

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

9/21号

週刊おこんだて期間

9/21(月) ▶ 9/27(日)

お申し込み締切日

9/8(火)

9/21(月)
敬老の日

赤口

9/22(火)
国民の休日

先勝

9/23(水)
秋分の日

友引

9/24(木)

先負

9/25(金)

仏滅

9/26(土)

大安

9/27(日)

赤口

●グループ休日 本日の配達はお休みさせていただきます。



今週の/
とびっきり
メニュー

きのこたっぷり秋の味

Aメニュー | 9/22(火) 鶏ときのこのクリーム煮 705円

かにかまサラダ / バター焼き

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

9/21 月

チキンチャップ

ちくわマヨ焼き・大根サラダ



●熱量 585kcal ●たん白質 26.2g ●脂質 33.0g ●塩分 4.4g
●使用特定原材料…小麦**B**

材 料	2人用	3人用	4人用
鶏もも肉(凍/冷)	240g	360g	480g
人参(Cと併用)	1½本	2⅓本	1本
玉葱	2⅓個	1個	1⅓個
ピーマン	1個	1½個	2個
油	適宜	適宜	適宜
塩・こしょう	少々	少々	少々
ケチャップ	大3	大4½	大6
ソース	大2	大3	大4
さとう・酒	各大1½	各大2⅓	各大3
焼ちくわ(凍)	1本	1½本	2本
マヨネーズ	適宜	適宜	適宜
みそ	少々	少々	少々
人参	適宜	適宜	適宜
きゅうり	1½本	2⅓本	1本
大根	約140g	約210g	約280g
ドレッシング	適宜	適宜	適宜

— 下ごしらえ —

- 鶏肉は皮側をフォーク等で突き厚みを
均一にし、塩・こしょうする。

35分
調理時間

手順 **C**▶**A**▶**B**

Aチキンチャップ

- 玉葱は輪切りにし、人参(Cの分を取りおく)は斜め切りにしピーマンは適宜に切り共に焼き、塩・こしょうする。
- 1**を蒸し焼きにし**イ**を加え味を絡め、①を添える。

Bちくわマヨ焼き

- ちくわは縦横半分に切り、**□**を塗りオープン又はオープントースターで焦げ目がつくまで焼く。

C大根サラダ

- 材料はせん切りにし、ドレッシングで和える。

9/22 火

銀鮭塩焼

玉子炒め・ごま和え



●熱量 291kcal ●たん白質 25.2g ●脂質 14.9g ●塩分 3.2g
●使用特定原材料…卵**B**

材 料	2人用	3人用	4人用
銀鮭甘口切身(凍) 70g	2切	3切	4切
卵	2個	3個	4個
ぶなしめじ	⅓パック	½パック	⅔パック
人参	¼本	⅓本	½本
玉葱	½個	⅔個	1個
にら	⅓束	¼束	⅓束
油	適宜	適宜	適宜
塩・こしょう	少々	少々	少々
白菜	⅓個	½個	⅓個
すりごま	3g	5g	6g
塩	少々	少々	少々
しょうゆ	大½	大⅔	大1
さとう	大⅓	大½	大⅔

手順 **C**▶**A**▶**B**

A銀鮭塩焼

- 魚は焼網で焼く。

B玉子炒め

- ぶなしめじは石づきを切り小房に分け、人参は短冊切りにする。玉葱は薄切りにし、にらは3cm位に切る。
- ①を炒め塩・こしょうし、溶き卵を加え一炒めする。

Cごま和え

- 白菜は細切りにし塩熱湯で茹で冷水に取り絞り、すりごま・**イ**で和える。

30分
調理時間

9/23 水

麻婆豆腐

揚げワンタン・中華和え



●熱量 532kcal ●たん白質 23.4g ●脂質 31.5g ●塩分 5.1g
●使用特定原材料…乳**A**・卵**B**・小麦**A****B**

材 料	2人用	3人用	4人用
豚挽肉(凍/冷)	120g	180g	240g
絹ごし豆腐(冷)	小1丁	大1丁	小2丁
にんにく	適宜	適宜	適宜
しょうが	適宜	適宜	適宜
太葱	¼本	⅓本	½本
とりガラスープ	1袋	1½袋	2袋
豆板醤	1袋	1½袋	2袋
油・片栗粉	適宜	適宜	適宜
水	1½C	2⅓C	3C
しょうゆ	大2	大3	大4
酒・さとう	各大1	各大1½	各大2
ごま油	大1	大1½	大2
ラー油	少々	少々	少々
ワンタン(凍)	6個	9個	12個
揚げ油	適宜	適宜	適宜
レタス	⅓個	¼個	⅓個
カットわかめ	3g	5g	6g
しょうゆ・酢	各大½	各大⅔	各大1
さとう・ごま油	各大⅓	各大½	各大⅔

— 下ごしらえ —

- 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。

30分
調理時間

手順 **C**▶**B**▶**A**

A麻婆豆腐

- みじん切りのにんにく・しょうが・太葱を挽肉と共に炒め、**1**を加え更に炒め、とりガラスープの素・豆板醤(量は加減)・**イ**を加え一煮し、倍量の水で溶いた片栗粉でとろみをつけ**□**で味を調える。

B揚げワンタン

- ワンタンは180℃の揚げ油で約3分揚げる。

C中華和え

- レタスはちぎり、わかめは水に漬けます。
- ①を**ハ**で和える。

9/24 木

牛肉コロッケ

ツナ大根サラダ・みそ炒め



●熱量 495kcal ●たん白質 26.8g ●脂質 25.7g ●塩分 2.3g
●使用特定原材料…乳A・卵A・小麦A

材 料		2人用	3人用	4人用
A 牛肉コロッケ	コロッケ(牛肉)(凍)	2個	3個	4個
	キャベツ	1/6個	1/6個	1/4個
	プチトマト	2個	3個	4個
	揚げ油	適宜	適宜	適宜
B ツナ大根サラダ	ツナフレーク	2/3缶	1缶	1 1/3缶
	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
	ドレッシング	適宜	適宜	適宜
C みそ炒め	こかぶ	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
	油	適宜	適宜	適宜
	みりん	大1	大1 1/2	大2
	イ みそ・酒	各大2/3	各大1	各大1 1/3
	さとう	大1/2	大2/3	大1

手順 B▶A▶C

A 牛肉コロッケ

①コロッケは175℃の揚げ油で約6分揚げ、せん切りキャベツ・プチトマトを添える。

B ツナ大根サラダ

①大根はせん切りにし、貝割大根は根を切り半分に切る。

②ツナ・①を盛りドレッシングをかける。

C みそ炒め

①こかぶは薄切りにし葉は3cm位に切り、ぶなしめじは石づきを切り小房に分ける。

②①を炒め、イを加え味を絡める。

30分調理時間

9/25 金

肉団子の甘酢あん

かに風味シューマイ・粒マスタード和え



●熱量 733kcal ●たん白質 16.0g ●脂質 37.6g ●塩分 3.8g
●使用特定原材料…乳A・卵AB・小麦AB・えびB・かにB

材 料		2人用	3人用	4人用
A 肉団子の甘酢あん	肉団子(凍)	10個	15個	20個
	人参	1/2本	2/3本	1本
	玉葱	1/2個	2/3個	1個
	ピーマン	1個	1 1/2個	2個
	生しいたけ	1枚	1 1/2枚	2枚
	揚げ油・油・片栗粉	適宜	適宜	適宜
	水	1C	1 1/2C	2C
	さとう・酒	各大3	各大4 1/2	各大6
イ 酢・ケチャップ	しょうゆ	大1	大1 1/2	大2
	しょうゆ	大1	大1 1/2	大2
	しょうゆ	大1	大1 1/2	大2
B かに風味シューマイ	かに風味シューマイ(凍)	8個	12個	16個
	レンジ			
C 粒マスタード和え	じゃが芋	2個	3個	4個
	粒マスタード	2袋	3袋	4袋
	塩・こしょう	少々	少々	少々
	マヨネーズ	適宜	適宜	適宜

手順 C▶A▶B

A 肉団子の甘酢あん

①肉団子は素揚げする。

②人参・玉葱・ピーマン・石づきを切った生しいたけは乱切りにし、人参は固茹でにする。

③②を炒め①・イを加え煮、倍量の水で溶いた片栗粉でとろみをつける。

B かに風味シューマイ

①シューマイはラップをし、500Wのレンジで8個につき約2分加熱する。

C 粒マスタード和え

①じゃが芋は適宜に切り茹で、粒マスタード(量は加減)・□で和える。

20分調理時間

9/26 土

えびの玉子とじ丼

コーンサラダ・さつま芋のきんぴら



●熱量 679kcal ●たん白質 21.7g ●脂質 19.6g ●塩分 2.4g
※ご飯160gの栄養素を含む ●使用特定原材料…卵A・えびA

材 料		2人用	3人用	4人用
A えびの玉子とじ丼	むきえび(凍)	60g	90g	120g
	卵	2個	3個	4個
	豆腐(冷)	1個	1 1/2個	2個
	みつ葉	1/4束	1/2束	1/2束
	赤唐辛子	適宜	適宜	適宜
	油・ご飯	適宜	適宜	適宜
	だし汁	2/3C	1C	1 1/3C
	酒	大1	大1 1/2	大2
イ しょうゆ	しょうゆ	大2/3	大1	大1 1/3
	さとう	大1/3	大1/2	大2/3
	さとう	大1/3	大1/2	大2/3
B コーンサラダ	ブロッコリー	1/4株	1/2株	1/2株
	レタス	1/6個	1/4個	1/2個
	カーネルコーン(凍)	30g	45g	60g
	ドレッシング	適宜	適宜	適宜
C さつま芋のきんぴら	塩	少々	少々	少々
	さつま芋	約140g	約210g	約280g
	ごま油	適宜	適宜	適宜
	ロ しょうゆ・酒・さとう	各大1/2	各大2/3	各大1

下ごしらえ

①豆腐は布巾等に取り重石をし(レンジ調理の場合キッチンペーパーなどに包み500Wで1個につき約1分)水気をきり適宜に切る。

手順 B▶C▶A

A えびの玉子とじ丼

①えびを炒めイ・①・3cm位に切ったみつ葉を加え煮、溶き卵を回し入れとじご飯にのせ、赤唐辛子(量は加減)を散らす。

B コーンサラダ

①ブロッコリーは小房に分け塩熱湯で茹で、コーンはサッと茹でる。レタスはちぎる。

②①を盛り、ドレッシングをかける。

C さつま芋のきんぴら

①さつま芋は細切りにし水にさらしごま油で炒め、□を加え味を絡める。

30分調理時間

9/27 日

蒸し鶏のねぎソース

玉子サラダ・ごぼう煮



●熱量 501kcal ●たん白質 38.1g ●脂質 28.0g ●塩分 1.3g
●使用特定原材料…乳B・卵B・小麦B

材 料		2人用	3人用	4人用
A 蒸し鶏のねぎソース	鶏胸肉(凍/冷)	240g	360g	480g
	太葱	1/2本	2/3本	1本
	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
イ 酒・塩・こしょう	さとう	少々	少々	少々
	ごま油	大2	大3	大4
	酢	大1/3	大1/2	大2/3
B 玉子サラダ	卵	1個	2個	2個
	リーフレタス	2枚	3枚	4枚
C ごぼう煮	食べるごまドレッシング	1袋	1 1/2袋	2袋
	ごぼう	約100g	約150g	約200g
	だし汁	1C	1 1/2C	2C
	ロ しょうゆ・みりん	各大1	各大1 1/2	各大2
さとう	さとう	少々	少々	少々
	さとう	少々	少々	少々

下ごしらえ

①鶏肉はフォーク等で刺し酒・塩・こしょうを振り、耐熱皿に入れラップをし、500Wのレンジで2人分につき約6分加熱し、ラップをしたまま粗熱を取る。

②卵は茹で殻をむき適宜に切る。

手順 C▶B▶A

A 蒸し鶏のねぎソース

①太葱はみじん切りにし、おろしにんにく・イ・塩を混ぜておく。

②①を食べ易く切り①をかけ、根を切った貝割大根を散らす。

B 玉子サラダ

①リーフレタスはちぎり、②と共に盛り、ドレッシングをかける。

C ごぼう煮

①ごぼうはすりこ木等で叩き適宜に切り水にさらし、□で煮る。

35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

9/21 月

さば味噌漬焼

肉団子の煮物
ピーナツ和え



●熱量478kcal ●たん白質24.1g ●脂質32.3g ●塩分3.5g
●使用特定原材料…乳B・卵B・小麦ABC・落花生C

2人用 22 1,460 円 3人用 29 1,940 円 4人用 36 2,400 円

30分
調理時間

材 料	2人用	3人用	4人用
A さば味噌漬焼	さば味噌漬(冷) 約100g	2枚	3枚
			4枚
B 肉団子の煮物	肉団子(凍)	6個	9個
	こんにやく	1/2枚	3/4枚
	人参(□と併用)	1/2本	3/4本
	いんげん(凍)	40g	60g
	だし汁	1C	1 1/2C
C ピーナツ和え	しょうゆ	大1	大1 1/2
	酒・みりん	各大3/4	各大1
		各大1 1/3	
C ピーナツ和え	小松菜	1/3束	1/2束
	人参	適宜	適宜
	ピーナツ和えの素	1袋	1 1/2袋
		2袋	
	塩	少々	少々

手順 C▶B▶A

A さば味噌漬焼

①魚は焼網で焼く。

B 肉団子の煮物

①こんにやくは適宜に切り下茹でし、人参(□の分を取りおく)は乱切りにする。

②イで肉団子・①を煮、適宜に切ったいんげんを加え一煮する。

C ピーナツ和え

①小松菜は塩熱湯で茹で冷水に取り絞り3cm位に切り、残りの人参は細切りにし茹で、素で和える。

9/22 火

鶏ときのこのクリーム煮

かにかまサラダ
バター焼き



●熱量645kcal ●たん白質25.5g ●脂質39.0g ●塩分2.7g
●使用特定原材料…乳A・卵B・小麦AB・かにB

2人用 23 1,680 円 3人用 30 2,180 円 4人用 37 2,820 円

30分
調理時間

材 料	2人用	3人用	4人用
A 鶏ときのこのクリーム煮	鶏もも肉(凍/冷)	200g	300g
	エリンギ	1/2パック	3/4パック
	舞茸	1/2パック	3/4パック
	えのき茸	1/2袋	3/4袋
	玉葱	1/2個	3/4個
	コンソメ	1袋	1 1/2袋
	塩・こしょう	少々	少々
	油・バター 又はマーガリン	適宜	適宜
	小麦粉	大1	大1 1/2
	牛乳	1C	1 1/2C
B かにかまサラダ	水	1/2C	3/4C
		1C	1C
	かにかまぼこ(凍)	1本	1 1/2本
	リーフレタス	2枚	3枚
C バター焼き	ドレッシング	適宜	適宜
		適宜	適宜
	さつま芋	約160g	約240g
	バター 又はマーガリン	適宜	適宜
		適宜	適宜
	塩	少々	少々

下ごしらえ

①鶏肉は適宜に切り、塩・こしょうする。

手順 B▶A▶C

A 鶏ときのこのクリーム煮

①エリンギは適宜に切り、舞茸は小房に分け、えのき茸は石づきを切り半分に切る。

②①を蒸し焼きにし、①を加え炒め合わせ、取り出す。

③玉葱は薄切りにしバター又はマーガリンで炒め小麦粉を振り入れ粉っぽさがなくなったら牛乳を少しずつ加え、コンソメ・水(量は加減)・②を加え煮、塩で味を調える。

B かにかまサラダ

①かにかまぼこは適宜に切り、リーフレタスはちぎる。

②①を盛りドレッシングをかける。

C バター焼き

①さつま芋は薄切りにし水にさらしバター又はマーガリンで焼き、塩を振る。

9/23 水

お魚ハンバーグ

大根サラダ
かぼちゃ煮



●熱量568kcal ●たん白質16.6g ●脂質32.2g ●塩分1.5g
●使用特定原材料…乳B・卵AB・小麦AB

2人用 24 1,620 円 3人用 31 2,270 円 4人用 38 2,650 円

20分
調理時間

材 料	2人用	3人用	4人用
A お魚ハンバーグ	お魚ハンバーグ 白身魚(凍)	4個	6個
	水菜	1/4袋	1/3袋
	プチトマト	2個	3個
	粒マスタード	2袋	3袋
	マヨネーズ	大2	大3
	牛乳	大1/3	大1/2
	油	適宜	適宜
B 大根サラダ	油	適宜	適宜
	ハムスライス (凍/冷)	1枚	1 1/2枚
	大根	約140g	約210g
	むき枝豆(凍)	20g	30g
	ドレッシング	適宜	適宜
C かぼちゃ煮	塩	少々	少々
		少々	少々
	かぼちゃ	1/6個	1/5個
	水	1/2C	3/4C
	しょうゆ・みりん	各大1/2	各大3/4
	酒・さとう	各大1/3	各大1/2
		各大1/3	各大1/2

手順 C▶B▶A

A お魚ハンバーグ

①粒マスタード(量は加減)・イを混ぜる。

②ハンバーグは焼き①をかけ、3cm位に切った水菜・プチトマトを添える。

B 大根サラダ

①ハム・大根は細切りにし、枝豆は塩熱湯でサッと茹でる。

②①を盛りドレッシングをかける。

C かぼちゃ煮

①かぼちゃは食べ易く切り、□で煮含める。

Cメニュー

お手軽簡単メニュー

9/21 月 豚塩カルビ丼

玉子サラダ
みそ汁



●熱量713kcal ●たん白質19.8g ●脂質34.0g ●塩分3.9g
※ご飯160gの栄養素を含む ●使用特定原材料…乳A・卵B

2人用 **43** 1,560円 3人用 **50** 2,120円 4人用 **57** 2,610円

20分
調理時間

材 料		2人用	3人用	4人用
A 豚塩カルビ丼	豚塩カルビ丼の素(凍)90g	2パック	3パック	4パック
	湯煎			
	太葱	1/4本	1/3本	1/2本
	白ごま	3g	5g	6g
B 玉子サラダ	ご飯	適宜	適宜	適宜
	卵	1個	2個	2個
	きゅうり	1/2本	2/3本	1本
	リーフレタス	2枚	3枚	4枚
C みそ汁	ドレッシング	適宜	適宜	適宜
	玉葱	1/2個	2/3個	1個
	カットわかめ	3g	5g	6g
	だし汁	2C	3C	4C
みそ		大1 1/3	大2	大2 2/3

手順 B▶C▶A

A 豚塩カルビ丼

①丼の素は湯煎で約7分温めご飯にのせ、小口切りの太葱・白ごまを散らす。

B 玉子サラダ

①卵は茹で殻を剥き輪切りにし、リーフレタスはちぎる。きゅうりは斜め切りにする。

②①を盛りドレッシングをかける。

C みそ汁

①玉葱は薄切りにし、わかめは水に漬け戻す。

②①をだし汁で煮、煮汁でみそを溶き加える。

9/22 火 ほっけの煮付け

だし巻玉子
しぐれ和え



●熱量341kcal ●たん白質25.6g ●脂質15.9g ●塩分4.0g
●使用特定原材料…卵B・小麦AB

2人用 **44** 1,620円 3人用 **51** 2,470円 4人用 **58** 2,880円

20分
調理時間

材 料		2人用	3人用	4人用
A ほっけの煮付け	シマホッケ 骨なし切身(凍)約80g	2切	3切	4切
	太葱	1/2本	2/3本	1本
	しょうが(☐と併用)	適宜	適宜	適宜
	和風万能調味料	1袋	1 1/2袋	2袋
B だし巻玉子	水	1/2C	2/3C	1C
	卵	3個	5個	6個
	旨だし醤油	1袋	1 1/2袋	2袋
	水	大3	大4 1/2	大6
C しぐれ和え	塩	少々	少々	少々
	油	適宜	適宜	適宜
	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 A▶C▶B

A ほっけの煮付け

①しょうが(☐の分を取りおく)は薄切りにし、太葱はぶつ切りにする。

②調味料・水(量は加減)を煮立て魚・①を入れ、落とし蓋をし中火で煮る。

B だし巻玉子

①溶き卵に旨だし醤油・イを混ぜ厚焼玉子を作り、食べ易く切る。

C しぐれ和え

①なすは薄切りにし塩でもみ水気を絞る。しその葉はせん切りにし、残りのしょうがはみじん切りにする。

②①を和える。

9/23 水 牛肉とピーマンのオイスター炒め

ミニかに玉・わかめ和え



●熱量372kcal ●たん白質24.3g ●脂質20.1g ●塩分4.8g
●使用特定原材料…卵B・小麦AB・かにB

2人用 **45** 2,050円 3人用 **52** 2,850円 4人用 **59** 3,520円

20分
調理時間

材 料		2人用	3人用	4人用
A 牛肉とピーマンのオイスター炒め	牛こま肉(凍/冷)	200g	300g	400g
	ピーマン	4個	6個	8個
	白ごま	3g	5g	6g
	中華オイスターのたれ	2/3袋	1袋	1 1/3袋
B ミニかに玉	ごま油・片栗粉	適宜	適宜	適宜
	塩・こしょう	少々	少々	少々
	酒	大1	大1 1/2	大2
	ミニかに玉(凍)	2個	3個	4個
C わかめ和え	こかぶ	1個	1 1/2個	2個
	人参	1/4本	1/3本	1/2本
	カットわかめ	3g	5g	6g
	塩	少々	少々	少々
	酢	大1	大1 1/2	大2
	さとう	大1/2	大2/3	大1

手順 C▶A▶B

A 牛肉とピーマンのオイスター炒め

①牛肉は、塩・こしょう・片栗粉をまぶす。

②ピーマンは細切りにする。

③ごま油で①・②を順に加え炒め、たれ・酒を加え味を絡め白ごまを散らす。

B ミニかに玉

①ミニかに玉はラップをし、500Wのレンジで2個につき約1分加熱する。

C わかめ和え

①こかぶは薄切りにし葉は3cm位に切り、人参はせん切りにし共に塩でもみ水気を絞る。わかめは水に漬け戻す。

②①をイで和える。

●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

9/24 木 豚肉のおろしソース

焼きはんぺん
長芋そうめん



●熱量403kcal ●たん白質23.2g ●脂質21.6g ●塩分3.2g
●使用特定原材料…小麦A C

2人用 25 1,390円 3人用 32 1,840円 4人用 39 2,240円

30分
調理時間

材 料	2人用	3人用	4人用
豚こま肉(凍/冷)	160g	240g	320g
玉葱	1/2個	2/3個	1個
人参	1/4本	1/3本	1/2本
青梗菜	1株	1 1/2株	2株
和風おろし ドレッシング	2袋	3袋	4袋
油	適宜	適宜	適宜
塩・こしょう	少々	少々	少々
黒はんぺん(凍)	4枚	6枚	8枚
しょうが	適宜	適宜	適宜
長芋	約140g	約210g	約280g
旨だし醤油	1袋	1 1/2袋	2袋

手順 C▶B▶A

A 豚肉のおろしソース

- ①玉葱は薄切りにし人参は短冊切りにし、青梗菜は3cm位に切る。
- ②豚肉・①を炒め塩・こしょう、ドレッシングをかける。

B 焼きはんぺん

- ①はんぺんは焼網で焼き、おろししょうがを添える。

C 長芋そうめん

- ①長芋はせん切りにし水にさらし、醤油をかける。

9/25 金 いかときのこのバター醤油炒め

ごぼうサラダ
かぼちゃ煮



●熱量484kcal ●たん白質30.8g ●脂質20.6g ●塩分3.9g

2人用 26 1,790円 3人用 33 2,650円 4人用 40 2,920円

35分
調理時間

材 料	2人用	3人用	4人用
いか短冊(凍)	100g	150g	200g
ぶなしめじ	1/2パック	2/3パック	1パック
舞茸	1/2パック	2/3パック	1パック
小松菜	1/3束	1/2束	2/3束
にんにく	適宜	適宜	適宜
油	適宜	適宜	適宜
酒	大1	大1 1/2	大2
バター又はマーガリン	大1	大1 1/2	大2
しょうゆ	大1/2	大2/3	大1
塩・こしょう	少々	少々	少々
鶏胸肉(凍/冷)	60g	90g	120g
ごぼう	約60g	約90g	約120g
人参	1/4本	1/3本	1/2本
青葱	1本	2本	2本
すりごま	3g	5g	6g
酒	少々	少々	少々
マヨネーズ	大1	大1 1/2	大2
酢・さとう	各大1/3	各大1/2	各大2/3
しょうゆ	少々	少々	少々
かぼちゃ	1/6個	1/6個	1/4個
だし汁	2/3C	1C	1 1/3C
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 いかときのこのバター醤油炒め

- ①ぶなしめじは石づきを切り、舞茸と共に小房に分け、小松菜は3cm位に切る。
- ②みじん切りのにんにく・いか・①を順に加え酒を振り入れ一炒めし、イで調味する。

B ごぼうサラダ

- ①鶏肉は酒を加えた熱湯で茹でほぐす。ごぼうは人参と共に細切りにし、ごぼうは水にさらし、共に茹でる。

- ②①をすりごま・口で和え、小口切りの青葱を散らす。

C かぼちゃ煮

- ①かぼちゃは適宜に切りハで煮含める。

9/26 土 牛肉とこんにゃくの山椒炒め

コーンちくわ・しそ和え



●熱量553kcal ●たん白質20.8g ●脂質35.3g ●塩分3.1g
●指定特定原材料…小麦B

※9/26⑤・9/27⑥のメニューのお届けは9/25④です。

2人用 27 1,650円 3人用 34 2,420円 4人用 41 2,920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)	140g	210g	280g
ぶなしめじ	1/3パック	1/2パック	2/3パック
ししとう	4本	6本	8本
こんにゃく	2/3枚	1枚	1 1/3枚
粉山椒	2袋	3袋	4袋
油	適宜	適宜	適宜
しょうゆ・みりん・酒	各大1	各大1 1/2	各大2
さとう	大1/3	大1/2	大2/3
焼きちくわ(凍)	2本	3本	4本
カーネルコーン(凍)	60g	90g	120g
マヨネーズ	適宜	適宜	適宜
白菜	1/8個	1/6個	1/4個
しその葉	2枚	3枚	4枚
塩	少々	少々	少々

手順 C▶B▶A

A 牛肉とこんにゃくの山椒炒め

- ①牛肉は食べ易く切り、こんにゃくは細切りにし下茹でする。ぶなしめじは石づきを切り小房に分ける。

- ②①を炒め、粉山椒(量は加減)・イ・適宜に切ったししとうを加え味を絡める。

B コーンちくわ

- ①コーン・マヨネーズを混ぜる。

- ②ちくわは縦横半分に切り①のをのせ、オープン又はオーブントースターで焼く。

C しそ和え

- ①白菜は細切りにし塩でもみ水気を絞り、せん切りのしその葉と和える。

9/24 木

白身魚のバジルオイル蒸し

マカロニサラダ
粉ふき芋



●熱量330kcal ●たん白質17.8g ●脂質16.9g ●塩分2.4g
●使用特定原材料…乳A・卵B・小麦AB

2人用 46 1,640円 3人用 53 2,370円 4人用 60 2,940円

20分
調理時間

材 料	2人用	3人用	4人用
A 白身魚のバジルオイル蒸し	ホキ骨なし切身(凍)約80g	2切	3切
	玉葱	1/2個	3/4個
	えのき茸	1/2袋	3/4袋
	プチトマト	2個	3個
	バジルオイルソース	1袋	1 1/2袋
B マカロニ	マカロニサラダ(冷)そのまま	1パック	1 1/2パック
C 粉ふき芋	じゃが芋	2個	3個
	塩・こしょう	少々	少々

手順 A▶B▶C

A 白身魚のバジルオイル蒸し

- ①玉葱は薄切りにし、えのき茸は石づきを切る。プチトマトは半分に切る。
- ②ホイルに①・魚をのせソースをかけ包み、オープン又はオーブントースターで約15分焼く。

C 粉ふき芋

- ①じゃが芋は食べ易く切り水にさらし茹で粉ふき芋を作り、塩・こしょうする。

9/25 金

若鶏の和風焼き

もやしとじゃこの炒め煮
茄子の即席漬け



●熱量429kcal ●たん白質27.6g ●脂質26.8g ●塩分2.7g
●使用特定原材料…小麦A

2人用 47 1,920円 3人用 54 2,490円 4人用 61 2,840円

20分
調理時間

材 料	2人用	3人用	4人用
A 若鶏の和風焼き	鶏もも肉(凍/冷)	240g	360g
	キャベツ	1/6個	1/4個
	和風万能調味料	1/2袋	3/4袋
	油	適宜	適宜
B もやしとじゃこの炒め煮	ちりめん干(凍)	10g	15g
	もやし(冷)	100g	150g
	エリンギ	1/3パック	1/2パック
	ごま油	適宜	適宜
	だし汁	1/3C	1/2C
C 茄子の即席漬け	イ酒	大3/4	大1
	しょうゆ	大1/2	大3/4
	なす	1本	1 1/2本
	しょうが	適宜	適宜
	しその葉	2枚	3枚
	塩	少々	少々

手順 C▶B▶A

A 若鶏の和風焼き

- ①鶏肉は皮側をフォーク等で突き厚みを均一にする。
- ②①を蒸し焼きにし調味料を加え味を絡め食べ易く切り、せん切りキャベツと共に盛る。

B もやしとじゃこの炒め煮

- ①エリンギは斜め切りにする。
- ②材料をごま油で炒め、イを加え煮る。

C 茄子の即席漬け

- ①なすは薄切りにし塩でもみ絞り、みじん切りのしょうが・千切りのしその葉と和える。

9/26 土
9/27 日

いわしフライ&野菜コロッケ

金胡麻豆腐・おかかマヨ和え



●熱量 503kcal ●たん白質 16.3g ●脂質 27.5g ●塩分 1.5g
●指定特定原材料…乳A・卵A・小麦A

※9/26④・9/27⑤のメニューのお届けは9/25⑤です。

2人用 48 1,540円 3人用 55 2,100円 4人用 62 2,600円

20分
調理時間

材 料	2人用	3人用	4人用
A いわしフライ&野菜コロッケ	いわしフライ(凍)60g	2枚	3枚
	むかしのコロッケ・野菜(凍)	4個	6個
	リーフレタス	2枚	3枚
	プチトマト	2個	3個
	揚げ油	適宜	適宜
B 金胡麻豆腐	越前庵粒入り金胡麻豆腐・みそたれ付(冷)	2個	3個
C おかかマヨ和え	ブロッコリー	1/3株	1/2株
	花かつお	1袋	1 1/2袋
	塩・しょうゆ	少々	少々
	マヨネーズ	適宜	適宜

手順 C▶A▶B

A いわしフライ&野菜コロッケ

- ①170～180℃の揚げ油でフライは約3～4分、コロッケは175℃の揚げ油で約3分～3分半揚げ、リーフレタス・プチトマトを添える。

B 金胡麻豆腐

- ①胡麻豆腐は添付のたれをかける。

C おかかマヨ和え

- ①ブロッコリーは小房に分け塩熱湯で茹で、花かつお・マヨネーズ・しょうゆで和える。

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。
※9/26⑤・9/27⑥のメニューのお届けは9/25④です。

9/21 月
9/27 日

2人用120~126

1,130 円

3人用127~133

1,650 円

4人用134~140

1,800 円

25分
調理時間

ジューシー肉シューマイ

玉子スープ
わかめ和え

●熱量516kcal ●たん白質24.7g ●脂質28.6g ●塩分4.6g
●使用特定原材料…乳B・卵AB・小麦AB・えびA・かにA

材料

2人用

3人用

4人用

A ジューシー肉シューマイ

シューマイ(凍)

10個

15個

20個

B 玉子スープ

リーフレタス

2枚

3枚

4枚

C わかめ和え

しょうゆ・ねりからし

少々

少々

少々

卵

1個

2個

2個

人参

1/4本

1/3本

1/2本

青葱

1本

2本

2本

とりガラスープ

1袋

1 1/2袋

2袋

水

2C

3C

4C

塩・こしょう

少々

少々

少々

きゅうり

1/2本

2/3本

1本

大根

約140g

約210g

約280g

カットわかめ

3g

5g

6g

塩・ごま油

少々

少々

少々

手順 B▶C▶A

A ジューシー肉シューマイ

①シューマイはラップをし、500Wのレンジで10個につき約 2分30秒温め、リーフレタスを添え、イをつけていただく。

B 玉子スープ

①人参は細切りにしとりガラスープ・水(量は加減)で煮、塩・こしょうで味を調え溶き卵を回し入れかき玉状にし、小口切りの青葱を散らす。

C わかめ和え

①きゅうり・大根は適宜に切り塩でもみ絞り、わかめは水に漬け戻す。

②①をごま油で和える。

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21日

148

3,860 円

豚挽肉(凍/冷)

150g

人参

1本

鶏胸肉(凍/冷)

200g

きゅうり

1本

絹ごし豆腐(冷)

小1丁

なす

2本

ちりめん干(凍)

40g

ピーマン

3個

にら

1/2束

プチトマト

6個

にんにく

適宜

リーフレタス

3枚

もやし(冷)

200g

ぶなしめじ

1パック

調理例

なすのみそ炒め

豆腐のじゃやサラダ

※写真はお届け材料の一部で調理致しました。

木

9月24日

151

3,100 円

豚こま肉(凍/冷)

200g

人参

1本

厚揚げ(冷)

2個

じゃが芋

3個

卵(卵含む)

3個

玉葱

1個

肉団子(凍)(乳・卵・小麦含む)

18個

さつまいも

約200g

リーフレタス

3枚

プチトマト

6個

えのき茸

1袋

青葱

2本

ブロッコリー

1/2株

調理例

肉団子の炒め物

じゃが芋の洋風おやき

※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

400 〈アオノミート〉
キングカルビ タレ漬け 凍 焼

500g 約 2~3 人前 〈日本製〉
〈使用特定原材料〉小麦

2,400 円

お肉がタレ漬けになってたっぷり。肉好きの方にも超おすすめ。
ご飯がすすむ、お肉とはこのこと！焼き肉王になりましょう！

キングカルビ
タレ漬け

商品は9月25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



赤身の美味しさを堪能できるロース肉を食べやすい大きさにカットしました。タレは醤油ベースの焼肉味に、りんご・はちみつでコクのある甘さに仕上げました。高知県産生姜を使用し後味すっきりにしています。

〈日東ベスト〉
豚ロース焼肉
凍 湯 155 1,125円
100g×2 〈日本製〉
〈使用特定原材料〉小麦 230kcal/100g



まるでカレーパン！？もちもち食感のカレー入りもちです。北海道産じゃがいもを使用。

〈味のちぬや〉
もちもちポテト(カレー)
凍 揚 158 1,715円
80g×10 個 〈日本製〉
〈使用特定原材料〉乳・卵・小麦
144kcal/1 個 ※写真はイメージ



豆腐に山芋、魚のすり身、鶏肉、野菜を加えた、ふわふわ食感のハンバーグ。豆腐のまろやかなおいしさに、にんじん、れんこんなどの野菜の食感と色が映えます。

〈大冷〉
山芋入りふんわり豆腐ハンバーグ
凍 揚 156 2,120円
600g (10 個) 〈日本製〉
〈使用特定原材料〉小麦
179kcal/100g



牛肉を焼肉風に味付けし、玉ねぎ、にんじん、にんにくの芽を加え、唐辛子、コチジャンで甘辛く仕上げました。

〈MCC〉
焼肉ピラフ(韓国風)
凍 焼 159 1,485円
250g×2 〈日本製〉
〈使用特定原材料〉乳・小麦
452kcal/1P



NEW

鶏肉をベースに、荒挽きの牛タンを約 30%練り込んでおります。牛タンの食感が楽しめて、香ばしくジューシーな味わいです。そのままでももちろんですが、醤油だれと卵黄を付けるとさらに美味しく召し上がりがいただけます。

〈ミリオンエンタP〉
牛タンつくねドック串
凍 焼 157 1,500円
250g (5 本) 〈日本製〉
〈使用特定原材料〉乳・卵・小麦
336kcal/100g



トマトの旨味と酸味が程良いバランスで、ウインナー・ピーマン・マッシュルームなど具材たっぷりの、幅広い年齢層に愛される定番メニューです。

〈ヤヨイサンフーズ〉
**Oliveto
スパゲティ・ナポリタン**
凍 湯 焼 160 1,675円
280g×2 〈日本製〉
〈使用特定原材料〉乳・卵・小麦
462kcal/1P

B

金

曜日までにお届け



限界まで残されたあらびき感、そして溢れる肉汁はまるでステーキ。あらびきの限界に挑んだ歯ごたえ抜群のジューシーなハム。口どけの良い脂身と、しっかりとした肉質の赤身をバランス良く配合し、歯ごたえ抜群なのに脂の甘みも溢れ出す、そんなステーキのようなハム！あらびき凄旨ジューシーハムです。

〈アオノミート〉
あらびき凄旨ジューシーハム
凍 162 1,320円
200g 〈日本製〉
〈使用特定原材料〉卵



しっかり味付けされたてりやきチキンの切り落としタイプです。「スライス済」「タレ込み」で使いやすい。サンドイッチ・ピザ・サラダ等のメニューに便利。

〈伊藤ハム〉
てりやきチキン 切り落とし
凍 湯 焼 165 1,160円
300g 〈日本製〉
〈使用特定原材料〉卵・小麦
167kcal/100g



3 種の醤を使用し、辛さの中にも旨み、甘味が感じられる麻婆茄子です。

〈日東ベスト〉
麻婆茄子丼の具
凍 湯 蒸 163 1,215円
180g×2 〈日本製〉
〈使用特定原材料〉乳・小麦
93kcal/100g



豆腐と豆乳をベースににんじん、枝豆等を彩りよく入れた生地で、鶏肉のそぼろあんを包んだヘルシーな和風メニュー。豆腐生地のふんわり感と、かつおだしの効いたそぼろあんをお楽しみください。

〈テーブルマーク〉
豆腐のそぼろあん包み
凍 湯 166 2,160円
500g (10 個) 〈日本製〉
〈使用特定原材料〉卵・小麦
208kcal/100g



海老の食感にこだわりました。揚げ上げりの剣先が良くサクッリ感が続きます。

〈EAST BEE〉
海老フライ L(BAP)
凍 揚 164 1,595円
265g 〈ベトナム製〉
〈使用特定原材料〉卵・小麦・えび
167kcal/100g



クリームはもちろん、スポンジ生地にコーヒー粉を混ぜ込みさらにコーヒースロップを染み込ませているため、全体でコーヒーを感じれる 1 品となっております。

〈五洋食品産業〉
コーヒー モンブラン
凍 167 1,890円
60g×4 個 〈日本製〉
〈使用特定原材料〉乳・卵・小麦

●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。

今週の
とびっきり
商品

内閣総理大臣賞受賞

下処理に静岡県産のお茶を使用し、さば特有の臭みを極力減らしてありますので、さばが苦手な方にも「これなら食べられる」と嬉しいお声を頂いております。スライスしてありますので簡単にお寿司やおつまみに便利にお使い頂けます。

切れてる
お茶しめさば

401 〈焼津冷蔵〉

切れてるお茶しめさば 凍 そのま

約 90g×2 〈日本製〉
363kcal/100g

1,585円



流水又は冷蔵庫で解凍してください。
さばは傷みやすいため自然解凍はお控えください。

独自の製法で『やわらか食感』『ふっくら食感』を実現したおいしいハンバーグです。



402 〈伊藤ハム〉

やわらか仕立
ミニハンバーグ 凍 焼 焼

300g×2 〈日本製〉
〈使用特定原材料〉乳・卵・小麦
205kcal/100g

1,215円

たまねぎにビール風味の衣を付け、サクッとおいしく仕上げました。



403 〈ハイツ〉

ピアバター
オニオンリング 凍 揚

500g 〈アメリカ製〉
〈使用特定原材料〉乳・小麦
232kcal/100g

2,215円

だしが溢れる割烹仕立てのだし巻たまごです。



404

〈EAST BEE〉
だし巻たまご 割烹仕立て 凍 そのま

280g 〈日本製〉
〈使用特定原材料〉乳・卵・小麦

785円

チーズをのせた柔らかいささみ肉をサクサクの衣で包みました。衣のサクサク感とチーズの風味が楽しめる商品です。お弁当やお惣菜、定食などに。



405 〈サンホーム〉

ささみチーズフライ 凍 揚

45g×20 個 〈日本製〉
〈使用特定原材料〉乳・卵・小麦
149kcal/100g

1,840円

ひとくちサイズの食べやすいギョウザです。焼き餃子や揚げギョウザで、パリッとした食感、ほどよい食感がウリの一品です。



406 〈ニッスイ〉

ぎょうざ 凍 焼 揚

50 個 (650g) 〈韓国産〉
〈使用特定原材料〉小麦
24kcal/1 個

1,485円

自然解凍で召し上がれる焼きなすです。焼きムラがなく甘みが凝縮。焼き目が目立たないので色々な料理に使えます。



407 〈ジェフダ〉

そのままOK! 焼なす 凍

50g×5 〈ベトナム製〉
27kcal/100g

690円

味わい豊かなイカとすり身を使用したミニサイズのドーナツです。素材の味を活かしながらも、スナック感覚で楽しめます。



408 〈大栄食品〉

イカドーナツフライ 凍 揚

500g 〈日本製〉
〈使用特定原材料〉乳・卵・小麦
143kcal/100g

1,650円

霧島山麓の高原地帯で栽培された、宮崎県産のほうれん草です。※加熱してお召し上がりください。



409 〈ニッスイ〉

宮崎産 ほうれん草 凍 炒 茹

500g 〈日本製〉
45kcal/100g

1,345円

完熟トマトペーストと 8mm のダイスチーズを合わせ滑らかに仕上げました。



410 〈極洋〉

うまトマチーズフライ 凍 揚

450g (15 個) 〈日本製〉
〈使用特定原材料〉乳・卵・小麦
167kcal/100g

1,400円

白身魚のすり身に豆乳、玉ねぎ、かにを加えた、ふんわりなめらかな食感の和惣菜です。かにの風味と彩り、ふんわりとなめらかな食感をお楽しみください。自然解凍でもおいしく召し上がれます。



411 〈ニチレイ〉

かにのふわふわ豆腐 凍 揚 蒸 そのま

500g (20 個) 〈日本製〉
〈使用特定原材料〉卵・かに
185kcal/100g

1,650円

特製醤油ダレで味付けした豚バラ肉を酢飯のおにぎりに巻きました。電子レンジで温めてもおいしく召し上がり頂けます。



412 〈昔亭〉

肉巻おにぎりW (醤油タレ)

凍 焼 湯
約 120g×2 〈日本製〉
〈使用特定原材料〉乳・小麦
186kcal/100g

1,300円

塩味で味付け。解凍後すぐにお召し上がりいただけます



413 〈サンホーム〉

今すぐ使える
塩ゆでえだまめ(台湾産) 凍 そのま

500g 〈台湾産〉

865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!!

豚肩ロース肉を使用した、しっとりやわらかな焼豚。

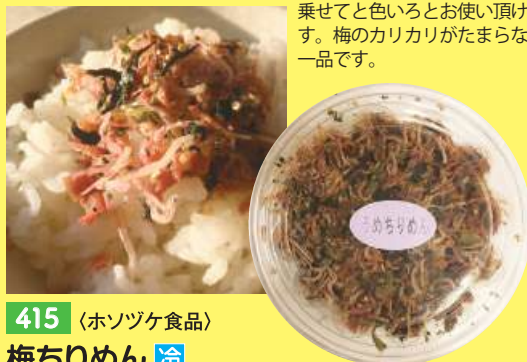
よりよい焼色に改良し、味のバランスを整えました。



414 〈伊藤ハム〉
しっとりやわらか肩ロース焼豚 冷
280g 〈日本製〉
〈使用特定原材料〉乳・卵・小麦
136kcal/100g **1,015円**

カリカリの梅干を細かく刻み、ちりめんやひじきなどと混ぜました。

ご飯にふりかけて又、サラダに乗せてと色いとお使い頂けます。梅のカリカリがたまらない一品です。



415 〈ホソヅケ食品〉
梅ちりめん 冷
90g 〈日本製〉
〈使用特定原材料〉小麦・えび **1,060円**

ツナと野菜のうま味を引き立たせました。



416 〈ヤマザキ〉
ツナ&コーンマカロニサラダ 冷
105g×4 〈日本製〉
〈使用特定原材料〉卵・小麦
220kcal/1P **825円**

※ブラートグルスト…ドイツ語で「ソーセージ」

食べ応えのあるサイズ。求めているのは「非日常感」。1本の食べ応えを追求しました。焼いて食べて頂くのがおすすめです。また、原料肉に豚肉を使用しているので、肉の旨みもお楽しみいただけます。



417 〈伊藤ハム〉
フランクフルターブラートグルスト (スモーク) 冷
275g 〈日本製〉
317kcal/100g **990円**

素材本来の甘味と風味を引き出したかぼちゃに、自社抽出だしと鶏もも肉の旨みが効いたあんをかけました。

かぼちゃは、ねっとりとした柔らかい食感で、中までしっかり味が染み込むように仕上げ、そぼろあんは、だしや鶏肉の旨みと甘味を程よく効かせ、3種の醤油を組み合わせることでコクや風味を出しました。主菜に近い副菜として満足感が得られる一品です。



420 〈ヤマザキ〉
かぼちゃのそぼろあんかけ 冷
100g×3 〈日本製〉〈使用特定原材料〉小麦
69kcal/100g **825円**

両面を鉄板でしっかり焼き上げ、お肉の旨み、ジューシー感を閉じ込めました。

シンプルな味付に仕上げておりますので、お好みのソースと合わせても美味しくお召し上がり頂けます。使う分だけトレイを切り取ってそのまま電子レンジで調理頂けます。



421 〈伊藤ハム〉
鉄板焼きハンバーグ 冷
2個入り 〈日本製〉
〈使用特定原材料〉乳・卵・小麦
229kcal/1ヶ **610円**

国産の鶏肉を使用した大袋のチキンナゲットです。食感の軽い衣を使い、ソースなしでも美味しくお召し上がり頂けますようお願いしました。



422 〈伊藤ハム〉
お徳用 チキンナゲット 冷
420g 〈日本製〉
〈使用特定原材料〉乳・卵・小麦
215kcal/100g **825円**

かつおを輪切りし、形を崩さぬように丁寧に炊き上げました。

かつおの旨みを引き出した味付けが好評の商品です。



423 〈マルシメ 21〉
鰹小判 常
140g 〈日本製〉
〈使用特定原材料〉小麦
230kcal/100g **1,035円**

豚もつ、大根、人参、こんにゃくを2種類の合わせ味噌を使用した味噌だれで煮込みました。



424 〈伊藤ハム〉
おかずプラス もつ煮込み 冷
180g×2 〈日本製〉〈使用特定原材料〉小麦
106kcal/1P **985円**

大根の甘みが引き立つ辛さです。

食べやすい大きさの大根は、絶妙な包丁さばきで大きさを揃えて、手作業でカットしています。パリッとした食感。にらの風味が美味しい一品です。



425 〈ホソヅケ食品〉
大根キムチ(カクテキ) 冷
150g 〈日本製〉
〈使用特定原材料〉小麦
72kcal/100g **615円**

特選街

※特選街の商品は9/25（金）までにお届けします。

お申し込み締切日
9/8 火



豚ロース肉を使用したボリュームのあるカツと、旨みとコクが引き立つルーが相性抜群！

471 〈ニッスイ〉
ふっくらごはん
カツカレー 凍 レンジ

598円



揚げたスケソウダラと5種の野菜が、黒酢あんのまろやかな酸味と絡んでごはんが進む！

472 〈ニッスイ〉
ふっくらごはん
たらと野菜の黒酢あん 凍 レンジ **598円**



食欲そそる大定番！
生姜香る特製だれで
香ばしく焼き上げた
豚肉をガッツリと！

473 〈ニッスイ〉
ふっくらごはん
豚肉生姜焼き 凍 レンジ

598円



鶏もも肉を使ったチ
キンを、酸味のきい
た南蛮だれとタルタ
ルソースで味わう、
たまらぬ旨さ！

474 〈ニッスイ〉
ふっくらごはん
チキン南蛮 凍 レンジ **598円**

冷凍庫にあると便利！
お昼や忙しい日におすすです。

レンジで簡単！
ごはん付き
冷凍弁当

レンジで簡単！
ごはん付き



今週の
ちよい足し

日用品

お弁当・食材と
一緒にお届け！

※日用品のみのご注文は500円以上で承ります。



601
皮むきでR!
日本製
※色は白か赤のいず
れかになります。 **98円**



602
サクサクふける
キッチンクリーナー
24枚入り **98円**



603
除菌
ウェットティッシュ
アルコール/54枚
入り **118円**



604
しっかり拭ける
厚手ペーパータオル
1枚でOK! 厚手タイプ
たっぷり120枚入り **128円**



605
NEW ポリラップ
30cm×20m **198円**



606
三菱アルカリ乾電池
単4
4個入り **128円**



607
ストッキング
水切りネット兼用タイプ
40枚入り **128円**



608
手さげ付半透明ポリ袋
30L/15枚 **128円**



609
楽ちんパック
950ml / レンジも可能
13.8 x 20.3 x H6.3cm **128円**



610
三菱アルカリ乾電池
単3
4個入り **128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。

2648

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。