

6/15週

ご注文締切日 6/10(水)

あなたのご意見をお聞かせください
抽選で毎月100名様に「QUOカードPay・500円分」プレゼント!



6/22週

ご注文締切日 6/17(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。

6/15日

6/16日

6/17日

6/18日

6/19日

6/20日

6/22日

6/23日

6/24日

6/25日

6/26日

6/27日

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。



主菜 簡単!手づくり洋風つくね
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 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 カレイ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 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 ミックス野菜スープ



主菜 甘辛照り焼きチキン
副菜 カレーマカロニ

※消費期限はお届け日当日です。



主菜 牛丼
副菜 きゅうりと卵の中華サラダ



主菜 おさかなハンバーグ 照り焼きソース
副菜 小松菜と人参のスープ

※消費期限はお届け日当日です。



主菜 鶏の唐揚げ 甘酢あんかけ
副菜 かぼちゃの甘煮



主菜 食欲そそる!ポークチャップ
副菜 ブロッコリーのミモザ風



主菜 レンジで簡単!親子丼
副菜 厚揚げとリーフのサラダ

※消費期限はお届け日当日です。



主菜 コーン入り白湯ラーメン
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。

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 五香粉香る!豚肉の中華風煮物
副菜 れんこん金平

※消費期限はお届け日当日です。



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

※消費期限はお届け日当日です。



主菜 和風おろしハンバーグ
副菜 なすとオクラの揚げびたし



主菜 野菜と一緒に食べるぶるもち水餃子
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 ブロッコリーとコーンのスープ



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 牛豚スタミナ丼
副菜 ごぼうのみそ汁



主菜 骨までまるごと食べられる!いわしの生姜煮
副菜 大根と人参の南蛮酢



主菜 鶏もも肉の唐揚げみぞれあん
副菜 ツナマヨレタスサラダ

※消費期限はお届け日当日です。



主菜 野菜と食べる揚げ出し豆腐
副菜 オクラとわかめのとろろがけ



主菜 回鍋肉
副菜 たたききゅうり



主菜 牛肉となすのオイスター炒め
副菜 豆腐のおかか煮

土曜日分の食材は、金曜日にお届けいたします。

手づくりを楽しむ方

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 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 たらからの揚げタルタルソース
副菜1品 金平ごぼう



主菜 豚肉の焼きしゃぶごまだれ
副菜2品 ●あおさバターポテト ●大根の柚子こしょう和え



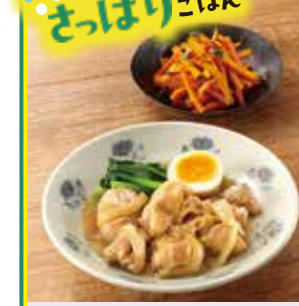
主菜 鶏の唐揚げ
副菜1品 豆腐の香味ソースがけ



主菜 野菜タンメン
副菜1品 かぼちゃのごまがらめ



主菜 かつとじ
副菜1品 ラーバーツァイ



主菜 鶏肉のさっぱり煮
副菜1品 かぼちゃと人参の金平



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



主菜 国産さば味噌醤油干し
副菜1品 白菜としめじのバター炒め



主菜 ポークチャップ
副菜1品 コールスロー



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 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

※消費期限はお届け日当日です。

6/29週

ご注文締切日 6/24(水)

100% おすみつき度

「PAKU MOGU」のモニター子どもたちが「おいしい!」と回答した割合を表示しています。

7/6週

ご注文締切日 7/1(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。

6/29日

6/30日

7/1日

7/2日

7/3日

7/4日

7/6日

7/7日

7/8日

7/9日

7/10日

7/11日

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。



83%

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



87%

主菜 鶏肉のカラフル炒め
副菜 小松菜のみそ汁



87%

主菜 牛肉と豆腐の炒め物
副菜 ひじきとコーンのサラダ



94%

おすすめ 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



80%

主菜 ガーリックチキン
副菜 大根とちくわのカレー風味煮



100%

主菜 ハッシュドビーフ
副菜 炒りたまサラダ



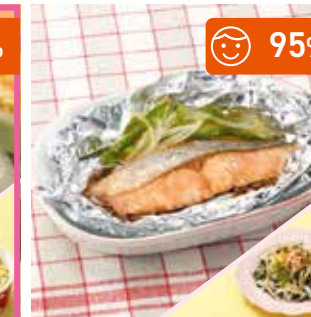
95%

主菜 豚ロース肉の唐揚げ
副菜 ひじきと高野豆腐の煮物



94%

おすすめ 主菜 チキンと野菜のクリーム煮
副菜 キャベツとコーンのコールスロー



95%

主菜 北海道産 鮭のホイル焼き
副菜 大根とわかめのおかか和え



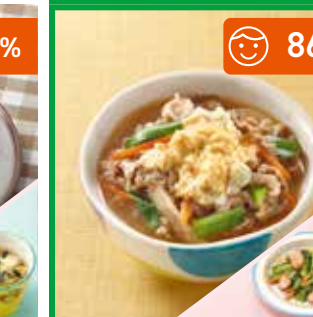
100%

主菜 照り焼き スティックチキン
副菜 豆腐のねぎみそチーズ焼き



85%

主菜 豚肉とごぼうの柳川風
副菜 海苔とねぎのスープ



86%

主菜 だしがおいしい♪牛カルビクッパ
副菜 小松菜とウインナーのバターソテー

※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。

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。

土曜日分の食材は、金曜日にお届けいたします。



主菜 鶏肉ときのこのまぜごはん
副菜 サラダオムレツ



主菜 表紙に登場 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 鶏肉のトマトクリームソース
副菜 コールスローサラダ



主菜 肉豆腐
副菜 きゅうりと大根のうま塩ナムル



主菜 鶏肉の和風パスタ
※写真の水菜→小松菜に変更
副菜 人参とわかめのスープ



主菜 豚肉の中華炒め
副菜 大根のべっこう煮



おすすめ 主菜 チキンときのこのクリームオムライス
副菜 野菜スープ



主菜 ハンバーグデミソース
副菜 洋風おひたし



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 長崎県産 ぶりの照り焼き
副菜 れんこんとちくわのごまマヨ和え



主菜 鶏肉とキャベツのレモンソース炒め
副菜 大根と揚げの含め煮



主菜 白身魚のムニエル
副菜 肉団子のコンソメ煮

※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。

手づくりを楽しむ方

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。

土曜日分の食材は、金曜日にお届けいたします。



主菜 銀鮭の塩焼き
※写真の春菊→水菜に変更
副菜1品 じゃが芋とピーマンのカレー炒め



主菜 牛肉のチャプチェ風
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 ブロッコリーのみもザサラダ



おすすめ 主菜 豚肉のくわ焼き
副菜1品 さつま芋のレモン煮



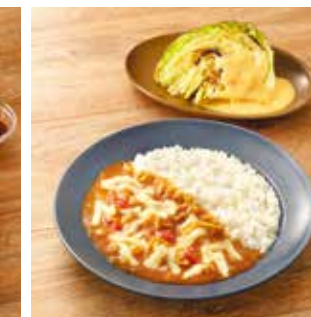
主菜 焼きキャベツと牛肉の洋風煮
副菜1品 水菜と大根のサラダ



主菜 牛肉とれんこんの金平
副菜1品 水菜と油揚げのサラダ



主菜 ごまみそ ミルフィーユかつ
副菜1品 さつま芋のバター煮



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 豚肉の生姜焼き
副菜2品 ●人参しりしり ●えのきとニラのみそ汁



おすすめ 主菜 大きなかき揚げうどん
副菜1品 大根とラディッシュの赤しそ和え



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

※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。

7/13週

ご注文締切日 7/8(水)

あなたのご意見をお聞かせください
抽選で毎月100名様に「QUOカードPay・500円分」プレゼント!



7/20週

ご注文締切日 7/15(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。

7/13 月

7/14 火

7/15 水

7/16 木

7/17 金

7/18 土

7/20 月

7/21 火

7/22 水

7/23 木

7/24 金

7/25 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。



100%

主菜

鶏肉の竜田揚げ

副菜

かぼちゃのおかか煮

※消費期限はお届け日当日です。



93%

夏休みは親子で
手作りのごはん!

主菜

ぷりぷりえびの
トマトクリームオムライス

副菜

水菜と油揚げのサラダ

※消費期限はお届け日当日です。



100%

主菜

お子さま生姜焼き

副菜

白菜と鶏団子の
カレーコンソメ煮

※消費期限はお届け日当日です。



94%

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

※消費期限はお届け日当日です。



100%

主菜

鶏ちゃん焼きうどん

副菜

大根とコーンの中華和え

※消費期限はお届け日当日です。



80%

主菜

豚肉とさつま芋の
まろやかみそクリーム煮

副菜

キャベツとハムのソテー

※消費期限はお届け日当日です。

祝日のため
お休みです



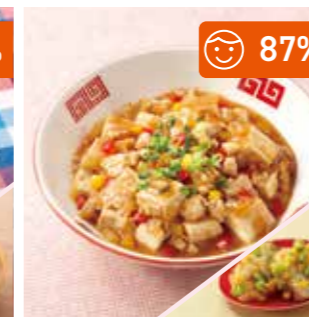
100%

主菜

4種野菜の豚丼

副菜

ごぼうのみそ汁



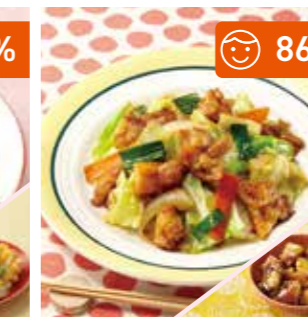
87%

主菜

辛くない麻婆豆腐

副菜

枝豆とコーンのかき揚げ



86%

主菜

お子さま回鍋肉

副菜

みたらしさつま芋



100%

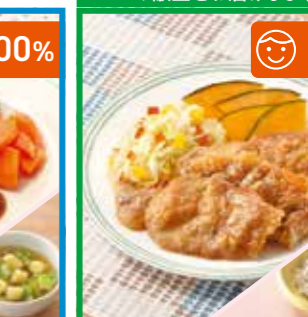
夏休みは親子で
手作りのごはん!

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



80%

主菜

野菜と食べるみそ豚焼き

副菜

大根の赤しそ和え

※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

夏の家事応援 揚げない献立!

土曜日の食材は、
金曜日にお届けいたします。



主菜

国産みかんソースの
豚ロース照り焼き

副菜

かぼちゃと枝豆のかき揚げ



主菜

デミグラスチキンカツ

副菜

人参と卵のみそ汁

※消費期限はお届け日当日です。



主菜

銀鮭の塩焼き

副菜

春雨サラダ



主菜

鶏肉の
トマトクリームソース

副菜

ミックス野菜スープ

※消費期限はお届け日当日です。



主菜

胡麻の香り-tonkatsu

副菜

きゅうりと丸天の中華和え



主菜

特製ソースの
ハヤシライス

副菜

ベーコンレタスサラダ

祝日のため
お休みです



主菜

たらのムニエル
トマトソース

副菜

ベーコンカレースープ



主菜

牛肉と小松菜の
オイスター炒め

副菜

写真のチンゲン菜→小松菜に変更
3色野菜の甘酢漬



主菜

豆腐と豚肉のうま煮

副菜

小松菜と大根のごまサラダ



主菜

台湾風まぜそば

副菜

きゅうりとセロリの甘酢和え



主菜

お手軽ふっくら♪
さばのみそ煮

副菜

中華風冷奴

土曜日の食材は、
金曜日にお届けいたします。

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

夏の家事応援 揚げない献立!

土曜日の食材は、
金曜日にお届けいたします。



主菜

たらの南蛮漬

副菜1品

豚肉とれんこんのみそ金平

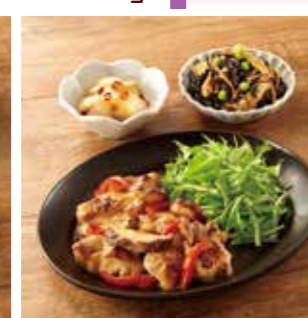


主菜

豚肉のスタミナ焼き

副菜1品

春雨の中華和え



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

※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

なすの揚げびたし



主菜

揚げない油淋鶏

副菜1品

中華たまごスープ

※消費期限はお届け日当日です。



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

祝日のため
お休みです



主菜

豚肉の
マヨ醤油炒め

副菜2品

●ピリ辛こんにゃく
●小松菜としめじのすまし汁



主菜

ごぼう入り
手づくり肉団子

副菜1品

白菜のあおさし

※消費期限はお届け日当日です。



主菜

カレイのチーズ焼き

副菜1品

ジャーマンポテト



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

牛丼

副菜1品

キャベツと揚げのみそ汁

※消費期限はお届け日当日です。