

白身魚フライ ※タルタルソース小袋付

- ●ブロッコリーとこうや豆腐の炒め物 豚肉と白菜のとろーり煮
- 南瓜とレーズンのサラダ いんげんのごま和え
- 豚肉となめこの和風醤油炒め
  - **●マカロニサラダ カニ風味**
  - ●根菜のケチャップ炒め ブロッコリーとコーンのソテー ●大根とこんにゃくのサイコロ煮
- 国産イワシの生姜煮 く仕上げてあります
  - が、ご注意ください。 ●鶏肉とブロッコリーのおかか炒め じゃが芋のばらこチーズ和え
  - ●蓮根とくらげのごま酢和え
  - コク深い、自社オ わかめとツナの和え物
  - エビカツ
  - ●豆腐そぼろの炒り煮
  - ●ほうれん草ともやしの味噌和え
  - ●人参と薄揚げの金平



- チヂミ
- じゃが芋とベーコンのバター風味
- いんげんと竹輪の生姜マヨサラダ ●小松菜ときのこの和え物
- 野菜入りチキンハンバーグ
  - ▶玉子ときくらげの甘酢あんかけ
  - ●切干大根と高菜の炒り煮 ほうれん草とコーンのサラダ
  - ●人参とえのきのおかか和え
- ホッケの塩焼き
- 鶏肉と蓮根のさっぱり炒め コールスローサラダ
- ●ごぼうときのこの炒め物
- ●もやしの梅和え

日替わり5日間 3,550円 750 円 曜日を選べる コース(1食ぁたり)

## 豚肉と春雨の炒め物

- ●花がんもとほうれん草の炊き合わせ ●湯葉の和風グリーンサラダ
- ●もやしとひじきの梅和え
- アジフライ ごまたっぷりソース

  - 根菜とひき肉の煮物 キャベツと人参のツナサラダ
- ブロッコリーのおかか和え
- 鶏肉の味噌和え
- **●玉子焼き カニ風味あん**

●白菜のゆず和え

高菜ご飯

图加贺屋

さつま芋とハムのごまマヨサラダ ● ほうれん草ともやしのわさび醤油和え

豚肉とキャベツのクリーム煮

●玉ねぎとわかめの和え物

●小松菜と薄揚げのお浸し

●じゃが芋とひじきの煮物

いんげんとツナのナムル

▶南瓜のミートソースがけ

豆のコンソメ煮

● チンゲン菜と春雨の玉子和え

豚肉のおろしポン酢がけ

●ほうれん草と人参のごま味噌和え

赤魚の煮付け ワタミファームで

白だし香る 牛肉と大根の煮物

- 採れたきく芋を 鶏肉と根菜のごま照り ●切干大根の明太風味マヨサラダーではの商品です!
  - 有機きく芋入り野菜コロッケ



※ソース小袋付

■ 豆腐そぼろの炒り煮

●人参と薄揚げの金平

ほうれん草ともやしの味噌和え

日替わり5日間 3,950円

和風醤油炒め

●根菜のケチャップ炒め

ブロッコリーとコーンのソテー

大根とこんにゃくのサイコロ煮

豚肉と絹揚げの&

ピリ辛煮

ばらこチーズ和え

●じゃが芋の

振替休日

豚肉となめこの & ブリの照り焼き

● 蓮根とくらげのごま酢和え **贅沢に2種のフライを** 

フライ&エビフライ& ビーフシチュー

- & イカとあさりの
- ●じゃが芋とベーコンのバター風味 ● いんげんと竹輪の生姜マヨサラダ ●小松菜ときのこの和え物
- 白だし香る



「加賀屋」ロゴがついた日の 文字の色を変えたお料理に は、石川県和倉温泉の老舗 旅館加賀屋総料理長監修 の白だしを使用しています。 この自慢の白だしのベース は「かつお・昆布・椎茸」の だし。そして隠し味に、能登 において伝統的な発酵食品 として愛されている「いしる」 がブレンドされています。

图加智忌

国産イワシの

生姜煮

※イワシの骨は軟らかく仕上げて

ありますが、ご注意ください。

◎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。

、かけました。

月·祝



日替わり5日間 2,950 円

11/24 **压**混

### アジフライ ごまたっぷりソース

- キャベツと人参のツナサラダ
- ブロッコリーのおかか和え
- 鶏肉の味噌和え
  - ■玉子焼き カニ風味あん
  - さつま芋とハムのごまマヨサラダ ● ほうれん草ともやしのわさび醤油和え
- 赤魚の煮付け
  - 鶏肉と根菜のごま照り
  - ●切干大根の明太風味マヨサラダ ●白菜のゆず和え
    - もったワタミなり ではの商品です! フタミファーム 🚜

採れたきく芋を

- 靄 有機きく芋入り野菜コロッケ
  - 豚肉とキャベツのクリーム煮 ●玉ねぎとわかめの和え物
  - ●小松菜と薄揚げのお浸し



## ●金時豆

- 常温

まるごと野菜スープ 完熟トマトの ミネストローネ

1食

380円

#### 豆腐ハンバーグ 和風あんかけ

- 白飯 豆腐ハンバーグに自 ●かぶといんげんの和風ガーリック 社オリジナルの合わ
  - ●キャベツと人参のツナサラダ ブロッコリーのおかか和え

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

振替休日

- 鶏肉の味噌和え
- ●玉子焼き カニ風味あん
- さつま芋とハムのごまマヨサラダ ●ほうれん草のわさび醤油和え
- 赤魚のみりん焼き
  - 鶏肉と根菜のごま照り
  - ●切干大根の明太風味マヨサラダ
- 豚肉とほうれん草の炒め物
  - なすのねぎ生姜ポン酢
  - ●玉ねぎとわかめの和え物 ● グリーンピースの和え物







- キャベツと人参のツナサラダ ブロッコリーのおかか和え

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

振替休日

|週間献立表」は取り外して

すおる!声

を

こちらから!/

100名さまに

QUOカードpa 500円分

プレゼント

- 鶏肉の味噌和え
  - ■玉子焼き カニ風味あん ● ほうれん草のわさび醤油和え
- 赤魚のみりん焼き
  - 鶏肉と根菜のごま照り
- ●金時豆
- 豚肉とほうれん草の炒め物
  - ●白飯 なすのねぎ生姜ポン酢
  - ●グリーンピースの和え物



| 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。

献立紹介

<u> まごころダブル</u>

贅沢に

2種のフライを

組み合わせ

ました!

# ,600円 曜日を選べる 320円

/24月 祝

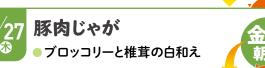
お届け日

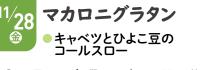
B 豆腐のひき肉包み

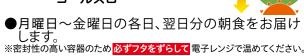




朝食









8

- チキン竜田 柑橘ソース ●ブロッコリーとカニ風味かまぼこのお浸し 白菜とほうれん草のしらす和え
- 豚肉とキャベツの味噌炒め 人参とツナのサラダ ●さつま芋とヤングコーンのほくほく和え
- 鶏の唐揚げ ハニーマスタードソース ●ブロッコリーと人参の白和え ●ごろごろ野菜の和風ガーリック
- 肉団子のコンソメソース ●もやしとほうれん草のナムル 野菜のチンジャオロース風





8

じゃが芋とえのきの甘酢和え ブロッコリーとカニ風味かまぼこのお浸し 白菜とほうれん草のしらす和え

●さつま芋とヤングコーンのほくほく和え

- かまぼこと野菜の旨煮 人参とツナのサラダ
- 絹揚げとキャベツの生姜醤油炒め ●ブロッコリーと人参の白和え
- ウインナーと野菜のコンソメソテー ●もやしとほうれん草のナムル 野菜のチンジャオロース風

▶ごろごろ野菜の和風ガーリック



国産カツオフライ&エビフライ

カラフル野菜とコーンのサラダ ごまドレッシング小袋付

10種の雑穀とキャベツの彩りサラダ クリーミーサウザンドレッシング小袋付 ■紅芯大根とフライドオニオンの パリパリサラダ

♪わさび香る ほうれん草と 赤玉ねぎの和風サラダ かつお節小袋・和風わさびドレッシング小袋化

※ドレッシング小袋は内容が変更になる場合があります。

すりおろし野菜ドレッシング小袋付

1.850円 選べるコース (1食あたり) 祝 日 振替休日

メロン・オレンジ 緑ぶどう・パイン

● パイン・メロン・オレンジ

● メロン・ぶどう・りんご ●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。

| ,600 円 選べるコース (1食あたり) | 320 円 370円 ■ 振替休日 チキン竜田 柑橘ソース 豚肉とキャベツの味噌炒め

> 鶏の唐揚げ ハニーマスタードソース 肉団子のコンソメソース

※密封性の高い容器のため<mark>必ずフタをずらして</mark> 電子レンジで温めてください。



<mark>でのどに詰まらせないようご注意ください。</mark>◎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。 <mark>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。</mark> ②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。 ③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。