

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)

1/12 月・祝 チキン南蛮 ※タルタルソース小袋付

- 花野菜と五穀のトマトドレッシングサラダ
- ひじきと水くわいの炒め煮
- 大根の梅和え
- 春菊と薄揚げの和え物

1/13 火 サバの味噌煮

- 牛肉と大根の煮物
- 豆腐と野菜の煮物
- 里芋の明太風味マヨサラダ
- ほうれん草とコーンの炒め物

1/14 水 玉子焼き 中華あん

- ホタテと野菜のクリーム煮
- 乱切りじゃが芋のサーモンフレーク炒め
- ブロッコリーとハムのサラダ
- 煮豆

1/15 木 とんかつ ※ソース小袋付

- 南瓜のふわふわ豆腐
- 蒸し鶏と切干大根のサラダ
- 蓮根とこんにやくの金平
- もやしと人参のポン酢和え

1/16 金 牛肉とがんとどきのすき煮

- カニカマの天ぷら ※天つゆ小袋付
- 鶏肉とキャベツのコンソメ炒め
- たけのこの姫皮とグリーンピースの和え物
- 南瓜とひじきの甘煮

1/17 土 鶏肉の玉子あん

- 豚肉とこんにやくの炒め物
- 麻婆春雨
- ほうれん草と薄揚げの塩こうじ和え
- カリフラワーのソテー

1/18 日 豚肉とたけのこの中華炒め

- 鶏団子とわかめの炊き合わせ
- キャベツと人参のツナサラダ
- さつま芋のごま和え
- 白菜とえのきの和え物

まごころ御膳

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

1/12 月・祝 ブリの照り焼き

- 白飯
- 麻婆なす
- あおさポテトサラダ
- 金平ごぼう

1/13 火 豚肉の生姜焼き

- サーモン菜飯
- 南瓜と人参の炊き合わせ
- マカロニとブロッコリーのビーナッツサラダ
- 小松菜ときのこの和え物

1/14 水 カレイの唐揚げ 南蛮風

- 白飯
- こうや豆腐と野菜の炒め物
- マカロニの真砂クリーム煮
- 大根とこんにやくのサイコロ煮

1/15 木 和風ハンバーグ

- 白飯
- じゃがバター
- ブロッコリーと蒸し鶏の和え物
- 人参とツナの炒め物

1/16 金 鶏の唐揚げ ねぎ塩おろし

- なめ茸ご飯
- ほうれん草と玉子の炒め物
- 豆苗サラダ
- キャベツのしば漬け和え

1/17 土 牛肉と野菜のトマト煮

- 白飯
- 花野菜のコンソメ煮
- ツイストマカロニサラダ
- 切干大根のカレー風味

1/18 日 サンマの煮付け

- 白飯
- 豚肉と野菜の高菜炒め
- ニラ玉やし
- 三色煮豆

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)

1/12 月・祝 祝日 成人の日

1/13 火 豚肉となすのポン酢ジュレ ゆず風味

- 豆腐と野菜の煮物
- 里芋の明太風味マヨサラダ
- ほうれん草とコーンの炒め物

1/14 水 玉子焼き 中華あん

- 乱切りじゃが芋のサーモンフレーク炒め
- ブロッコリーとハムのサラダ
- 煮豆

1/15 木 とんかつ ※ソース小袋付

- 蒸し鶏と切干大根のサラダ
- 蓮根とこんにやくの金平
- もやしと人参のポン酢和え

1/16 金 牛肉とがんとどきのすき煮

- 鶏肉とキャベツのコンソメ炒め
- たけのこの姫皮とグリーンピースの和え物
- 南瓜とひじきの甘煮

新 菊芋茶

500ml×6本 ペットボトルタイプ

100mlあたり/ 1kcal 食塩相当量 0.05g イヌリン 200mg

1,320円(税込)

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)

1/12 月・祝 祝日 成人の日

1/13 火 豚肉の生姜焼き

- 南瓜と人参の炊き合わせ
- マカロニとブロッコリーのビーナッツサラダ
- 小松菜ときのこの和え物

1/14 水 カレイの唐揚げ 南蛮風

- こうや豆腐と野菜の炒め物
- マカロニの真砂クリーム煮
- 大根とこんにやくのサイコロ煮

1/15 木 和風ハンバーグ

- じゃがバター
- ブロッコリーと蒸し鶏の和え物
- 人参とツナの炒め物

1/16 金 鶏の唐揚げ ねぎ塩おろし

- ほうれん草と玉子の炒め物
- 豆苗サラダ
- キャベツのしば漬け和え

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)

1/12 月・祝 祝日 成人の日

1/13 火 豚肉の生姜焼き

- 白飯
- 南瓜と人参の炊き合わせ
- わかめと切干大根のツナサラダ
- ほうれん草ときのこの和え物

1/14 水 カレイの唐揚げ 南蛮風

- 白飯
- こうや豆腐と野菜の炒め物
- マカロニの真砂クリーム煮
- 大根のおかか和え

1/15 木 和風ハンバーグ

- 白飯
- じゃがバター
- ブロッコリーと蒸し鶏の和え物
- 人参とツナの炒め物

1/16 金 鶏の唐揚げ ねぎ塩おろし

- 白飯
- ほうれん草と玉子の炒め物
- 豆苗サラダ
- キャベツと葉大根の梅おかか和え

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)

1/12 月・祝 祝日 成人の日

1/13 火 豚肉の生姜焼き

- 白飯
- わかめと切干大根のツナサラダ
- ほうれん草ときのこの和え物

1/14 水 カレイの唐揚げ 南蛮風

- 白飯
- こうや豆腐と野菜の炒め物
- 大根のおかか和え

1/15 木 和風ハンバーグ

- 白飯
- じゃがバター
- 人参とツナの炒め物

1/16 金 鶏の唐揚げ ねぎ塩おろし

- 白飯
- ほうれん草と玉子の炒め物
- キャベツと葉大根の梅おかか和え

ご感想を大募集！
WEBアンケート
お弁当・お惣菜
毎日の献立に対する
お客様の率直なお声
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♪

豚肉の生姜焼き

まごころ御膳
まごころ手鞠

家庭料理でも定番のおかず「豚肉の生姜焼き」。豚肉と一緒に調理した玉ねぎ、そして生姜の風味がたまらない、ご飯の進む一品です。お弁当で登場する「豚肉の生姜焼き」は、食べやすくやわらかに。生姜を利かせ、甘辛い醤油ベースの味わいに仕上げました。

いちごフェア

1個 320円(税込)

1/12 月・祝 祝日 成人の日

1/13 火 ストロベリー チーズケーキ パフェ

1/14 水 世界一焙煎士 監修 究極の コーヒーゼリー

1/15 木 あまおう 苺プリンの アラモード

1/16 金 苺のクランブル タルト&バイクド チーズケーキ 390円(税込)

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) 曜日を选べるコース(1食あたり) 320円(税込)

お届け日 1/12 月・祝 祝日 成人の日

1/13 火 豚肉とこうや豆腐の肉豆腐

- あおさのポテトサラダ

1/14 水 チキンナゲット マスタードマヨソース

- 豆とベーコンのトマト煮

1/15 木 肉団子の照り焼きソース

- ごろっと野菜の金平

1/16 金 あらびきウインナー

- 野菜入りスクランブルエッグ

●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

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)

1/12 月・祝 祝日 成人の日

1/13 火 鶏肉のレモンクリームソース

- 緑野菜のマヨおかかサラダ
- 薄揚げといんげんの炒り煮

1/14 水 豚肉のスタミナ炒め

- 切干大根のハリハリ漬け ゆず風味
- 白菜とツナのピリ辛炒め

1/15 木 生姜をきかせた鶏肉のみぞれ和え

- きゅうりとわかめの酢の物
- 蓮根とブロッコリーの炒め物

1/16 金 豚肉と大豆のトマトソース

- 花野菜のさっぱりマリネ
- ごぼうとツナのごま炒め

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) 曜日を选べるコース(1食あたり) 320円(税込)

1/12 月・祝 祝日 成人の日

1/13 火

- ジャーマンポテトのマスタード風味
- 緑野菜のマヨおかかサラダ
- 薄揚げといんげんの炒り煮

1/14 水

- ごろごろ野菜のデミソース
- 切干大根のハリハリ漬け ゆず風味
- 白菜とツナのピリ辛炒め

1/15 木

- パパイヤとひき肉の玉子炒め
- きゅうりとわかめの酢の物
- 蓮根とブロッコリーの炒め物

1/16 金

- 五穀入り ミックスビーンズのトマトソース
- 花野菜のさっぱりマリネ
- ごぼうとツナのごま炒め

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) 曜日を选べるコース(1食あたり) 370円(税込)

1/12 月・祝 祝日 成人の日

1/13 火

- 枝豆とコーンのサラダ
- すりおろし野菜ドレッシング小袋付

1/14 水

- ちりめんじゃこと海藻のグリーンサラダ
- 中華ドレッシング小袋付

1/15 木

- 3種レタスのチョレギサラダ
- チョレギサラダドレッシング小袋付

1/16 金

- レタスとかぼちゃのベーコンサラダ
- クリーミーサウザンド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) 曜日を选べるコース(1食あたり) 370円(税込)

1/12 月・祝 祝日 成人の日

1/13 火

- パイン・オレンジ・グレープフルーツ

1/14 水

- りんご・パイン

1/15 木

- メロン・ぶどう

1/16 金

- パイン

●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) 曜日を选べるコース(1食あたり) 320円(税込)

1/12 月・祝 祝日 成人の日

1/13 火

- 鶏肉のレモンクリームソース

1/14 水

- 豚肉のスタミナ炒め

1/15 木

- 生姜をきかせた鶏肉のみぞれ和え

1/16 金

- 豚肉と大豆のトマトソース

※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。

●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。