜焼

- 玉葱はくし切りにする。
- 豚肉を炒め、①を加え更に炒め、おろししょうが・**イ**を加え味を絡め、せん切りキャベツを添える。

B 冷奴

- 豆腐は食べ易く切り、花かつお・小口切りの青葱をのせしょうゆをかけていただく。

C 粉ふき芋

- じゃが芋は適宜に切り水にさらし茹で粉ふき芋を作り、塩・こしょうする。

30分
調理時間

9/15 火

たらの葱みそ焼

こかぶ煮・ごま和え



●熱量 307kcal ●たん白質 26.2g ●脂質 11.9g ●塩分 3.0g
●使用特定原材料…卵**B**

材 料		2人用	3人用	4人用
A たらの葱みそ焼	助宗ダラ骨なし切身 (凍)約80g	2切	3切	4切
	太葱	1/4本	1/3本	1/2本
	塩・こしょう	少々	少々	少々
	油・小麦粉	適宜	適宜	適宜
	イ みりん・みそ	各大1	各大1 1/2	各大2
	さとう・酒・しょうゆ	各大1/3	各大1/2	各大2/3
B こかぶ煮	卵	2個	3個	4個
	こかぶ	1個	1 1/2個	2個
	人参	1/4本	1/3本	1/2本
	だし汁	1C	1 1/2C	2C
	ロ しょうゆ	各大1/2	各大2/3	各大1
C ごま和え	塩	少々	少々	少々
	ブロッコリー	1/3株	1/2株	2/3株
	すりごま	3g	5g	6g
	塩	少々	少々	少々
	ハ しょうゆ	大1/2	大2/3	大1
	さとう	大1/3	大1/2	大2/3

下ごしらえ

- 卵は茹で殻をむく。

手順 B▶C▶A

A たらの葱みそ焼

- 魚は水気を拭き取り塩・こしょう・小麦粉をまぶし蒸し焼きにする。
- 太葱はみじん切りにし**イ**と混ぜ①にのせ、オープン又はオーブントースターで焦げ目がつくまで焼く。

B こかぶ煮

- こかぶはくし形に切り葉は3cm位に切り、人参は輪切りにする。

- ①・①を**口**で煮る。

C ごま和え

- ブロッコリーは小房に分け塩熱湯で茹で、すりごま・**ハ**で和える。

35分
調理時間

9/16 水

チーズハンバーグ

かぼちゃサラダ・コンソメスープ



●熱量 546kcal ●たん白質 18.1g ●脂質 23.7g ●塩分 5.1g
●使用特定原材料…乳**ABC**・卵**AB**・小麦**ABC**

材 料		2人用	3人用	4人用	
A チー ーズ ハン バー グ	チーズハンバーグ (凍)120g	2個	3個	4個	
	リーフレタス	2枚	3枚	4枚	
	プチトマト	2個	3個	4個	
	油	適宜	適宜	適宜	
	イ ソース・ケチャップ	各大2	各大3	各大4	
B か ぼ ち ゃ ら だ	ハムスライス(凍/冷)	1枚	1½ 枚	2枚	
	玉葱 (C)と併用)	⅔ 個	1個	1⅓ 枚	
	かぼちゃ	⅓ 個	⅓ 個	¼ 個	
	□	塩・こしょう	少々	少々	少々
		マヨネーズ	適宜	適宜	適宜
C コ ン ソ メ ス ー プ	玉葱	適宜	適宜	適宜	
	コンソメ	1 袋	1½ 袋	2 袋	
	水	1½ C	2⅓ C	3C	
	塩・こしょう	少々	少々	少々	

手順 B▶A▶C

A チーズハンバーグ

- ハンバーグは蒸し焼きにし煮詰めたイをかけ、ちぎったリーフレタス、プチトマトを添える。

B かぼちゃサラダ

- かぼちゃは角切りにし茹でる。ハムは細切りにし、玉葱(□の分を取りおく)は薄切りにし水にさらす。
- ①を**口**で和える。

C コンソメスープ

- 残りの玉葱は粗みじん切りにし、コンソメ・水(量は加減)で煮、塩・こしょうで味を調える。

35分
調理時間

9/17 木

揚げ豆腐の野菜あんかけ
大根和え・さつま芋煮



●熱量571kcal ●たん白質8.9g ●脂質31.9g ●塩分2.6g
●使用特定原材料…小麦 **A**

材 料		2人用	3人用	4人用
A揚げ豆腐の野菜あんかけ	揚げ豆腐(凍)75g	2個	3個	4個
	玉葱	1/2個	2/3個	1個
	人参	1/4本	1/3本	1/2本
	ピーマン	1個	1 1/2個	2個
	ぶなしめじ	1/3パック	1/2パック	2/3パック
	片栗粉・揚げ油	適宜	適宜	適宜
	だし汁	1C	1 1/2C	2C
	イしょうゆ・みりん	各大1	各大1 1/2	各大2
	塩	少々	少々	少々
	細ちくわ(凍)	1本	1 1/2本	2本
B大根和え	大根	約140g	約210g	約280g
	貝割大根	1/4パック	1/3パック	1/2パック
	塩	少々	少々	少々
	マヨネーズ	適宜	適宜	適宜
	わさび	少々	少々	少々
Cさつま芋煮	さつま芋	約160g	約240g	約320g
	水	2/3C	1C	1 1/3C
	ハさとう・みりん	各大1/2	各大2/3	各大1
	塩	少々	少々	少々

手順 C▶B▶A

A揚げ豆腐の野菜あんかけ

- 揚げ豆腐は170～180℃の揚げ油で約4分揚げ、食べ易く切る。
- 玉葱は薄切りにし、人参・ピーマンは細切りにする。ぶなしめじは石づきを切り小房に分ける。
- ②を**イ**で煮、倍量の水で溶いた片栗粉でとろみをつけ①にかける。

B大根和え

- ちくわは輪切りにし、大根は細切りにし塩でもみ水気を絞る。
- ①を**□**で和え、根を切った貝割大根をのせる。

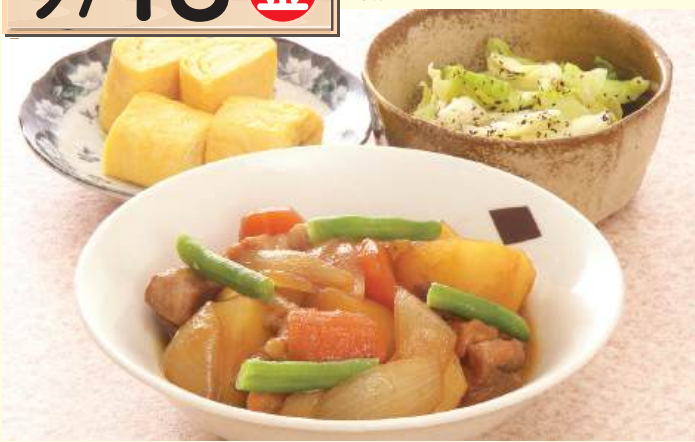
Cさつま芋煮

- さつま芋は適宜に切り水にさらし、**ハ**で煮含める。

35分調理時間

9/18 金

鶏じゃが
厚焼玉子・ゆかり和え



●熱量602kcal ●たん白質29.2g ●脂質30.5g ●塩分3.0g
●使用特定原材料…卵 **B**

材 料		2人用	3人用	4人用
A鶏じゃが	鶏もも肉(凍/冷)	140g	210g	280g
	じゃが芋	3個	5個	6個
	人参	1/2本	2/3本	1本
	玉葱	1/2個	2/3個	1個
	いんげん(凍)	20g	30g	40g
	油	適宜	適宜	適宜
	だし汁	1C	1 1/2C	2C
	イしょうゆ	大2	大3	大4
	みりん・酒	各大1	各大1 1/2	各大2
	卵	3個	5個	6個
B厚焼玉子	□さとう・塩	少々	少々	少々
	油	適宜	適宜	適宜
Cゆかり和え	キャベツ	1/6個	1/6個	1/4個
	ゆかり	1袋	1 1/2袋	2袋
	塩	少々	少々	少々

手順 A▶C▶B

A鶏じゃが

- 鶏肉・じゃが芋・人参・玉葱は適宜に切り、じゃが芋は水にさらす。
- ①を炒め**イ**を加え煮、適宜に切ったいんげんを加え一煮する。

B厚焼玉子

- 溶き卵に**□**を混ぜ厚焼玉子を作り、食べ易く切る。

Cゆかり和え

- キャベツはザク切りにし塩熱湯で茹で冷水に取り絞り、ゆかりで和える。

35分調理時間

9/19 土

えび玉
肉シューマイ・中華サラダ



●熱量495kcal ●たん白質29.8g ●脂質25.6g ●塩分6.4g
●使用特定原材料…乳**A**・卵**A****B**・小麦**A****B**・えび**A****B**・かに**B**

材 料		2人用	3人用	4人用
Aえび玉	むきえび(凍)	60g	90g	120g
	卵	4個	6個	8個
	生しいたけ	1枚	1 1/2枚	2枚
	グリーンピース(凍)	10g	15g	20g
	とりガラスープ	1袋	1 1/2袋	2袋
	ごま油・片栗粉	適宜	適宜	適宜
	水	1/2C	2/3C	1C
	しょうゆ	大2	大3	大4
	さとう	大1	大1 1/2	大2
	酒・酢	各大1/2	各大2/3	各大1
B肉シューマイ	ジュシー肉シューマイ(凍)	4個	6個	8個
	□ねりからし・しょうゆ	少々	少々	少々
C中華サラダ	もやし(冷)	100g	150g	200g
	にら	1/6束	1/4束	1/3束
	しょうゆ・酢	各大2/3	各大1	各大1 1/3
	ハさとう・ごま油	各大1/3	各大1/2	各大2/3
	塩	少々	少々	少々

手順 C▶B▶A

Aえび玉

- 生しいたけは石づきを切り薄切りにする。
- ごま油で①・えびを炒め、溶き卵を加え混ぜるように焼き取り出す。
- とりガラスープの素・**イ**・グリーンピースを煮立て倍量の水で溶いた片栗粉でとろみをつけ、②にかける。

B肉シューマイ

- シューマイはラップをし500Wのレンジで4個につき約1分温め、**□**をつけていただく。

C中華サラダ

- もやしはサツと茹で、にらは塩熱湯で茹で冷水に取り絞り3cm位に切る。
- ①を**ハ**で和える。

35分調理時間

9/20 日

豚のねぎ塩ごはん
大根とかまぼこの和え物・さつま芋のみそ汁



●熱量738kcal ●たん白質23.8g ●脂質25.5g ●塩分3.3g
※ご飯160gの栄養素を含む ●使用特定原材料…卵 **B**

材 料		2人用	3人用	4人用
A豚のねぎ塩ごはん	豚こま肉(凍/冷)	160g	240g	320g
	太葱	1/4本	1/3本	1/2本
	にんにく	適宜	適宜	適宜
	しその葉	2枚	3枚	4枚
	ごま油・ご飯	適宜	適宜	適宜
	酒	大1	大1 1/2	大2
	イ塩	小2/3	小1	小1 1/3
	こしょう	少々	少々	少々
	かまぼこ(冷)	1/6本	1/4本	1/3本
	大根	約160g	約240g	約320g
B大根とかまぼこの和え物	カットわかめ	3g	5g	6g
	塩・しょうゆ	少々	少々	少々
	マヨネーズ	適宜	適宜	適宜
Cさつま芋のみそ汁	さつま芋	約140g	約210g	約280g
	だし汁	2C	3C	4C
	みそ	大1 1/3	大2	大2 2/3

手順 B▶C▶A

A豚のねぎ塩ごはん

- 豚肉は細切りにする。
- 太葱はみじん切りにする。
- ごま油で①・②を順に加え炒め、おろしにんにく・**イ**を加え味をなじませ油をきり、温かいご飯と混ぜ、せん切りのしその葉を散らす。

B大根とかまぼこの和え物

- かまぼこ・大根は細切りにし大根は塩でもみ水で洗い絞り、わかめは水に漬け戻す。
- ①をマヨネーズ・しょうゆで和える。

Cさつま芋のみそ汁

- さつま芋は適宜に切り水にさらしだし汁で煮、煮汁でみそを溶き加える。

30分調理時間

●アレルギー物質表示について 使用特定原材料7品目(乳・卵・小麦・そば・落花生・えび・かに)を含むメニューを表記しております。
天候の異変等で入荷が困難となった場合は、一部の材料を変更させていただく場合がありますのであらかじめご了承ください。

※表示価格は消費税込価格です。

Aメニュー 手作り中心のお馴染みメニュー

9/14 月

銀鮭塩焼

肉詰めいなり煮
青菜炒め



●熱量275kcal ●たん白質23.0g ●脂質13.7g ●塩分4.1g
●使用特定原材料…小麦B

2人用 22 1,700円 3人用 29 2,360円 4人用 36 2,860円

20分
調理時間

材 料		2人用	3人用	4人用
A 銀鮭塩焼	銀鮭甘口切身(凍) 70g	2切	3切	4切
B 肉詰めいなり煮	肉詰めいなり(凍)	2個	3個	4個
	人参	1/2本	3/4本	1本
	生しいたけ	1枚	1 1/2枚	2枚
	いんげん(凍)	40g	60g	80g
	だし汁	1C	1 1/2C	2C
C 青菜炒め	しょうゆ	大1	大1 1/2	大2
	さとう・みりん	各大1/2	各大3/4	各大1
	小松菜	1/2束	3/4束	1束
	エリンギ	1/3パック	1/2パック	2/3パック
	バター 又はマーガリン	適宜	適宜	適宜
	塩・こしょう	少々	少々	少々

手順 B▶A▶C

A 銀鮭塩焼

①魚は焼網で焼く。

B 肉詰めいなり煮

①いなりは油抜きし、人参は輪切りにする。生しいたけは石づきを切り半分に切る。

②①をIで煮、適宜に切ったいんげんを加え一煮する。

C 青菜炒め

①小松菜は3cm位に切り、エリンギは斜め切りにする。

②バター又はマーガリンで①を炒め、塩・こしょうする。

9/15 火

豚とキャベツの白湯煮

春巻



●熱量529kcal ●たん白質22.3g ●脂質35.5g ●塩分2.1g
●使用特定原材料…小麦A/B

2人用 23 1,680円 3人用 30 2,200円 4人用 37 2,760円

30分
調理時間

材 料		2人用	3人用	4人用
A 豚とキャベツの白湯煮	豚バラ薄切肉(凍/冷)	120g	180g	240g
	木綿豆腐(冷)	小1丁	大1丁	小2丁
	キャベツ	1/6個	1/6個	1/4個
	もやし(冷)	100g	150g	200g
	にら	1/4束	1/3束	1/2束
	人参	1/4本	1/3本	1/2本
	ぶなしめじ	1/2パック	3/4パック	1パック
	中華白湯のたれ	1袋	1 1/2袋	2袋
	水	1C	1 1/2C	2C
B 春巻	春巻(凍)	2本	3本	4本
	揚げ油	適宜	適宜	適宜

手順 A▶B

A 豚とキャベツの白湯煮

①豚肉は食べ易く切る。キャベツはザク切りにし人参は短冊切りにし、にらは3cm位に切る。豆腐は適宜に切り、ぶなしめじは石づきを切り小房に分ける。

②たれ・水(量は加減)で①・もやしを煮る。

B 春巻

①春巻は170℃の揚げ油で約5分揚げる。

9/16 水

まぐろ尾肉の竜田

ごろごろ煮
もみ和え



●熱量301kcal ●たん白質26.4g ●脂質6.6g ●塩分1.9g
●使用特定原材料…小麦A

2人用 24 1,500円 3人用 31 2,160円 4人用 38 2,520円

20分
調理時間

材 料		2人用	3人用	4人用
A まぐろ尾肉の竜田	まぐろ尾肉の竜田(凍)	200g	300g	400g
	リーフレタス	2枚	3枚	4枚
	プチトマト	2個	3個	4個
	揚げ油	適宜	適宜	適宜
B ごろごろ煮	細ちくわ(凍)	1本	1 1/2本	2本
	じゃが芋	2個	3個	4個
	いんげん(凍)	20g	30g	40g
	だし汁	1C	1 1/2C	2C
	しょうゆ	大1	大1 1/2	大2
C もみ和え	さとう・みりん	各大1/2	各大3/4	各大1
	なす	1本	1 1/2本	2本
	しその葉	2枚	3枚	4枚
	しょうが	適宜	適宜	適宜
	塩	少々	少々	少々

手順 B▶C▶A

A まぐろ尾肉の竜田

①竜田は170℃の揚げ油で3～5分揚げ、リーフレタス・プチトマトを添える。

B ごろごろ煮

①細ちくわ・じゃが芋は乱切りにし、じゃが芋は水にさらす。

②①をIで煮、適宜に切ったいんげんを加え一煮する。

C もみ和え

①しその葉・しょうがはせん切りにする。

②なすは斜め切りにし塩でもみ水で洗い絞り、①と和える。

9/14 月

牛スタミナ炒め

ひじき煮
せん切り長芋



●熱量355kcal ●たん白質19.8g ●脂質16.7g ●塩分3.5g
●使用特定原材料…小麦 **A****B**

2人用 **43** 1,540円 3人用 **50** 2,330円 4人用 **57** 2,690円

20分
調理時間

材 料	2人用	3人用	4人用
牛こま肉(凍/冷)	140g	210g	280g
人参	1/4本	1/3本	1/2本
ピーマン	1個	1 1/2個	2個
もやし(冷)	200g	300g	400g
焼肉のたれ	2袋	3袋	4袋
油	適宜	適宜	適宜
ひじき煮(冷) そのまま	1パック	1 1/2パック	2パック
長芋	約160g	約240g	約320g
刻みのり	2袋	3袋	4袋
しょうゆ	少々	少々	少々

手順 **C**▶**A**

A牛スタミナ炒め

- ①人参・ピーマンは細切りにする。
- ②牛肉・①・もやしを順に加え炒め、たれを加え味を絡める。

Cせん切り長芋

- ①長芋はせん切りにし、刻みのり・しょうゆをかける。

9/15 火

白身魚の煮付け

きんぴら
ドレッシングがけ



●熱量338kcal ●たん白質20.4g ●脂質12.3g ●塩分3.8g
●使用特定原材料…小麦 **A****B**

2人用 **44** 1,590円 3人用 **51** 2,280円 4人用 **58** 2,710円

20分
調理時間

材 料	2人用	3人用	4人用
メルルーサ 骨なし切身(凍) 80g	2切	3切	4切
しょうが	適宜	適宜	適宜
和風万能調味料	1袋	1 1/2袋	2袋
水	1/2C	3/4C	1C
さつま揚げ(凍)	2枚	3枚	4枚
人参	1/4本	1/3本	1/2本
ごぼう	約80g	約120g	約160g
白ごま	適宜	適宜	適宜
ごま油	適宜	適宜	適宜
だし汁	大1	大1 1/2	大2
しょうゆ・みりん	各大1/2	各大3/4	大1各
リーフレタス	2枚	3枚	4枚
カーネルコーン(凍)	60g	90g	120g
ドレッシング	適宜	適宜	適宜

手順 **A**▶**C**▶**B**

A白身魚の煮付け

- ①調味料・水(量は加減)を煮立て魚・薄切りのしょうがを入れ落とし蓋をし中火で煮る。

Bきんぴら

- ①さつま揚げ・ごぼう・人参は細切りにし、ごぼうは水にさらす。
- ②①をごま油で炒め、**イ**を加え煮汁がなくなったら白ごまを振る。

Cドレッシングがけ

- ①リーフレタスはちぎり、コーンはサッと茹でる。
- ②①を盛りドレッシングをかける。

9/16 水

マヨぼんチキン

ピーナツあえ



●熱量499kcal ●たん白質28.8g ●脂質34.7g ●塩分2.8g
●使用特定原材料…小麦 **A****B**・落花生 **B**

2人用 **45** 1,680円 3人用 **52** 2,360円 4人用 **59** 2,980円

20分
調理時間

材 料	2人用	3人用	4人用
鶏もも肉(凍/冷)	300g	450g	600g
青葱	2本	3本	4本
刻みのり	2袋	3袋	4袋
ぼん酢	2袋	3袋	4袋
塩・こしょう	少々	少々	少々
片栗粉・油	適宜	適宜	適宜
マヨネーズ	大1	大1 1/2	大2
油揚げ(冷)	1/2枚	3/4枚	1枚
小松菜	1/2束	3/4束	1束
えのき茸	1/3袋	1/2袋	3/4袋
ピーナツあえの素	1袋	1 1/2袋	2袋
塩	少々	少々	少々

手順 **B**▶**A**

Aマヨぼんチキン

- ①鶏肉は一口大に切り、塩・こしょう・片栗粉をまぶす。
- ②①を蒸し焼きにし、ぼん酢・マヨネーズを加え味を絡め、刻みのり・斜め切りの青葱を散らす。

Bピーナツあえ

- ①油揚げは油抜きし細切りにし、小松菜は塩熱湯で茹で冷水に取り絞り3cm位に切る。えのき茸は石づきを切り茹でる。
- ②①をピーナツあえの素で和える。

Aメニュー 手作り中心のお馴染みメニュー

9/17 木

牛甘辛焼き

豆腐のサラダ
かぼちゃ煮



●熱量710kcal ●たん白質23.4g ●脂質44.9g ●塩分4.5g

2人用 25 1,850円 3人用 32 2,600円 4人用 39 3,110円

30分
調理時間

材 料	2人用	3人用	4人用
牛バラ薄切肉 (凍/冷)	200g	300g	400g
人参	1/4本	1/3本	1/2本
玉葱	1/2個	2/3個	1個
ピーマン	1個	1 1/2個	2個
油	適宜	適宜	適宜
塩・こしょう	少々	少々	少々
しょうゆ・酒	各大2	各大3	各大4
イ さとう	大1 1/2	大2 1/3	大3
豆腐(冷)	1個	1 1/2個	2個
リーフレタス	2枚	3枚	4枚
プチトマト	2個	3個	4個
ドレッシング	適宜	適宜	適宜
かぼちゃ	1/6個	1/5個	1/4個
だし汁	1C	1 1/2C	2C
口 しょうゆ	大1	大1 1/2	大2
さとう・みりん	各大1/2	各大2/3	各大1

手順 C▶B▶A

A牛甘辛焼き

- ①人参・ピーマンは細切りにし、玉葱は薄切りにし炒め、塩・こしょうする。
- ②牛肉は食べ易く切り焼きイで調味し、①を添える。

B豆腐のサラダ

- ①豆腐は食べ易く切り、ちぎったリーフレタス・プチトマトと共に盛り、ドレッシングをかける。

Cかぼちゃ煮

- ①かぼちゃは適宜に切り口で煮含める。

9/18 金

ほっけのやみつき スパイスソテー

ベーコンポテトサラダ・きのこソテー



●熱量376kcal ●たん白質19.3g ●脂質19.7g ●塩分1.7g
●使用特定原材料…乳AB・卵B・小麦A

2人用 26 1,930円 3人用 33 2,490円 4人用 40 3,230円

35分
調理時間

材 料	2人用	3人用	4人用
シマホッケ骨なし切身 (凍)約80g	2切	3切	4切
プチトマト	2個	3個	4個
リーフレタス	2枚	3枚	4枚
やみつきスパイス	1袋	1 1/2袋	2袋
油	適宜	適宜	適宜
ベーコンスライス(凍/冷)	20g	30g	40g
じゃが芋	2個	3個	4個
玉葱	1/2個	2/3個	1個
きゅうり	1/2本	2/3本	1本
マヨネーズ	適宜	適宜	適宜
塩・こしょう	少々	少々	少々
舞茸	1/3パック	1/2パック	2/3パック
エリンギ	1/3パック	1/2パック	2/3パック
バター又はマーガリン	適宜	適宜	適宜
塩・こしょう	少々	少々	少々

手順 B▶A▶C

Aほっけのやみつきスパイスソテー

- ①魚にスパイスをまぶし両面を焼き、リーフレタス・プチトマト添える。

Bベーコンポテトサラダ

- ①じゃが芋は角切りにし水にさらす。
- ②玉葱は薄切りにし、ベーコンは細切りにする。
- ③耐熱容器に①・②を順に入れ、500Wのレンジで2人分につき約2分加熱し、一度混ぜ、更に2分加熱し、粗熱を取る。
- ④きゅうりは小口切りにし塩でもみ水気を絞り、マヨネーズ・塩・こしょうで③と共に和える。

Cきのこソテー

- ①舞茸は小房に分け、エリンギは斜め切りにする。
- ②バター又はマーガリンで①を炒め、塩・こしょうする。

9/19 土
9/20 日

豆乳ソースのオムライス

チキンナゲット
コーンサラダ



●熱量906kcal ●たん白質43.3g ●脂質41.8g ●塩分5.8g
※ご飯160gの栄養素を含む
●使用特定原材料…乳AC・卵A・小麦BC

※9/19⑤・9/20⑥のメニューのお届けは9/18④です。

2人用 27 2,020円 3人用 34 2,690円 4人用 41 3,510円

35分
調理時間

材 料	2人用	3人用	4人用
鶏もも肉(凍/冷)	200g	300g	400g
卵	4個	6個	8個
ぶなしめじ	1/2パック	2/3パック	1パック
パセリ	少々	少々	少々
豆乳鍋のたれ	2袋	3袋	4袋
塩・こしょう	少々	少々	少々
水	1C	1 1/2C	2C
片栗粉・ご飯・バター 又はマーガリン	適宜	適宜	適宜
牛乳	大1	大1 1/2	大2
鉄腕チキンナゲット (凍)	4個	6個	8個
揚げ油	適宜	適宜	適宜
水菜	1/3袋	1/2袋	2/3袋
カーネルコーン(凍)	40g	60g	80g
すりおろし 野菜ドレッシング	1袋	1 1/2袋	2袋

手順 C▶B▶A

A豆乳ソースのオムライス

- ①鶏肉は一口大に切る。
- ②ぶなしめじは石づきを切り小房に分ける。
- ③バター又はマーガリンで①・②を順に加え炒め、たれ・水を加え煮、倍量の水で溶いた片栗粉でとろみをつける。
- ④ご飯に塩・こしょうを混ぜる。
- ⑤卵はときほぐし牛乳・塩・こしょうを混ぜバター又はマーガリンで焼き④にのせ、③をかけ刻みパセリを散らす。

Bチキンナゲット

- ①ナゲットは170℃の揚げ油で4分揚げる。

Cコーンサラダ

- ①水菜は3cm位に切り、コーンはサッと茹でる。
- ②①を盛りドレッシングをかける。

9/17 木

大豆ミートの厚切りハムカツ

なすのツナ和え・大根煮



●熱量 444kcal ●たん白質 22.4g ●脂質 20.0g ●塩分 3.5g
●使用特定原材料…小麦 **A B C**

2人用 **46** 1,530円 3人用 **53** 2,360円 4人用 **60** 2,500円

20分
調理時間

材 料		2人用	3人用	4人用
A 大豆ミートの厚切りハムカツ	大豆ミートの厚切りハムカツ(凍)100g	2個	3個	4個
	キャベツ	1/6個	1/6個	1/4個
	揚げ油	適宜	適宜	適宜
B なすのツナ和え	ツナフレーク	1缶	1 1/2缶	2缶
	なす	1本	1 1/2本	2本
	青葱	1本	2本	2本
	ぼん酢	1袋	1 1/2袋	2袋
C 大根煮	イ さとう・ごま油	各大1/2	各大3/4	各大1
	大根	約160g	約240g	約320g
	人参	1/2本	3/4本	1本
	むき枝豆(凍)	20g	30g	40g
	和風万能調味料	1/2袋	3/4袋	1袋
	水	1C	1 1/2C	2C

手順 **B▶C▶A**

A 大豆ミートの厚切りハムカツ

①ハムカツは170～180℃の揚げ油で約8分揚げ食べ易く切り、せん切りキャベツを添える。

B なすのツナ和え

①なすは薄切りにし水にさらす。
②耐熱皿に①・ツナ・**イ**・ぼん酢を入れよく混ぜラップをし、500Wのレンジで2人分につき約3分加熱し、小口切りの青葱を散らす。

C 大根煮

①大根・人参は乱切りにし調味料・水で煮、枝豆を加え一煮する。

9/18 金

レバニラ

とろみ煮サラダ



●熱量 368kcal ●たん白質 26.3g ●脂質 15.1g ●塩分 4.5g
●使用特定原材料…乳 **B**・卵 **B**・小麦 **A B**

2人用 **47** 1,630円 3人用 **54** 2,310円 4人用 **61** 2,870円

20分
調理時間

材 料		2人用	3人用	4人用
A レバニラ	味付豚レバー(凍)	200g	300g	400g
	にら	1/3束	1/2束	3/4束
	人参(□と併用)	1/2本	3/4本	1本
	もやし(冷)	200g	300g	400g
	油	適宜	適宜	適宜
B とろみ煮	イ しょうゆ・みりん	適宜	適宜	適宜
	塩・こしょう	少々	少々	少々
	なると(冷)	1/6本	1/4本	1/3本
	エリンギ	1/3パック	1/2パック	3/4パック
	セロリ	1/2本	3/4本	1本
	旨塩鍋のたれ	1袋	1 1/2袋	2袋
C サラダ	水	1C	1 1/2C	2C
	片栗粉	適宜	適宜	適宜
	水菜	1/3袋	1/2袋	3/4袋
	人参	適宜	適宜	適宜
ドレッシング		適宜	適宜	適宜

手順 **B▶C▶A**

A レバニラ

①レバーは水気をきり大きいものは食べ易く切り、にらは3cm位に切る。人参(□の分を取りおく)は細切りにする。

②①・もやしを炒め合わせ、**イ**で味を調える。

B とろみ煮

①なるとは輪切りにしエリンギは適宜に切る。セロリは筋を取り薄切りにする。
②たれ・水(量は加減)で①を煮、倍量の水で溶いた片栗粉でとろみをつける。

C サラダ

①水菜は3cm位に切り残りの人参はせん切りにし、ドレッシングをかける。

9/19 土
9/20 日

あじ開き

蒸し豆腐
ごま和え



●熱量 407kcal ●たん白質 33.3g ●脂質 22.8g ●塩分 3.5g

※9/19④・9/20⑥のメニューのお届けは9/18⑤です。

2人用 **48** 1,560円 3人用 **55** 1,910円 4人用 **62** 2,570円

20分
調理時間

材 料		2人用	3人用	4人用
A あじ開き	あじ開き(凍)約100g	2枚	3枚	4枚
	木綿豆腐(冷)	小1丁	大1丁	小2丁
B 蒸し豆腐	玉葱	1/2個	3/4個	1個
	にんにく	適宜	適宜	適宜
	貝割大根	1/4パック	1/3パック	1/2パック
	しょうゆ	大1 1/2	大2 1/3	大3
	イ ごま油	大1	大1 1/2	大2
C ごま和え	みりん	大1/2	大3/4	大1
	ほうれん草	1/2束	3/4束	1束
	人参	1/4本	1/3本	1/2本
	すりごま	3g	5g	6g
	塩	少々	少々	少々
	しょうゆ	大1/2	大3/4	大1
さとう		大1/3	大1/2	大3/4

手順 **C▶B▶A**

A あじ開き

①魚は焼網で焼く。

B 蒸し豆腐

①豆腐は布巾等に包み重石をし(レンジ調理の場合キッチンペーパーなどに包み500Wで小1丁につき約2分)水気をきり適宜に切る。
②玉葱・にんにくはみじん切りにし**イ**を混ぜる。
③①に②をかけラップをせず500Wのレンジで2人分につき約1分加熱し、根を切った貝割大根のをせる。

C ごま和え

①ほうれん草は塩熱湯で茹で冷水に取り絞り3cm位に切り、人参は細切りにし茹でる。
②①をすりごま・**口**で和える。

1週間
いつでも
OK

いつでもセット

ご希望にあわせて毎日
いつでもご利用できます。
※9/19㊥・9/20㊤のメニューのお届けは9/18㊤です。

9/14月
9/20㊤

2人用120~1261,390円
3人用127~1331,970円
4人用134~1402,400円

30分
調理時間

鶏葱スタミナ飯 貝だくさん汁

●熱量 780kcal ●たん白質 32.4g ●脂質 26.7g ●塩分 3.2g
※ご飯160gの栄養素を含む



材 料	2人用	3人用	4人用
鶏もも肉(凍/冷)	240g	360g	480g
太葱	1本	1½本	2本
にんにく	適宜	適宜	適宜
青葱(Bと併用)	2本	3本	4本
コチジャン	3袋	4½袋	6袋
白ごま	3g	5g	6g
油・ご飯	適宜	適宜	適宜
みりん・酒	各大1	各大1½	各大2
イしょうゆ	大½	大⅔	大1
さとう	大⅓	大½	大⅔
豆腐(冷)	1個	1½個	2個
人参	¼本	⅓本	½本
じゃが芋	1個	1½個	2個
玉葱	½個	⅔個	1個
青葱	適宜	適宜	適宜
だし汁	2C	3C	4C
みそ	大1½	大2⅓	大3

A 鶏葱スタミナ飯

B 貝だくさん汁

手順 B▶A

A 鶏葱スタミナ飯
①鶏肉は食べ易く切り、太葱はブツ切りにする。
②①を蒸し焼きにし、おろしにんにく・コチジャン(量は加減)・イで調味し、ご飯にのせ小口切りの青葱(Bの分を取りおく)・白ごまを散らす。

B 貝だくさん汁
①豆腐はさいの目に切り、人参・じゃが芋は細切りにしじゃが芋は水にさらし、玉葱は薄切りにする。
②だし汁で①を煮、煮汁でみそを溶き加え残りの青葱を散らす。

幅広いお料理に使える新鮮材料をセットでお届け♪

フリーセット

2~3人用
2日分

月 9月14日 148 3,910円



牛バラ薄切肉(凍/冷)	200g	じゃが芋	3個
鶏むね肉(凍/冷)	400g	リーフレタス	3枚
油揚げ(冷)	2枚	かぼちゃ	¼個
青葱	2本	大根	約300g
もやし(冷)	200g	しょうが	適宜
ピーマン	2個	すりごま	9g
玉葱	1個		

調理例

牛肉の旨味噌炒め

鶏のみぞれ煮

※写真はお届け材料の一部で調理致しました。

木 9月17日 151 3,520円



鶏もも肉(凍/冷)	300g	キャベツ	¼個
豚挽肉(凍/冷)	100g	貝割大根	1パック
野菜コロッケ(凍)		えのき茸	1袋
(乳・卵・小麦含む)	3個	さつま芋	約200g
卵(卵含む)	3個	ピーマン	2個
木綿豆腐(冷)	小1丁	プチトマト	3個
玉葱	1個	きゅうり	1本
人参	1本		

調理例

コロッケ

豆腐のそぼろ餡

※写真はお届け材料の一部で調理致しました。

今週の
のれん市

甘旨な当店の特製味噌ダレに漬け込んだ味付きの牛ホルモン!

特製味噌漬
牛ホルモン

ご飯に合うので、おかずとしてお好きな野菜と炒めたり、もちろん、ビールのおつまみとしても最高!

300 〈シズオカミート〉
特製味噌漬牛ホルモン 凍 フライパン

500g 約2-3人前 〈日本製〉
〈使用特定原材料〉小麦 1,800円



商品は9月18日(金)までにお届けします。

毎週**12**品
から選べます。

バラエティ

食後のデザート・
おやつから、軽食まで

※盛り付けは全てイメージです。

A

水

曜日までにお届け



ふんわり卵としょうゆベースのうま味たっぷりの
あんで仕上げた一品です。ミニ丼の具としてご活
用ください。

〈ケイエス冷凍食品〉
ミニ丼の具 天津飯

凍 湯 155 800円

120g×2 〈日本製〉
〈使用特定原材料〉卵・小麦
86kcal/100g



国産の鶏肉を使用し、国内の工場で製造してい
ます。鶏肉、豚肉、豚脂をバランス良く配合し、
ジューシーな食感に仕上げました。切れ目が入っ
ており、加熱時に開いたら出来上がりの目安です。

〈ジェフダ〉
串フランク

凍 茹 158 1,780円

60g×10本 〈日本製〉
〈使用特定原材料〉乳・卵・小麦
291kcal/100g



大型のパナメイ海老を使用。薄衣にしているため海
老の旨味、食感を十分にお楽しみ頂ける商品です。

〈極洋〉
**匠の一品
贅沢大海老フライ**

凍 揚 156 1,205円

160g(4尾) 〈ベトナム製〉
〈使用特定原材料〉小麦・えび
54kcal/1尾



ゆずとレモンが爽やかなポン酢だれ、国産昆布
だしを使用。三元豚のバラ肉を薄くスライスし
柔らかな食感に仕上げました。

〈日東ベスト〉
おろしポン酢豚しゃぶの具

凍 湯 159 1,245円

105g×2 〈日本製〉
〈使用特定原材料〉小麦
306kcal/1P



国産若どりのむね肉を使用した国産製造のチキ
ンカツです。

〈ジェフダ〉
国産チキンカツ 80

凍 揚 157 1,615円

800g(10枚入) 〈日本製〉
〈使用特定原材料〉小麦
182kcal/100g



特製ウェーブ麺に、白ねりごまと芝麻醬を贅沢
に使った濃厚ソースを絡めました。旨みあふれ
る肉味噌に、シャキシャキのもやしとコリコリ
食感のきくらげがアクセント。そのままでも十
分な満足感ですが、さらに好みのトッピング
でアレンジも自在です。

〈テーブルマーク〉
レンジで簡単 汁なし担々麺

凍 汁 160 1,245円

307g×2 〈日本製〉
〈使用特定原材料〉卵・小麦
543kcal/100g

B

金

曜日までにお届け



皮はパリパリ、中はジューシーな春巻きはおかず
にぴったり。ちょうどよいサイズなので、お弁当に
もおすすめです。

〈ニチレイ〉
パリパリの春巻

凍 揚 162 920円

35g×10 〈日本製〉
〈使用特定原材料〉小麦・えび
331kcal/100g



国産のお米と九州産の「たかな」を使用したピラフ
です。たかなの風味を活かすため、醤油などをベ
ースにシンプルな味付けにしています。

〈EAST BEE〉
高菜ピラフ

凍 汁 165 2,255円

270g×3 〈日本製〉
〈使用特定原材料〉小麦
167kcal/100g



あじのフィレをフライに仕上げています。

〈大冷〉
あじフィレフライ

凍 揚 163 1,340円

約 30g×10 〈日本製〉
〈使用特定原材料〉小麦
157kcal/100g



独自配合により、ジューシーな口当たりのつく
ねに仕上げました。国産の大葉をたっぷり使用
している為、上品なしその香りが味わえます。

〈アサヒプロイラー〉
しそつくね 40 丸串

凍 焼 166 1,715円

400g(10本) 〈日本製〉
〈使用特定原材料〉乳・卵・小麦
165kcal/100g



新鮮な岩だこにアオサが入った塩味の唐揚げ粉を
まぶしました。衣のサクリ感と磯の風味が特長
です。

〈ジェフダ〉
たこの磯辺塩竜田

凍 揚 164 3,230円

500g 〈ベトナム産〉
〈使用特定原材料〉卵・小麦
132kcal/100g



出来立てドーナツの味わいが、常温解凍でお楽
しみいただけます。もちもちの生地を、なめら
かなチョコレートでコーティングしました。

〈北川製菓〉
ポンデドーナツ(チョコ)

凍 苺 167 1,350円

1個×5 〈日本製〉
〈使用特定原材料〉乳・卵・小麦
223kcal/1個

●アレルギー物質表示について 使用特定原材料7品目(乳・卵・小麦・そば・落花生・えび・かに)を含むメニューを表記しております。
十分に確認して掲載しておりますが、メーカーの都合により、商品の内容量・包装形態など予告なく変更または販売終了する場合もございますので予めご了承ください。 ※表示価格は消費税込価格です。



極上のネギトロです!

本鮪入り ネギトロ丼用

301 〈HIオーシャン〉

本鮪入り

ネギトロ丼用

凍

そのまま

ご飯にのせた鮪は甘味があり、
とろける美味しさです。

60g×4パック〈日本製〉
114kcal/100g
賞味期限／製造日より12日

1,415円



江戸時代より続く老舗醤油屋さんと洞穴子専用に開発をした特製タレを使用し、香ばしく焼き上げました。国内産の厚みのある穴子を贅沢に使用。食べやすい刻んでありますので、丼ぶり、ちらし寿司、おにぎりにはもちろん、お酒のお供にも



302 〈焼津冷蔵〉

深蒸し洞穴子蒲焼キザミ

凍

そのまま

250g 〈日本製〉
〈使用特定原材料〉小麦

1,875円

麴とさばの珍味です。お酒に良くあいます。



303 〈焼津冷蔵〉

熟成塩さばの白造り

凍

そのまま

100g 〈日本製〉
222kcal/100g

650円

合鴨ロース肉を乾塩法と冷燻法で仕上げた国内加工生ハムです。合鴨の風味をそのまま生かした生ハムに仕上げております。



304 〈EASTBEE〉

あい鴨ロース生ハムスライス

NEW

100g 〈日本製／鴨：タイ産〉

1,620円

新鮮な国産鶏レバーを使用し、衛生管理を徹底して低温調理した鶏レバーです。まるでレバ刺しのような、トロける食感です。



305 〈ケイティ・エビス〉

極トロレバー

凍

280g 〈日本製〉
100kcal/100g

1,570円

びっくりするほど甘くておいしい! 指定農場で栽培した原料を使用。産地から製品まで一貫した品質管理。



306 〈サンホーム〉

今すぐ使える
スーパースイートコーン

凍

そのまま

1kg 〈日本製〉
99kcal/100g

1,270円

うす皮にギュッとつめた国産肉使用のジューシーな具、パリッとした焼き目が楽しめる、最もおいしいバランスの餃子です。油を使わずに誰でも上手に焼くことができ、冷めても皮が硬くなりにくいです。



307 〈味の素〉

焼き目パリッと餃子

凍

蒸

約20g×12 〈日本製〉
〈使用特定原材料〉乳・卵・小麦

700円

京都錦市場で100年受け継がれた伝統の味。毎日職人がひとつひとつこだわりを持って丁寧に焼き上げています。一般的なだし巻きと比べ、一回り大きく、出汁が多く含まれています。口に含んだ瞬間に出汁が口の中に広がり、よりおいしく感じられます。



308 〈ジェフタ〉

京都おばんざい手焼きだし巻

凍

そのまま

400g 〈日本製〉
〈使用特定原材料〉乳・卵・小麦

1,500円

国産の魚をこんがり焼きあげて、一切れずつ冷凍しました。便利な骨なしタイプなので簡単・便利・安心です。解凍後、そのまま食べられます!



309 〈マルハニチロ〉

便利な骨なし
国産さば塩焼き

凍

レンジ

20g×10 切れ 〈タイ産〉

1,730円

なめらかな食感の絹豆腐を厚揚げにしました。手軽に幅広い料理にご利用いただけます。



310 〈ジェフタ〉

ミニ絹厚揚げ

凍

レンジ

そのまま

500g 〈アメリカ又はカナダ〉
118kcal/100g

1,245円

チキン&ポーク使用の皮なしソーセージに串を刺し、甘みのあるふっくらした衣で包んだスナックです。



311 〈ジェフタ〉

アメリカンドック

凍

レンジ

70g×5 〈日本製〉
〈使用特定原材料〉乳・卵・小麦

860円

ソースをじっくり炒める事でトマトのマイルドな旨みと炒め感を追求した、お子様にも人気のナポリタンです。



312 〈ヤヨイサンフーズ〉

デリカナポリタン

凍

湯

500g 〈日本製〉
〈使用特定原材料〉小麦

800円

やわらかく厚みのある生地、風味豊かなならと食感の良いイカを練り込みました。



313 〈テーブルマーク〉

にらだく!
イカチヂミクォーター

凍

湯

レンジ

600g (3枚入) 〈日本製〉
〈使用特定原材料〉卵・小麦

1,485円

お買い得がいっぱい

人気の商品をお買い得価格でご用意しました。ぜひご利用ください!!

もも肉を使用したしっとりまろやかな、ボリューム感のある生ハムの切り落としです。

NEW

314 〈伊藤ハム〉
しっとりまろやか
もも生ハム切り落とし
100g 〈日本製〉
224kcal/100g



600円

春雨、人参、きくらげを味付け。
その他具材を加えるだけ。

NEW



315 〈堂本〉
春雨サラダの素 常
160g×2 〈日本製〉
169kcal/1P



890円

自社生産品のこんにゃくと、大き目にカットした牛蒡を鷹の爪と一緒にピリ辛に仕上げたお惣菜です。

食卓のお供や、お弁当の一品などに。



316 〈カネハツ〉
こんにゃく牛蒡 常
310g 〈日本製〉
〈使用特定原材料〉小麦
73kcal/100g



700円

長崎名物カステラ風蒲鉾。

しっとり甘味あるおいしさに仕上げました。カステラ風味のしっとりとした食感と爽やかな甘みがお口の中で広がります。



317 〈杉永蒲鉾〉
真空 カステラ蒲鉾 冷
1本×2 〈日本製〉
〈使用特定原材料〉卵・小麦
160kcal/100g



1,220円

粒状感ある玉ねぎがたっぷり入った、玉ねぎの甘さと適度なスパイスの辛さのバランスが程よい風味が特徴のレトルトカレーです。



318 〈ハウス食品〉
カレー厨房
オニオンリッチカレー 中辛 常
180g×3 〈日本製〉
〈使用特定原材料〉乳・小麦
184kcal/1P



940円

味噌汁・煮物・めん類のだし等色々なお料理にどうぞ!

各種調味料、かつお節をバランスよく配合した溶けやすい顆粒状の風味調味料です。



319 〈ジェフダ〉
徳用和風だし (かつお風味) 常
500g×2 〈日本製〉
195kcal/100g

1,550円

大根、玉ねぎ、にんじん、豚肉、こんにゃく、ごぼうの6種具材を使用し、麦みそ・米みそをブレンドしてコク深い味わいに仕上げました。



320 〈伊藤ハム〉
おかずプラス 具だくさん豚汁 冷
205g×2 〈日本製〉
〈使用特定原材料〉乳・小麦
72kcal/1P

655円

鶏むね肉(一枚肉)を使ったサラダチキンです。

真空調理製法で
やわらかく仕上げ
ました。旨みを逃
がさずジューシー
に仕上げました。



321
〈伊藤ハム〉
サラダチキン
(プレーン) 冷
110g×2 〈日本製〉
〈使用特定原材料〉乳・卵・小麦
103kcal/100g

890円

磯の香り風味の良い歯ごたえのあるおいしいわかめです。

NEW

322 〈原田海藻〉
韓国産生わかめ 冷
350g 〈日本製〉
塩抜き前: 20kcal/100g

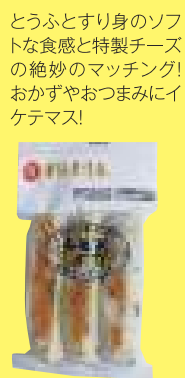


840円

豆腐とすり身のソフトな食感と、特製チーズとの絶妙な味。



323 〈杉永蒲鉾〉
真空・チーズソフト 冷
1パック(3本入) 〈日本製〉
〈使用特定原材料〉乳・卵・小麦
216kcal/100g



670円

一つ一つ、手作業です。

切る、漬ける、洗う、量る。丁寧に、丁寧に仕上げています。味の決め手は昆布と唐辛子です。昔から変わらぬ、ホソヅケの味です。



324 〈ホソヅケ食品〉
白菜の浅漬け 冷
300g 〈日本製〉
〈賞味期限〉製造日より10日



565円

やわらかく、甘みがあります。

新鮮な地元の長茄子を一度塩漬けし、色鮮やかに漬け込みました。さっぱりとした浅漬けです。



325 〈ホソヅケ食品〉
なすの浅漬け 冷
なす2本分 〈日本製〉
〈使用特定原材料〉小麦
〈賞味期間〉製造日より10日



820円

静岡県産わさびと焼津産手火山式鯉節を使用。
ごはんにふりかけるだけで、わさびめし風のごはんがカンタンに楽しめる便利なふりかけです。



326 〈田丸屋本店〉

極のわさびめしふりかけ 常

30g 〈日本製〉
〈使用特定原材料〉卵
137kcal/1P

590円

なめ茸開発元祖の小林農園が自然にこだわる逸品です。

野生種を自然に近い環境で栽培したえのき茸は、茶褐色で歯ごたえが強くどこか天然に近い風味があります。野生種えのき茸特有のぬめりや甘味が多く味は濃厚。調味料も全て選りすぐりの国内品で化学調味料や保存料・防腐剤という添加物は使用しておりません。



328 〈小林農園〉

元祖の野生種なめ茸 常

200g 〈日本製〉
〈使用特定原材料〉小麦
89kcal/100g

590円

ローストガーリックとオニオンのコクに、駿河湾産桜えびの香ばしさをプラス。

米麹を入れることでまろやかな味わいに仕上げました。卵かけごはんやそうめんにかけて、お召し上がりください。



331 〈カネジウ食品〉

駿河湾産桜えび使用
食べる麴ラー油 常

90g 〈日本製〉
〈使用特定原材料〉小麦・えび

885円

鶏卵、鶉卵、鶏肉、ほたて、えび、筍、椎茸、銀杏、蒲鉾などの具の入った本格的な茶碗蒸しがご家庭で手軽に楽しめます。



334 〈新珠食品〉

料亭風茶わんむし 冷

220g×2 〈日本製〉
〈使用特定原材料〉卵・小麦・えび
45.69kcal/100g

825円

北海道産の帆立貝柱のみを使い、じっくり煮出して「だし」をとりました。

油であげない、コシのある生麺食感の熟成乾燥麺使用。



335 〈K&K〉

北海道産
帆立貝柱だし塩ら〜めん 常

112g (めん70g、スープ42g)×2 〈日本製〉
〈使用特定原材料〉卵・小麦
318kcal/1P

890円

あい鴨ブランド京鴨のガラから、甘い香りが引き立つ「だし」をとりました。

油であげない、コシのある生麺食感の熟成乾燥麺使用。



336 〈K&K〉

だし麺
京鴨だし鴨白湯ら〜めん 常

102g (めん70g、スープ32g)×2 〈日本製〉
〈使用特定原材料〉乳・卵
333kcal/1P

890円

島根県宍道湖産しじみを煮出してとった「だし」を使用したスープはじんわりと広がるしじみの旨味と醤油のバランスが絶妙です。

冷やしても美味しく召し上がって頂けます。麺は、生麺を約2日じっくりと時間をかけて熟成と乾燥させたコシのある生麺食感です。



337 〈K&K〉

だし麺 島根県宍道湖産
しじみだし醤油ら〜めん 常

106g (めん70g、スープ36g)×2 〈日本製〉
〈使用特定原材料〉卵・小麦
300kcal/100g

890円

お留守勝ちのお客様には、留守番BOXをご用意しております。

2647

天候の異変等で入荷が困難となった場合は、一部の材料を変更させていただく場合がありますのであらかじめご了承ください。
十分に確認して掲載しておりますが、メーカーの都合により、商品の内容量・包装形態など予告なく変更または販売終了する場合もございますので予めご了承ください。