週間献立表 ふかしいも 2025年 11月3日週

ご注文締切日 2025年 10月29日(水)

◎栄養成分値、アレルギー物質表記は、別紙にてご用意しております。ご希望の方は、「まごころスタッフ」にお申し付けください。◎祝日のある週は日替わり5日間コースの価格が変わります。

「週間献立表」は取り外してお使いください。

まごころおかず

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

11/3(月・祝) 鶏の唐揚げ
- マカロニのクリーム煮 白みそ仕立て
- 豆のマスタードサラダ
- 根菜のケチャップ炒め
- キャベツの塩昆布和え

11/4(火) おすすめ 豚肉と花野菜の塩こうじ炒め
こうじのうま味とやさしい甘味が特徴です!
- 白身魚のつみれと人参の炊き合わせ
- じゃが芋のそぼろ炒め
- なますのゆず風味
- 人参とツナの炒め物

11/5(水) ブリの揚げ煮
- 豆腐チャンプルー
- キャベツと竹輪のポン酢炒め
- 白菜と大根のツナマヨサラダ
- 枝豆のだし煮

11/6(木) タンドリーチキン風
- 野菜コロッケ
- こうや豆腐の湯葉あんかけ
- ほうれん草とコーンのサラダ
- もやしの梅和え

11/7(金) 牛肉と野菜の五目炒め
- さつま芋と蒸し鶏のオリーブオイル風味
- 切干大根と高菜の炒り煮
- 豆とオクラの和風ひじきサラダ
- チンゲン菜と薄揚げの和え物

11/8(土) 豚肉と厚揚げの炒め物
- ゆで野菜の梅マヨソース
- なすの生姜風味
- もやしと中華くらげのナムル
- コーンと人参の炒め物

11/9(日) 鶏団子の春雨あん
- 玉子ときくらげの中華炒め
- ひよこ豆とベーコンのトマト煮
- きゅうりとカニ風味かまぼこの中華和え
- 小松菜ときのこの和え物

まごころ御膳

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

11/3(月・祝) 豚肉と野菜のねぎ塩だれ スナップエンドウ添え
- 白飯
- 南瓜いなりの煮物
- 蒸し鶏とキャベツのカリカリ梅和え
- ごぼうとこんにゃくのピリ辛金平

11/4(火) 国産カツオフライ 生姜ポン酢がけ
- 二色そぼろご飯
- 豚肉と絹揚げのオイスター煮
- ポテトサラダ
- キャベツのカレー炒め

11/5(水) 鶏肉の照り焼き
- 白飯
- 麻婆春雨
- 卵の花といんげんのサラダ
- チンゲン菜と人参のナムル

11/6(木) おすすめ サバの塩焼き
程よい塩気がご飯に合う、長年愛される一品です。
- 白飯
- なすのそぼろあん
- ほうれん草と白菜の黒ごま和え
- キャベツと高菜の炒め物

11/7(金) チキンカツ ※ソース小袋付
- 香りご飯(青じそ)
- キャベツとウインナーのトマトソース
- カリフラワーとツナのサラダ
- 人参と薄揚げの金平

11/8(土) 牛肉としらたきの煮物
- 白飯
- 大根の湯葉あんかけ
- わかめと蒸し鶏の酢味噌和え
- ほうれん草とハムの和え物

11/9(日) 豚肉と野菜の中華味噌
- 白飯
- 山菜と白菜のナムル
- 人参のサラダ
- ひじきと枝豆の炒り煮

まごころダブル

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

11/3(月・祝) 祝 日 文化の日

11/4(火) 豚肉と花野菜の塩こうじ炒め & 赤魚の煮付け
- じゃが芋のそぼろ炒め
- なますのゆず風味
- 人参とツナの炒め物

11/5(水) 鶏肉といんげんのバター醤油 & ブリの揚げ煮
- キャベツと竹輪のポン酢炒め
- 白菜と大根のツナマヨサラダ
- 枝豆のだし煮

11/6(木) イカカツ&ひじきコロッケ & おすすめ タンドリーチキン風
豆乳でまろやかに仕上げました♪
※ソース小袋付
- こうや豆腐の湯葉あんかけ
- ほうれん草とコーンのサラダ
- もやしの梅和え

11/7(金) 牛肉と野菜の五目炒め & エビとブロッコリーのマスタード和え
- 切干大根と高菜の炒り煮
- 豆とオクラの和風ひじきサラダ
- チンゲン菜と薄揚げの和え物

まごころ手鞠(ひまり)

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

11/3(月・祝) 祝 日 文化の日

11/4(火) 国産カツオフライ 生姜ポン酢がけ
- 豚肉と絹揚げのオイスター煮
- ポテトサラダ
- キャベツのカレー炒め

11/5(水) 鶏肉の照り焼き
- 麻婆春雨
- 卵の花といんげんのサラダ
- チンゲン菜と人参のナムル

11/6(木) おすすめ サバの塩焼き
程よい塩気がご飯に合う、長年愛される一品です。
- なすのそぼろあん
- ほうれん草と白菜の黒ごま和え
- キャベツと高菜の炒め物

11/7(金) チキンカツ ※ソース小袋付
- キャベツとウインナーのトマトソース
- カリフラワーとツナのサラダ
- 人参と薄揚げの金平

まごころ小鞠

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

11/3(月・祝) 祝 日 文化の日

11/4(火) まぐろカツ ごまたっぷりソース
- 白飯
- ひき肉と絹揚げのオイスター炒め
- ポテトサラダ
- キャベツのカレー炒め

11/5(水) 鶏肉の照り焼き
- 白飯
- 麻婆春雨
- 卵の花といんげんのサラダ
- ほうれん草のナムル

11/6(木) おすすめ サバの塩焼き
程よい塩気がご飯に合う、長年愛される一品です。
- 白飯
- ひじきと枝豆の炒り豆腐風
- ほうれん草と白菜の黒ごま和え
- キャベツと高菜の炒め物

11/7(金) チキンカツ ※ソース小袋付
- 白飯
- キャベツとウインナーのトマトソース
- カリフラワーとツナのサラダ
- 人参と薄揚げの煮物

まごころ小鞠 小

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

11/3(月・祝) 祝 日 文化の日

11/4(火) まぐろカツ ごまたっぷりソース
- 白飯
- ひき肉と絹揚げのオイスター炒め
- キャベツのカレー炒め

11/5(水) 鶏肉の照り焼き
- 白飯
- 卵の花といんげんのサラダ
- ほうれん草のナムル

11/6(木) おすすめ サバの塩焼き
- 白飯
- ほうれん草と白菜の黒ごま和え
- キャベツと高菜の炒め物

11/7(金) チキンカツ ※ソース小袋付
- 白飯
- カリフラワーとツナのサラダ
- 人参と薄揚げの煮物

ご感想を大募集!
お弁当・お惣菜 WEBアンケート
毎日の献立に対するお客さまの率直なお声をお待ちしております!
こちらから!
毎月抽選で100名さまにQUOカードpay 500円分プレゼント♪

常温 レンジ調理 湯煎
パックごはん 5食セット 150g/1食 890円(税込)

※写真は、具「長ねぎ」のイメージです。
常温
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)
- とうふ
- 油あげ
- 長ねぎ
- オクラ

表紙に掲載中 冷凍 鍋 食材・レシピ付き 新 季節商品

国産牛のもつ鍋
2人前 100gあたり/116kcal 食塩相当量 1.5g 2,390円(税込)

国産牛もつを使用。
専門店のような極上のおいしさ
- 調理中のやけど・ケガなどにご注意ください。
- 牛もつは中まで十分に加熱してください。

おすすめ♪ 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) 曜日を選べるコース(1食あたり) 320円(税込)
お届け日 朝食

11/3(月・祝) 祝 日 文化の日

11/4(火) 豆腐のひき肉包み甘辛だれ 水曜日朝用
- もやしときゅうりの梅サラダ

11/5(水) 目玉焼き風&あらびきウインナー 木曜日朝用
- ほうれん草と玉ねぎの炒め物

11/6(木) 豚肉じゃが 金曜日朝用
新 ブロッコリーと椎茸の白和え

11/7(金) 新 ローストチキンのミートソースがけ 土曜日朝用
- ハッシュドポテト

●月曜日～金曜日の各日、翌日分の朝食をお届けします。
※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。

プラス1品シリーズ

ご注文書(P.10) 週1日1食からご注文いただけます。 ※単品ではご注文できません。上記献立表のお弁当・お惣菜、またはキット類と一緒にご注文ください。※土日・祝日お届けはありません。

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) 曜日を選べるコース(1食あたり) 430円(税込)

11/3(月・祝) 祝 日 文化の日

11/4(火) 鶏肉の柑橘ソース
- キャベツと竹輪のオクラ和え
- 五穀入り 豆腐そぼろのガパオ風

11/5(水) 肉団子のきのこ和風あん
- じゃが芋と五穀のカレーマヨサラダ
- もやしとザーサイの中華和え

11/6(木) オムレツの肉味噌
- コールスローサラダ
- 豆腐とほうれん草のトマトソース煮込み

11/7(金) 豚肉のケチャップ炒め
- 人参のラペ
- 花野菜のピーナッツ和え

野菜を食べる健康習慣

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

11/3(月・祝) 祝 日 文化の日

11/4(火)
- なすの田楽味噌チーズ
- キャベツと竹輪のオクラ和え
- 五穀入り 豆腐そぼろのガパオ風

11/5(水)
- 蒸し鶏とほうれん草の塩だれ和え
- じゃが芋と五穀のカレーマヨサラダ
- もやしとザーサイの中華和え

11/6(木)
- 切干大根と人参の甘辛煮
- コールスローサラダ
- 豆腐とほうれん草のトマトソース煮込み

11/7(金)
- 蓮根と枝豆の真砂炒め バター風味
- 人参のラペ
- 花野菜のピーナッツ和え

サラダを食べる健康習慣

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

11/3(月・祝) 祝 日 文化の日

11/4(火)
- しそとわかめのチキンサラダ 梅かつおドレッシング小袋付

11/5(水)
- 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

11/6(木)
- 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

11/7(金)
- 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

※ドレッシング小袋は内容が変更になる場合があります。

フルーツを食べる健康習慣

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

11/3(月・祝) 祝 日 文化の日

11/4(火)
- パイン

11/5(水)
- メロン・ぶどう

11/6(木)
- メロン・オレンジ

11/7(金)
- パイン・ぶどう

●柑橘類・ぶどうは種が入る場合があります。ご注意ください。●ぶどうは、のどに詰まらせないように、よく噛んで召し上がってください。●メロンは季節により赤肉メロン・緑肉メロンのどちらかをお届けします。

たんぱくおかずプラス

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

11/3(月・祝) 祝 日 文化の日

11/4(火)
- 鶏肉の柑橘ソース

11/5(水)
- 肉団子のきのこ和風あん

11/6(木)
- オムレツの肉味噌

11/7(金)
- 豚肉のケチャップ炒め

※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。

ちょこっとスイーツ

曜日を選んで注文できます 1個 320円(税込)

単品ではご注文できません。お弁当・お惣菜、キット類と一緒にご注文ください。※土日・祝日お届けはありません。

- 11/3(月・祝) 祝 日 文化の日
- 11/4(火) プリンアラモード
- 11/5(水) ごちそう果実 秋のフルーツプリン
- 11/6(木) 秋のクリームあんみつ
- 11/7(金) 苺のナポレオンパイ風パフェ

●スプーンやフォークは付属しておりません。●お召し上がりまでは冷蔵庫で保管してください。●消費期限は商品パッケージをご確認ください。

◎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。◎「曜日を選べるコース」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。◎「曜日を選べるコース」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。

プラス1品のお惣菜・サラダ・フルーツ・スイーツ 共通 ◎受付締切後のキャンセルは、お届け日2日前の午後5時までに、担当の「まごころスタッフ」または弊社受付センターへご連絡ください。なお、キャンセルの受付は土日・祝日を除く平日午前9時～午後5時の対応とさせていただいております。ご希望に沿えない場合もございますので、あらかじめご了承ください。◎受付締切後の変更・追加はお受けできませんので、ご了承ください。