

1/12週

ご注文締切日 1/7[水]

1/19週

ご注文締切日 1/14[水]

「ご家庭でご用意いただく材料」は、  
ホームページのトップに掲載されているメニューでご確認いただけます。

1/12月

1/13火

1/14水

1/15木

1/16金

1/17土

1/19月

1/20火

1/21水

1/22木

1/23金

1/24土

PAKUMOGU

2人用調理時間  
15~20分

月～金の各献立は週替わりメニューと変更できます。

頼れる人気メニュー



おすすめ度  
94%

主菜

チキンの  
カレーチーズ焼き

副菜

キャベツとコーンのソテー



おすすめ度  
100%

主菜

だしがおいしい♪  
肉うどん

副菜

白菜のごま和え



おすすめ度  
88%

主菜

おさかなハンバーグ  
照り焼きソース

副菜

ごぼうと揚げのみそ汁



おすすめ度  
100%

主菜

ふんわり玉子の親子丼

副菜

厚揚げとリーフのサラダ

週替わりメニュー

※週替わりメニューは土曜日  
の献立をお届けします。



おすすめ度  
80%

主菜

豚肉とさつま芋の  
まろやかみそクリーム煮

副菜

大根サラダ

おすすめ



おすすめ度  
100%

主菜

照り焼きスティックチキン

副菜

ブロッコリーと卵のサラダ



おすすめ度  
96%

主菜

辛い♪  
お子さまカレー鍋

※主菜のみの  
お届けとなります。



おすすめ度  
84%

主菜

フライドポテトで作る  
かぼちゃとポテトのミート焼き

副菜

野菜のコンソメスープ



おすすめ度  
94%

主菜

骨まで食べられる♪  
いわしの竜田揚げ

副菜

ひじきと高野豆腐の煮物



おすすめ度  
85%

主菜

豚肉とごぼうの柳川風

副菜

かぼちゃごまマヨ和え

週替わりメニュー

※週替わりメニューは土曜日  
の献立をお届けします。



おすすめ度  
84%

主菜

バターライス  
牛焼き肉のつけ

副菜

ウインナーと  
オニオンのスープ

祝日のため  
お休みです

あっ!とごはん

祝日のため  
お休みです



主菜

豚肉と白菜のみそ炒め

副菜

豆腐のニラ醤油かけ



主菜

デミグラスチキンカツ

副菜

卵とねぎのみそ汁



主菜

たらふくムニエル  
トマトソース

副菜

大根とウインナーの  
コンソメ煮



主菜

卵と一緒に!  
豚ばら大根

副菜

もやしと人参のナムル



主菜

銀鮭の塩焼き

副菜

春雨サラダ



主菜

さばの一夜干し

副菜

こんにゃくの甘辛炒め



主菜

鶏肉の  
トマトクリームソース

副菜

野菜スープ



主菜

南瓜入り豚こまDE  
黒酢酢豚

副菜

柚子こしょう香る  
ハリハリサラダ



主菜

和風おろしハンバーグ

副菜

もやしとニラの生姜和え



主菜

鶏南蛮うどん

副菜

大根とパプリカの即席漬け



主菜

デミグラスソースの  
ポークソテー

副菜

ブロッコリーとハムの  
コンソメ煮

土曜日分の食材は、  
金曜日にお届けいたします。

頼れる人気メニュー

定番 おうちごはん

2人用調理時間  
30~35分

祝日のため  
お休みです



主菜

ひじき入り  
豆腐ハンバーグ

副菜2品

●小松菜のおひたし  
●わかめとねぎのすまし汁



主菜

豚肉の生姜焼き

副菜1品

チンゲン菜とえのきの  
おかかマヨ和え



主菜

鶏肉のみそ焼き

副菜2品

●ひじきの炒り煮  
●玉ねぎの甘酢漬

おすすめ



主菜

カレイのチーズ焼き

副菜1品

ジャーマンポテト

土曜日分の食材は、  
金曜日にお届けいたします。



主菜

牛肉のオニオンソース

副菜1品

かぼちゃのだし煮



主菜

ロースとんかつ

副菜1品

大根とラディッシュの  
ゆかり和え



主菜

たらふく南蛮漬

副菜1品

切干大根の煮物



主菜

コク旨!  
トマトチーズカレー

副菜1品

焼きキャベツサラダ



主菜

特製ダレで食べる  
ぷるもち水餃子

副菜1品

レタスの韓国風厚揚げのつけ

おすすめ



主菜

牛肉とれんこんの金平

副菜2品

●水菜と油揚げのサラダ  
●じゃが芋のみそ汁

土曜日分の食材は、  
金曜日にお届けいたします。



主菜

豚肉のスタミナ焼き

副菜1品

春雨の中華和え



1/26週

ご注文締切日 1/21 [水]

2/2週

ご注文締切日 1/28 [水]

「ご家庭でご用意いただく材料」は、  
ホームページのトップに掲載されているメニューでご確認いただけます。

1/26 月

1/27 火

1/28 水

1/29 木

1/30 金

1/31 土

2/2 月

2/3 火

2/4 水

2/5 木

2/6 金

2/7 土

PAKUMOGU

2人用調理時間  
15~20分

月～金の各献立は週替わりメニューと変更できます。



主菜  
チーズインハンバーグ

副菜  
キャベツとヤングコーンの  
スープ



主菜  
のりと胡麻の  
揚げない唐揚げ

副菜  
かぼちゃとお揚げの煮物



主菜  
北海道産  
鮭のホイル焼き

副菜  
大根と人参のごま金平



主菜  
食欲そそる！  
ポークチャップ

副菜  
もやしとウインナーのソテー



主菜  
鶏ちゃん焼きうどん

副菜  
小松菜のみそ汁

週替わりメニュー

※週替わりメニューは土曜日  
の献立をお届けします。



主菜  
ハッシュドビーフ

副菜  
炒りたまサラダ



主菜  
4種野菜の豚丼

副菜  
もやしのナムル



主菜  
牛肉とこんがりポテトの  
洋風炒め

副菜  
キャベツと人参のスープ



主菜  
辛くない♪  
マイルドカレーうどん  
※小ねぎを追加お届けします。

副菜  
大根とコーンの中華和え



主菜  
チキンと野菜の  
クリーム煮

副菜  
リーフサラダ



主菜  
やわらかとんかつ

副菜  
小松菜と玉ねぎのみそ汁

週替わりメニュー

※週替わりメニューは土曜日  
の献立をお届けします。



主菜  
中華丼

副菜  
里芋のごまみそ汁

あっ!とごはん

※1  
2人用調理時間  
15分



主菜  
レンジで簡単！  
外食の味 親子丼

副菜  
ほうれん草のおひたし  
※小松菜をほうれん草に替えてお届けします。

※消費期限はお届け日当日です。



主菜  
肉豆腐  
※小ねぎをグリーンピースに替えてお届けします。

副菜  
人参と卵のみそ汁



主菜  
特製だれの油淋鶏

副菜  
キャベツと生姜の浅漬け風



主菜  
ぶりぶりえびの  
簡単カレーピラフ

副菜  
カラフルサラダ



主菜  
銀ひらす  
昆布白醤油焼き

副菜  
ひじきと高野豆腐の煮物

土曜日分の食材は、  
金曜日にお届けいたします。



主菜  
豚肉の中華炒め

副菜  
大根のべっこう煮



主菜  
ハンバーグデミソース

副菜  
野菜とハムのマリネ風



主菜  
チキンときのこの  
クリームオムライス

副菜  
コールスローサラダ



主菜  
野菜と食べる  
揚げ出し豆腐

副菜  
小松菜とえのきのおひたし



主菜  
白身魚のムニエル

副菜  
肉団子のコンソメ煮



主菜  
鶏肉と野菜の  
オイスターソース炒め

副菜  
3色野菜の甘酢漬け

土曜日分の食材は、  
金曜日にお届けいたします。



主菜  
お手軽♪さばのみそ煮

副菜  
シェルマカロニサラダ

定番 おうちごはん

※1  
2人用調理時間  
30~35分



主菜  
牛肉のチャプチェ風

副菜1品  
あんかけ豆腐



主菜  
赤魚の煮付け

副菜1品  
ちくわとキャベツのみそ炒め



主菜  
とろ〜り温玉豚丼

副菜2品  
●かぼちゃのおかか煮  
●なめたけおろし



主菜  
おうちでサクサク！  
とり天

副菜2品  
●大根と人参の南蛮酢  
●舞茸のみそ汁

※消費期限はお届け日当日です。



主菜  
簡単！豚肉のレンジ蒸し

副菜1品  
ごぼうサラダ

土曜日分の食材は、  
金曜日にお届けいたします。



主菜  
牛焼肉ビビンバ丼

副菜1品  
キャベツの赤しそ和え



主菜  
たっぷり野菜の酢鶏

副菜1品  
豆腐の香味ソースがけ

※消費期限はお届け日当日です。



主菜  
豚肉のマヨ醤油炒め

副菜2品  
●ピリ辛こんにゃく  
●ほうれん草としめじのすまし汁  
※小松菜をほうれん草に替えてお届けします。



主菜  
鶏肉の辛みそ炒め

副菜1品  
丸天と青菜の煮物

※消費期限はお届け日当日です。



主菜  
ミルフィーユポークピカタ  
※キャベツをリーフレタスに替えてお届けします。

副菜2品  
●バターポテト  
●キャベツと人参のコンソメスープ



主菜  
たらからの揚げ  
チンジャオロース

副菜1品  
金平ごぼう

土曜日分の食材は、  
金曜日にお届けいたします。



主菜  
じゃが芋DE  
チンジャオロース

副菜1品  
水菜と大根のサラダ