

3/23週

ご注文締切日 3/18[水]

3/30週

ご注文締切日 3/25[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でご確認いただけます。

3/23月

3/24火

3/25水

3/26木

3/27金

3/28土

3/30月

3/31火

4/1水

4/2木

4/3金

4/4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
豚肉のトマトソース

副菜
かぼちゃとブロッコリーの
サラダ



主菜
とろっと照りたまチキン

副菜
白菜のおおさ和我



主菜
豚ロースとかぼちゃの
金平風炒め

副菜
大根のおかか煮



主菜
レンジで簡単！親子丼

副菜
厚揚げとリーフのサラダ



主菜
ふんわりジューシー♪
包み焼きハンバーグ

副菜
野菜のコンソメスープ

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
カレーの
コーンタルタルがけ

副菜
ごぼうとベーコンの
塩きんぴら



主菜
豚肉とごぼうの柳川風

副菜
大根の赤しそ和え

月～金の各献立は週替わりメニューと変更できます。



主菜
辛くない麻婆豆腐

副菜
枝豆とコーンのかき揚げ



主菜
ぷりぷりえびの
トマトクリームオムライス

副菜
ほうれん草と人参のスープ



主菜
鶏肉のカラフル炒め

副菜
もやしの海苔マヨ和え



主菜
だしがおいしい♪
肉うどん

副菜
白菜のごま和え

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。



主菜
豚平焼き

副菜
さつま芋のホットサラダ

写真は2人用の調理後のイメージです。

あっ!とごはん

2人用調理時間
15分



主菜
鶏肉とれんこんの
甘酢炒め

副菜
大根サラダ



主菜
回鍋肉

副菜
人参とわかめの中華スープ



主菜
鮭のねぎみそ
マヨネーズ焼き

副菜
小松菜のおひたし



主菜
野菜と食べる
揚げ出し豆腐

副菜
大根とパプリカの即席漬け



主菜
本格！
スパイシーカレーうどん

副菜
きゅうりのごま和え

土曜日の食材は、
金曜日にお届けいたします。



主菜
牛肉と小松菜の
オイスター炒め

※チンゲン菜を小松菜に替えてお届けします。

副菜
ポテトサラダ



主菜
揉み込んで焼くだけ！
タンドリーチキン風

副菜
マカロニサラダ



主菜
胡麻の香りとんかつ

副菜
かぼちゃの煮物



主菜
牛肉となすの
オイスター炒め

副菜
きゅうりとセロリの甘酢和え



主菜
さんまの磯辺天ぶら

副菜
れんこん赤しそ和え



主菜
とろ玉豚ばら
キャベツ炒め

副菜
大根わかめサラダ

土曜日の食材は、
金曜日にお届けいたします。



主菜
チンジャオロース

副菜
ニラ玉スープ

土曜日の食材は、
金曜日にお届けいたします。

定番 おうちごはん

2人用調理時間
30~35分



主菜
牛肉のオニオンソース

副菜1品
小松菜と人参のスープ



主菜
鶏の唐揚げ

副菜1品
豆腐の香味ソースがけ



主菜
牛肉豆腐

副菜1品
水菜とラディッシュのサラダ



主菜
銀ひらすの煮付け

副菜2品
●わかめと白菜の酢みそ和え
●えのきとねぎのすまし汁



主菜
ポークチャップ

副菜1品
コールスロー

土曜日の食材は、
金曜日にお届けいたします。



主菜
あんかけ焼きそば

副菜1品
もやしのナムル



主菜
赤魚のフライパン
中華蒸し

副菜1品
かぼちゃサラダ



主菜
揚げない油淋鶏

副菜1品
中華たまごスープ



主菜
豚肉の
焼きしゃぶごまだれ

副菜2品
●おおさバターポテト
●大根の柚子こしょう和え



主菜
牛丼

副菜1品
キャベツと揚げのみそ汁



主菜
鶏肉の
バターボン酢炒め

副菜1品
さつま芋の煮物



主菜
かつとじ

副菜1品
ラーバーツアイ

※消費期限はお届け日当日です。

4/6週

ご注文締切日 4/1(水)

4/6月

4/7火

4/8水

4/9木

4/10金

4/11土

4/13月

4/14火

4/15水

4/16木

4/17金

4/18土

お子さまが
いる方

PAKU MOGU

2人用 調理時間
15~20分

平日 月~金の各献立は週替わりメニューと変更できます。

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。

平日 月~金の各献立は週替わりメニューと変更できます。

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
チーズインハンバーグ

副菜
ウインナーとオニオンのスープ



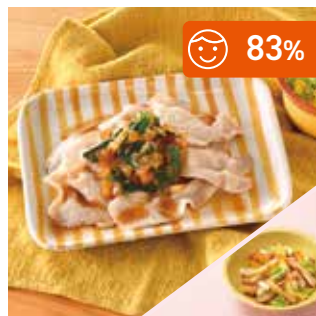
主菜
のりと胡麻の
揚げない唐揚げ

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
野菜と食べる♪
ポークソテー

副菜
白菜とさつま揚げの煮びたし



主菜
甘辛照り焼きチキン

副菜
小松菜のみそ汁



主菜
ハッシュドビーフ

副菜
炒りたまサラダ



主菜
骨まで食べられる♪
いわしの竜田揚げ

副菜
かぼちゃごまマヨ和え



主菜
牛肉とこんがりポテトの
洋風炒め

副菜
リーフサラダ



主菜
中華丼

副菜
ごぼうのみそ汁



主菜
食欲そそる!
ポークチャップ

副菜
ポテトとコーンの
バター醤油炒め



主菜
鶏ちゃん焼きうどん

副菜
海苔とねぎのスープ



主菜
やわらかとんかつ

副菜
さつま芋ひじき

※消費期限はお届け日当日です。

※消費期限はお届け日当日です。

※消費期限はお届け日当日です。

※消費期限はお届け日当日です。

とにかく
短縮したい方

あっ!とごはん

2人用 調理時間
15分土曜日の食材は、
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。

主菜
特製だれの油淋鶏

副菜
白菜ときくらげの中華スープ



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
鶏肉とキャベツの
レモンソース炒め

副菜
ブロッコリーとコーンのスープ



主菜
肉豆腐

副菜
きゅうりと大根のうま塩ナムル



主菜
ぶりぶりえびの
簡単カレーピラフ

副菜
コールスローサラダ



主菜
豚肉の中華炒め

副菜
大根のべっこう煮



主菜
お手軽♪さばのみそ煮

副菜
シェルマカロニサラダ



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
たらのムニエル
トマトソース

副菜
大根とウインナーのコンソメ煮



主菜
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

※消費期限はお届け日当日です。



主菜
ハンバーグデミソース

副菜
野菜スープ



主菜
豚肉と白菜のみそ炒め

副菜
豆腐のニラ醤油かけ

※消費期限はお届け日当日です。

手づくりを
楽しみたい方

定番おうちごはん

2人用 調理時間
30~35分土曜日の食材は、
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。

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
牛肉のチャブチェ風

副菜1品
あんかけ豆腐



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
手づくりチキンカツ
トマトソース

副菜1品
ブロッコリーのミモザサラダ

※消費期限はお届け日当日です。



主菜
特製ダレで食べる
ぶるもち水餃子

副菜1品
レタスの韓国風厚揚げのつけ



主菜
じゃが芋DE
チンジャオロース

副菜1品
ごま油香るたたききゅうり



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

※消費期限はお届け日当日です。



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
たっぷり野菜の酢鶏

副菜1品
韓国風冷奴

※消費期限はお届け日当日です。



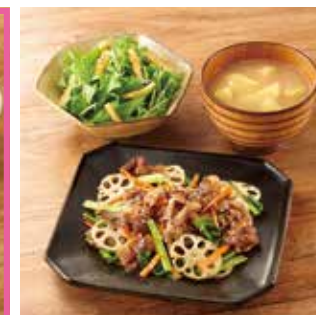
主菜
カレーのチーズ焼き

副菜1品
ジャーマンポテト



主菜
簡単! 豚肉のレンジ蒸し

副菜1品
なすの揚げびたし



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