

まごころおやすみ

日替わり5日間コース(1人用) 3,450円(税込) 曜日を选べるコース(1食あたり) 730円(税込)

8/11 月・祝 油淋鶏(ユーリンチー)

- 春雨とチンゲン菜の中華風
- ひじきと豆腐のマヨサラダ
- きゅうりとカニ風味かまぼこの中華和え
- ブロッコリーのおかか和え

8/12 火 牛肉と蓮根の炒め物

- がんもどきの白だし仕立て
- じゃが芋と玉ねぎのツナ炒め
- わかめとキャベツのナムル
- 大根と人参の煮物

8/13 水 国産サンマの煮付け

- 豚肉と大根の甘煮
- こうや豆腐ときのこの和風炒め
- ほうれん草と白菜の黒ごま和え
- ポテトの真砂和え

8/14 木 豚肉とズッキーニのごま味噌炒め

- オムレツ 中華風ホワイトソースがけ
- 大豆と野菜の炒め物
- 角切りチーズとキャベツのサラダ
- わかめとねぎのナムル

8/15 金 肉じゃがコロッケ

- 豚肉とキャベツの玉子炒め
- 枝豆とコーンの人参マヨサラダ
- しば漬けと切干大根の甘酢和え
- 小松菜と薄揚げのお浸し

8/16 土 豚肉と野菜の和風煮

- 南瓜いりの煮物
- カリフラワーのツナ玉子サラダ
- 根菜と青菜の和え物
- 白菜のゆず和え

8/17 日 牛肉と春雨の炒め物

- 鶏肉と野菜のカレー炒め
- なすのそぼろあん
- キャベツとかまぼこの生姜マヨサラダ
- もやしと高菜のソテー

まごころ御膳

日替わり5日間コース(1人用) 3,550円(税込) 曜日を选べるコース(1食あたり) 750円(税込)

8/11 月・祝 サバの味噌煮

- 白飯
- 豚肉じゃが
- わかめと薄揚げのおろし和え
- キャベツと高菜の炒め物

8/12 火 チキンカツ 和風あん

- ツナマヨご飯
- なすの南蛮風
- 豆の白和え
- チンゲン菜と薄揚げの和え物

8/13 水 牛すき煮

- 白飯
- 三色いりの煮物
- 彩り野菜とツナの玉子和え
- 大根のナムル

8/14 木 マグロハンバーグ おろしポン酢のせ

- 白飯
- 揚げじゃが芋のキーマカレーソース
- ほうれん草とコーンのサラダ
- 昆布豆

8/15 金 豚肉と野菜の旨煮

- 梅菜飯
- 肉しゅうまい
- 春雨とたけのこの炒め物
- 切干大根と葉大根の炒り煮

8/16 土 ホッケの塩焼き

- 白飯
- 豚肉と野菜のごまだれがけ
- おからの炒め煮
- ほうれん草とハムの和え物

8/17 日 豚肉の柳川風

- 白飯
- すり身団子と野菜の炊き合わせ
- ほうれん草と蒸し鶏のおろし和え
- 枝豆のおかか和え

まごころタブル

日替わり5日間コース(1人用) 3,950円(税込) 曜日を选べるコース(1食あたり) 830円(税込)

8/11 月・祝 祝日 山の日

8/12 火 牛肉と蓮根の炒め物 & アジの塩こうじ焼き

- じゃが芋と玉ねぎのツナ炒め
- わかめとキャベツのナムル
- 大根と人参の煮物

8/13 水 豚肉のスタミナ炒め 卵黄ソース & 国産サンマの煮付け

- 三色いりの煮物
- 彩り野菜とツナの玉子和え
- ほうれん草と白菜の黒ごま和え
- ポテトの真砂和え

8/14 木 カレイの唐揚げ ニラあんかけ & 豚肉とズッキーニのごま味噌炒め

- 大豆と野菜の炒め物
- 角切りチーズとキャベツのサラダ
- わかめとねぎのナムル

8/15 金 イカと豚肉のトマト煮 & 肉じゃがコロッケ

- 枝豆とコーンの人参マヨサラダ
- しば漬けと切干大根の甘酢和え
- 小松菜と薄揚げのお浸し

まごころ手鞠

日替わり5日間コース(1人用) 2,950円(税込) 曜日を选べるコース(1食あたり) 630円(税込)

8/11 月・祝 祝日 山の日

8/12 火 チキンカツ 和風あん

- なすの南蛮風
- 豆の白和え
- チンゲン菜と薄揚げの和え物

8/13 水 牛すき煮

- 三色いりの煮物
- 彩り野菜とツナの玉子和え
- 大根のナムル

8/14 木 マグロハンバーグ おろしポン酢のせ

- 揚げじゃが芋のキーマカレーソース
- ほうれん草とコーンのサラダ
- 昆布豆

8/15 金 豚肉と野菜の旨煮

- 肉しゅうまい
- 春雨とたけのこの炒め物
- 切干大根と葉大根の炒り煮

まごころ小箱

日替わり5日間コース(1人用) 3,100円(税込) 曜日を选べるコース(1食あたり) 660円(税込)

8/11 月・祝 祝日 山の日

8/12 火 チキンカツ 和風あん

- 白飯
- なすの南蛮風
- 豆の白和え
- ほうれん草と薄揚げの和え物

8/13 水 牛すき煮

- 白飯
- がんもどきの煮物
- 彩り野菜とツナの玉子和え
- 大根と人参のナムル

8/14 木 マグロハンバーグ おろしポン酢のせ

- 白飯
- じゃが芋のキーマカレーソース
- ほうれん草のサラダ
- 昆布豆

8/15 金 豚肉と野菜の旨煮

- 白飯
- 肉しゅうまい
- 春雨とピーマンの炒め物
- いんげんと人参のお浸し

まごころ小箱四

日替わり5日間コース(1人用) 2,350円(税込) 曜日を选べるコース(1食あたり) 470円(税込)

8/11 月・祝 祝日 山の日

8/12 火 チキンカツ 和風あん

- 白飯
- 豆の白和え
- ほうれん草と薄揚げの和え物

8/13 水 牛すき煮

- 白飯
- がんもどきの煮物
- 大根と人参のナムル

8/14 木 マグロハンバーグ おろしポン酢のせ

- 白飯
- ほうれん草のサラダ
- 昆布豆

8/15 金 豚肉と野菜の旨煮

- 白飯
- 肉しゅうまい
- いんげんと人参のお浸し

●ご飯は付いておりません。

NISHIKIYA KITCHEN

じゃが豚カレー 2食入

1食(160g)あたり / 184kcal 食塩相当量 1.9g

860円(税込)

毎日おいしいおみそ汁

20食入 4種類×5食入

食塩相当量: 1食あたり 1.1g

700円(税込)

8/14 マカロン シャインマスカット&パニラ

直径:約6.8cm 高さ:約3cm

サンドしたジャムは、長野県産 シャインマスカットを使用。 本格志向のちょこっと大きめ マカロンです!

●とうふ ●油あげ ●長ねぎ ●オクラ

NEW!

まごころ朝ごはん

日替わり5日間コース(1人用) 1,600円(税込) 曜日を选べるコース(1食あたり) 320円(税込)

8/11 月・祝 祝日 山の日

8/12 火 なすのポロネーゼ風

- ハッシュドポテト

8/13 水 厚揚げと小松菜の炒め物 しらすトッピング

- 大根と人参のカラフルマリネ

8/14 木 肉団子のトマトソース

- アスパラと玉子の炒め物

まごころランチ

日替わり5日間コース(1人用) 2,150円(税込) 曜日を选べるコース(1食あたり) 430円(税込)

8/11 月・祝 祝日 山の日

8/12 火 エビと絹揚げのチリソース

- 玉子とカリフラワーのサラダ
- 薄揚げと昆布の煮物

8/13 水 黒酢酢豚

- ごぼうと3種の豆の生姜サラダ
- スナップエンドウとキャベツのピリ辛味噌炒め

8/14 木 鶏肉のジンジャーソース

- 玉ねぎと豆のツナサラダ
- チンゲン菜ときくらげの中華炒め

まごころ健康習慣

日替わり5日間コース(1人用) 1,600円(税込) 曜日を选べるコース(1食あたり) 320円(税込)

8/11 月・祝 祝日 山の日

8/12 火 キャベツと大根のピリ辛和え エビのせ

- 玉子とカリフラワーのサラダ
- 薄揚げと昆布の煮物

8/13 水 人参とピーマンのおかか炒め

- ごぼうと3種の豆の生姜サラダ
- スナップエンドウとキャベツのピリ辛味噌炒め

8/14 木 さつま芋とレーズンのバター風味

- 玉ねぎと豆のツナサラダ
- チンゲン菜ときくらげの中華炒め

まごころ健康習慣

日替わり5日間コース(1人用) 1,850円(税込) 曜日を选べるコース(1食あたり) 370円(税込)

8/11 月・祝 祝日 山の日

8/12 火 パプリカとクルトンのサラダ

- ベーコンのドレッシング小袋付

8/13 水 ミックスビーンズとさつま芋のサラダ

- クリーミーマスタードドレッシング小袋付

8/14 木 カレーチキンとキャベツのサラダ

- クリーミーサウザンドレッシング小袋付

まごころ健康習慣

日替わり5日間コース(1人用) 1,850円(税込) 曜日を选べるコース(1食あたり) 370円(税込)

8/11 月・祝 祝日 山の日

8/12 火 バイン・ぶどう

8/13 水 メロン・りんご

8/14 木 パイン・メロン

まごころ健康習慣

日替わり5日間コース(1人用) 1,600円(税込) 曜日を选べるコース(1食あたり) 320円(税込)

8/11 月・祝 祝日 山の日

8/12 火 エビと絹揚げのチリソース

8/13 水 黒酢酢豚

8/14 木 鶏肉のジンジャーソース

●お召し上がりの際は、よく噛んでのどに詰まらせないようにご注意ください。◎肉類や魚介類は骨に注意して召し上がってください。◎加熱後、ソースまたはスープが高温になりますのでやけどにご注意ください。◎卵、豆類、肉類、魚介類などの食材は電子レンジの過加熱により破裂の恐れがありますのでご注意ください。調味料等の小袋は、必ず取り出してから温めてください。◎加熱後は容器が熱くなる場合がありますので、電子レンジから取り出す際は、やけどにご注意ください。◎パッケージに記載の電子レンジの温め時間でも冷たい部分がある場合は加熱しすぎに注意して、10秒ずつ追加加熱をしてください。◎食事療法をされている方は、事前に医療機関にてご相談ください。◎「曜日を选べるコース」の価格については「まごころスタッフ」までお問い合わせください。◎「曜日を选べるコース」は一部対象外の地域がございます。◎都合によりメニューを変更させていただくことがあります。◎栄養成分値は、当日のお弁当・お惣菜に記載されている一括表示をご確認ください。●写真はすべてイメージです。食器類は付いておりません。◎密封性の高い容器のため必ずフタをずらして電子レンジで温めてください。



毎月抽選で 100名さまに QUOカードpay 500円分 プレゼント!