

1/26週

ご注文締切日 1/21 [水]

1/26 月

1/27 火

1/28 水

1/29 木

1/30 金

1/31 土

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。

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 小松菜のみぞ汁



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 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

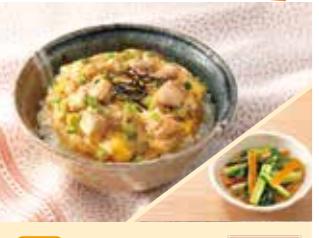
副菜 小松菜と玉ねぎのみぞ汁



主菜 中華丼

副菜 里芋のごまみぞ汁

あっ!とごはん

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。

主菜 肉豆腐

※小松菜をグリーンピースに替えてお届けします。

副菜 人参と卵のみぞ汁



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



主菜 豚肉の中華炒め

副菜 大根のべっこ煮



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 お手軽♪さばのみぞ煮

副菜 シエルマカラニサラダ

定番 おうちごはん

2人用調理時間
30~35分

主菜 牛肉のチャプチエ風

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ぞ炒め



主菜 とろ~り温玉豚丼

副菜2品

●大根と人参の南蛮酢

●なめたけおろし



主菜 おうちでサクサク!とり天

副菜2品

●かぼちゃのおかか煮

●舞茸のみぞ汁



主菜 簡単!豚肉のレンジ蒸し

副菜1品

ごぼうサラダ



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



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

主菜 鶏肉の辛みそ炒め

副菜1品

丸天と青菜の煮物



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。



主菜 たらのから揚げタルタルソース

副菜1品

金平ごぼう



主菜 ジャガ芋DEチンジャオロース

副菜1品

水菜と大根のサラダ

2/9週

ご注文締切日 2/4[水]

2/9月

2/10火

2/11水

2/12木

2/13金

2/14土

2/16週

ご注文締切日 2/11[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をご確認いただけます。

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
3色鶏そぼろ丼副菜
糸こんと枝豆の煮物

※消費期限はお届け日当日です。

主菜
豚ロースソテー
特製デミソースかけ副菜
ちくわときゅうりの
マヨしょうゆ和え祝日のため
お休みです

※消費期限はお届け日当日です。

主菜
北海道産
鮭のムニエルタルタルソース
副菜
大根と揚げの煮物

※消費期限はお届け日当日です。

主菜
だしめおいしい♪
牛カルビクッパ
副菜
キャベツとウインナーの
コンソメ煮

※消費期限はお届け日当日です。

主菜
だしがおいしい♪
牛カルビクッパ
副菜
小松菜とコーンの
バターソテー

※消費期限はお届け日当日です。

主菜
豚肉と春雨の
あっさり炒め
副菜
小松菜と揚げの煮びたし

※消費期限はお届け日当日です。

主菜
チーズでまろやか♪
チキンチャップ
副菜
大根サラダ

※消費期限はお届け日当日です。

主菜
デミチーズチキン
副菜
かぼちゃのコンソメ煮
キャベツと人参のスープ

※消費期限はお届け日当日です。

あーとごはん

2人用調理時間
15分主菜
五香粉香る!
豚ばらで作る中華風煮物
*チンゲン菜を小松菜に替えてお届けします。
副菜
れんこん金平

※消費期限はお届け日当日です。

主菜
鶏もも肉の唐揚げ
みぞれあん
副菜
コーンサラダ祝日のため
お休みです

※消費期限はお届け日当日です。

パレンタイン特集

土曜日分の食材は、
金曜日にお届けいたします。主菜
牛ごぼう丼
副菜
豆腐のおかか煮

※消費期限はお届け日当日です。

主菜
ごはんが進む♪
甘辛鶏すき煮
副菜
もやしとピーマンのおひたし

※消費期限はお届け日当日です。

主菜
たらのカリカリ香味揚げ
副菜
お豆のひじき煮

※消費期限はお届け日当日です。

主菜
鶏肉と野菜の
オイスター馬炒め
副菜
大根と水菜のサラダ

※消費期限はお届け日当日です。

主菜
豚の生姜焼き
副菜
フライドポテトのり塩和え

※消費期限はお届け日当日です。

定番 おうちごはん

2人用調理時間
30~35分主菜
牛肉と野菜の
カレーウスター炒め
副菜1品
わかめスープ
●大根と人参の金平炒め
●えのき茸のみぞ汁主菜
カレイの煮付け
副菜2品
●大根と人参の金平炒め
●えのき茸のみぞ汁祝日のため
お休みです

※消費期限はお届け日当日です。

パレンタイン特集

土曜日分の食材は、
金曜日にお届けいたします。主菜
キャベツの
肉巻き甘辛だれ
副菜1品
かぼちゃのだし煮主菜
手づくりコロッケ
副菜1品
●白菜としめじのバター炒め
●わかめとねぎのすまし汁

※消費期限はお届け日当日です。

主菜
豚ロースのみぞ煮漬け焼き
*もやしを玉ねぎに替えてお届けします。
副菜2品
●白菜としめじのバター炒め
●わかめとねぎのすまし汁主菜
銀ひらす
昆布白醤油焼き
副菜1品
●ニラ玉
●人参のごま和え

※消費期限はお届け日当日です。

主菜
鶏肉のさっぱり煮
副菜1品
かぼちゃと人参の金平
●辛味
副菜1品
かきたまにゅうめん

※消費期限はお届け日当日です。

主菜
豚肉のカリカリ竜田揚げ
副菜1品
さつま芋のバター煮
副菜1品
チキンのスープ

※消費期限はお届け日当日です。

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
ミートソースパスタ
卵黄添え
副菜
キャベツと人参のスープ

※消費期限はお届け日当日です。

主菜
麻婆豆腐
●辛味
副菜
キャベツの菜種和え※主菜のみ
お届けとなります。主菜
豚ばらみそ鍋
副菜
●キャベツのなめたけ和え
●人参と揚げのみぞ汁

写真は2人用の調理後のイメージです。

土曜日分の食材は、
金曜日にお届けいたします。

2/23週

ご注文締切日 2/18[水]

2/23月

2/24火

2/25水

2/26木

2/27金

2/28土

3/2週

ご注文締切日 2/25[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をご確認いただけます。

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。

祝日のため
お休みです主菜 鶏の唐揚げ
甘酢あんかけ
副菜 かぼちゃの甘煮主菜 お子さま生姜焼き
副菜 プロッコリーのミモザ風冬のあったか
献立主菜 肉豆腐
副菜 きゅうりのなめたけ和え主菜 チキンのマヨソース
副菜 ジャーマンフライドポテト

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 たらの中華風野菜あんかけ
副菜 ミックス野菜の卵焼き
※ミックスピーマンをミックスベジタブルに
替えてお届けします。主菜 巻いて食べよう！
牛焼肉の野菜巻き
副菜 つきこんとごぼうの金平主菜 バーチキンカレー
副菜 枝豆とコーンのサラダ冬のあったか
献立主菜 コーン入り
白湯ラーメン
副菜 野菜と食べる
みそ豚焼き

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 野菜と食べる
みそ汁
副菜 きのこのみそ汁あっ！とごはん^{*1}2人用調理時間
15分祝日のため
お休みです主菜 豚ロースの
おろしはちみつ醤油焼き
副菜 きゅうりと大根の2色ナムル主菜 鶏肉の中華炒め
副菜 たけのことねぎの中華スープ主菜 長崎県産
ぶりの照り焼き
副菜 れんこんとちくわの
ごまヨ和え主菜 鶏南蛮うどん
副菜 もやしと人参のあおさ和え主菜 ブルゴギ
副菜 水菜と油揚げのサラダ主菜 おうちで鳥メロ
焼き鳥丼
副菜 小松菜と揚げのみそ汁
※ほうれん草を小松菜に替えてお届けします。主菜 銀ひらすの煮付け
副菜 なすとピーマンの揚げびたし主菜 揚げ焼きで！
サクふわチキン南蛮
副菜 セロリとパプリカの和え物主菜 チーズインハンバーグ
デミソース
副菜 洋風おひたし主菜 野菜と一緒に食べる
ぶるもち水餃子
副菜 オクラとわかめのとろろがけ主菜 台湾風まぜそば 辛
副菜 もやしとニラの生姜和え1定番 おうちごはん^{*1}2人用調理時間
30~35分祝日のため
お休みです主菜 親子丼
副菜1品 キャベツとコーンのソテー主菜 ぶるもち餃子鍋
*主菜のみのお届けとなります。
副菜1品 人参しりしり
セロリとパプリカのマリネ主菜 2種のタレで味わう 辛
サムギョプサル
副菜2品 人参しりしり
セロリとパプリカのマリネ主菜 さばの一夜干し
副菜1品 厚揚げのねぎみそ焼き主菜 野菜タンメン
副菜1品 かぼちゃのごまがらめ主菜 豚ロースの
玉ねぎソース
副菜1品 高野豆腐の煮物主菜 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 豚肉ときくらげの
玉子炒め
副菜1品 チョレギサラダ主菜 北海道産さんまの
フリットコチュマヨソース
副菜1品 なすの煮びたし主菜 ヤンニョムチキン 辛
副菜1品 しらたきチャブチエ風主菜 オムライス
~牛肉入りデミソース~
副菜1品 セロリのスープ土曜日の食材は、
金曜日にお届けいたします。土曜日の食材は、
金曜日にお届けいたします。土曜日の食材は、
金曜日にお届けいたします。

※消費期限はお届け日当日です。

写真は2人用の調理後のイメージです。