

5/18週

ご注文締切日 5/13(水)

5/25週

ご注文締切日 5/20(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。

5/18(月)

5/19(火)

5/20(水)

5/21(木)

5/22(金)

5/23(土)

5/25(月)

5/26(火)

5/27(水)

5/28(木)

5/29(金)

5/30(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。



87%

**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。



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



100%

**主菜**  
ふっくらさばのみそ煮

**副菜**  
きゅうりと卵の中華サラダ



92%

**主菜**  
チキンのマヨソース

**副菜**  
ポテトとコーンの  
バター醤油炒め

※消費期限はお届け日当日です。



100%

**主菜**  
中華風焼きそば

**副菜**  
ニラ玉スープ



人気の  
一皿 100%

**主菜**  
豚肉の甘辛焼き

**副菜**  
高野豆腐の卵とじ

※消費期限はお届け日当日です。



100%

**主菜**  
やわらかとんかつ

**副菜**  
小松菜と玉ねぎのみそ汁

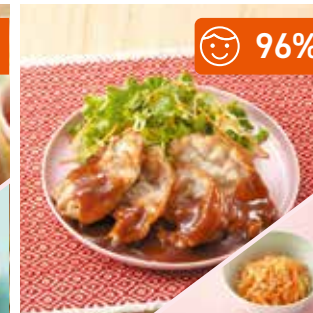


100%

**主菜**  
お家で本格!  
バターチキンカレー

**副菜**  
枝豆とコーンのサラダ

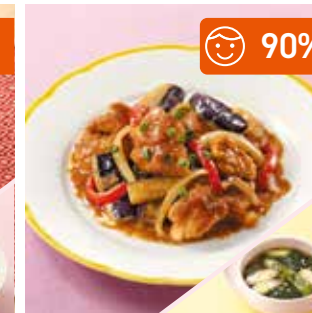
※消費期限はお届け日当日です。



96%

**主菜**  
豚ロースソテー  
特製デミソースがけ

**副菜**  
大根と人参のごま金平



90%

**主菜**  
鶏肉のコクうまみそ炒め

**副菜**  
わかめとねぎの中華スープ

※消費期限はお届け日当日です。

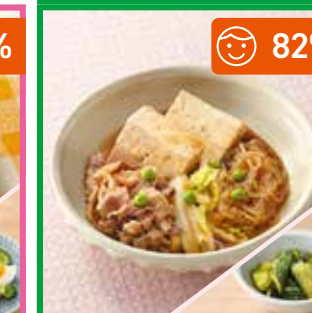
おすすめ



80%

**主菜**  
カレーの  
ホワイトソースがけ

**副菜**  
ブロッコリーと卵のサラダ



82%

**主菜**  
肉豆腐

**副菜**  
やみつき! たたききゅうり  
※味付けのりを追加でお届けします。

とにかく  
時短したい方

### あっ!とごはん

2人用 調理時間  
15分

土曜日分の食材は、  
金曜日にお届けいたします。



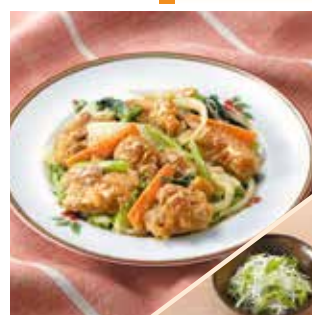
おすすめの  
主菜  
麻婆豆腐

**副菜**  
キャベツの菜種和え



**主菜**  
豚の生姜焼き

**副菜**  
フライドポテトのり塩和え



**主菜**  
鶏肉と野菜の  
オイスターマヨ炒め

**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**  
北海道産  
焼きさんまのまぜごはん

**副菜**  
白菜のあおさし和え



**主菜**  
豚肉となすのみそ炒め

**副菜**  
ねぎ塩たたききゅうり



**主菜**  
ブルコギ

**副菜**  
ニラと豆腐のスープ



**主菜**  
カレーのカレー天ぷら

**副菜**  
ブロッコリーサラダ



**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



人気の  
一皿  
**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。

※消費期限はお届け日当日です。



**主菜**  
チーズインハンバーグ  
トマトソース

**副菜**  
マカロニサラダ



**主菜**  
鶏肉の中華炒め

**副菜**  
中華たまごスープ

※消費期限はお届け日当日です。



土曜日分の食材は、  
金曜日にお届けいたします。  
**主菜**  
骨までまるごと食べられる♪  
いわしの生姜煮

**副菜**  
なめたけ入り玉子焼き

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

土曜日分の食材は、  
金曜日にお届けいたします。



**主菜**  
豚ロースの  
みそ漬け焼き

**副菜2品**  
●キャベツとコーンのコールスロー  
●とろろ汁



**主菜**  
野菜たっぷりメンチカツ

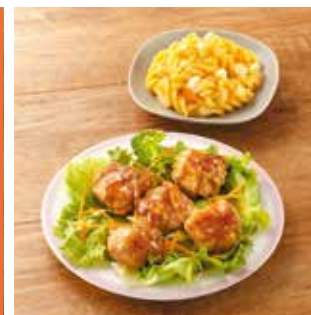
**副菜1品**  
ブロッコリーとヤングコーンの  
オイル蒸し

※消費期限はお届け日当日です。



人気の  
一皿  
**主菜**  
肉じゃが

**副菜1品**  
小松菜とえのきの  
柚子こしょう和え



**主菜**  
国産みかんソースで♪  
豚こま団子照り焼き

**副菜1品**  
たまごマカロニサラダ



**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**  
長崎県産  
ぶりの照り焼き

**副菜1品**  
豚汁



**主菜**  
4種野菜の  
麻婆春雨

**副菜1品**  
2色おひたし



**主菜**  
銀ひらす  
昆布白醤油焼き

**副菜2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**  
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



人気の  
一皿  
**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**  
ベーコンの  
クリームパスタ

**副菜1品**  
ミックスサラダ



**主菜**  
豚肉のカリカリ竜田揚げ

**副菜1品**  
かきたまにゆうめん

6/1週

ご注文締切日 5/27(水)

6/8週

ご注文締切日 6/3(水)

「ご家庭でご利用いただく材料」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。

6/1月

6/2火

6/3水

6/4木

6/5金

6/6土

6/8月

6/9火

6/10水

6/11木

6/12金

6/13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。



86%

**主菜**  
お子さま回鍋肉  
**副菜**  
みたらしさつま芋



96%

**主菜**  
鶏の唐揚げ  
国産みかんソース  
**副菜**  
切干大根煮



表紙に登場!

87%

**主菜**  
辛い麻婆豆腐  
**副菜**  
枝豆とコーンのかき揚げ



88%

**主菜**  
中華丼  
**副菜**  
大根と揚げのみそ汁



100%

**主菜**  
デミチーズチキン  
**副菜**  
かぼちゃのコンソメ煮



88%

**主菜**  
赤魚のムニエル  
トマトソースかけ  
**副菜**  
ハムとレタスのサラダ



82%

**主菜**  
3色鶏そぼろ丼  
**副菜**  
糸こんにゃくと枝豆の煮物



95%

**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



90%

**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



91%

**主菜**  
とろっと照りたまチキン  
**副菜**  
白菜のおおさし和え



100%

**主菜**  
定番の味! ナポリタン  
**副菜**  
コーンサラダ



82%

**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  
ペジタブルに替えてお届けします。

※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。

※消費期限はお届け日当日です。

とにかく  
時短したい方

### あっ!とごはん

2人用 調理時間  
15分

土曜日分の食材は、  
金曜日にお届けいたします。



**主菜**  
レンジで簡単! 親子丼  
**副菜**  
つきこんにゃごぼうの金平



**主菜**  
韓国風焼肉  
**副菜**  
わかめ中華スープ



**主菜**  
定番の鶏唐揚げ  
**副菜**  
シェルマカロニサラダ



**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**  
焼きうどん  
**副菜**  
卵とねぎのみそ汁



**主菜**  
豚肉の炒め物  
大根おろし添え  
**副菜**  
大学かぼちゃ



**主菜**  
とろ玉豚キャベツ炒め  
**副菜**  
れんこん赤しそ和え



**主菜**  
ぷりぷりえびの  
簡単カレーピラフ   
**副菜**  
ミックス野菜スープ



**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**  
豚肉と白菜のみそ炒め  
**副菜**  
豆腐のニラ醤油かけ

表紙に登場!



**主菜**  
揉み込んで焼くだけ!  
バンドリーチキン風   
**副菜**  
大根わかめサラダ



**主菜**  
チンジャオロース  
**副菜**  
水菜と春雨の中華和え

土曜日分の食材は、  
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。

※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。

※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

土曜日分の食材は、  
金曜日にお届けいたします。



**主菜**  
北海道産 鮭のムニエル  
バターソースがけ  
**副菜1品**  
大根サラダ



**主菜**  
ミルフィーユポークピカタ  
**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**  
牛肉豆腐  
**副菜1品**  
水菜とラディッシュのサラダ



**主菜**  
鶏肉のごま焼き  
**副菜1品**  
チンゲン菜とえのきの  
おかかマヨ和え

表紙に登場!



**主菜**  
2種のタレで味わう  
サムギョブサル   
**副菜1品**  
さつま揚げと人参のチヂミ



**主菜**  
ハッシュドビーフ  
**副菜1品**  
白菜のコンソメスープ



**主菜**  
手づくりコロッケ  
**副菜1品**  
焼きなす



**主菜**  
おうちで簡単♪  
ヤンニョムチキン   
**副菜1品**  
しらたきチャプチェ風



**主菜**  
カレイの煮付け  
**副菜2品**  
●大根と人参の金平炒め  
●えのき茸のみそ汁



**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**  
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**  
赤魚のフライパン  
中華蒸し  
**副菜1品**  
かぼちゃサラダ

土曜日分の食材は、  
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。

※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。