

**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) 曜日を选べるコース(1食あたり) 730円(税込)

2/9 月 **牛すき煮 卵黄ソース**

●美幌峠牧場生乳使用クリームコロッケ  
●じゃが芋と人参の金平  
●ブロッコリーと蒸し鶏の和え物  
●大根とこんにやくのサイコロ煮

2/10 火 **赤魚のみりん焼き**

●豚肉と春雨の彩り炒め  
●切干大根と枝豆の煮物  
●カニ風味かまぼこのサラダ  
●いんげんのごま和え

2/11 水・祝 **豚肉のザーサイ炒め**

●肉団子の黒酢ソース  
●人参の粒マスタードサラダ  
●ブロッコリーと玉子の和え物  
●金平ごぼう

2/12 木 **味噌チキンカツ**

●豚肉と野菜のボン酢ジュレ  
●豆腐そぼろの炒り煮  
●じゃが芋のシャキシャキサラダ  
●白菜とえのきの和え物

2/13 金 **エビと豚肉のオイスター炒め**

●小籠包  
●もろみ醤油を使ったなすとキャベツの味噌炒め  
●豆のごま和えサラダ  
●つきこんにやくの真砂和え

2/14 土 **鶏肉とパプリカの甘酢ソース**

●こうや豆腐とこんにやくの炊き合わせ  
●キャベツと人参のツナサラダ  
●白だし仕立てのほうれん草と丸天の和え物  
●さつま芋の甘煮

2/15 日 **豚肉と野菜の生姜風味**

●枝豆いなの煮物  
●鶏肉とキャベツのコンソメ炒め  
●いんげんの味噌ビーナッツ和え  
●カリフラワーのソテー

**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)

2/9 月 **ブリの揚げ煮**

●白飯  
●ひき肉となすの生姜炒め  
●いんげんとかぼこの卵の花  
●キャベツのごま和え

2/10 火 **牛肉と野菜の五目炒め**

●ひじきとそぼろのご飯  
●海鮮しゅうまい  
●キャベツと薄揚げの和風ナムル  
●ブロッコリーのおかか和え

2/11 水・祝 **鶏の唐揚げ**

●白飯  
●玉子といんげんの炒め物  
●小松菜とカニ風味かまぼこの和え物  
●キャベツの塩昆布和え

2/12 木 **豚肉とお豆のトマト煮**

●白飯  
●じゃが芋とウインナーのコンソメ煮  
●コールスローサラダ  
●わかめとツナの和え物

2/13 金 **白身魚の梅しそフライ**

●椎茸と昆布のご飯  
●玉子ときらげの中華炒め  
●シャキシャキごぼうサラダ  
●枝豆のだし煮

2/14 土 **イカと豚肉の塩こうじ**

●白飯  
●じゃが芋と椎茸の炊き合わせ  
●とうもろこしの白和え  
●白菜のゆず和え

2/15 日 **豆腐ハンバーグ 和風ソース**

●白飯  
●野菜のピリ辛そぼろ  
●蓮根とくらげのごま酢和え  
●南瓜とひじきの甘煮

**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) 曜日を选べるコース(1食あたり) 830円(税込)

2/9 月 **牛すき煮 卵黄ソース** & 国産カツオフライ ※ソース小袋付

●じゃが芋と人参の金平  
●ブロッコリーと蒸し鶏の和え物  
●大根とこんにやくのサイコロ煮

2/10 火 **ほうれん草ときのこのガリパチキン** & 赤魚のみりん焼き

●切干大根と枝豆の煮物  
●カニ風味かまぼこのサラダ  
●いんげんのごま和え

2/11 水・祝 **祝日** 建国記念の日

2/12 木 **イカと牛肉のあごだし煮** & 味噌チキンカツ

●豆腐そぼろの炒り煮  
●じゃが芋のシャキシャキサラダ  
●白菜とえのきの和え物

2/13 金 **エビと豚肉のオイスター炒め** & 鶏肉と玉子の親子煮風

●もろみ醤油を使ったなすとキャベツの味噌炒め  
●豆のごま和えサラダ  
●つきこんにやくの真砂和え

**献立紹介** まごころおかず **白だし仕立てのほうれん草と丸天の和え物**

「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る「いしる」がブレンドされています。

**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)

2/9 月 **ブリの揚げ煮**

●ひき肉となすの生姜炒め  
●いんげんとかぼこの卵の花  
●キャベツのごま和え

2/10 火 **牛肉と野菜の五目炒め**

●海鮮しゅうまい  
●キャベツと薄揚げの和風ナムル  
●ブロッコリーのおかか和え

2/11 水・祝 **祝日** 建国記念の日

2/12 木 **豚肉とお豆のトマト煮**

●じゃが芋とウインナーのコンソメ煮  
●コールスローサラダ  
●わかめとツナの和え物

2/13 金 **白身魚の梅しそフライ**

●玉子ときらげの中華炒め  
●シャキシャキごぼうサラダ  
●枝豆のだし煮

**献立紹介** まごころおかず まごころダブル **牛すき煮 卵黄ソース**

とろける卵黄ソースを牛肉と絡めてお楽しみください。

**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)

2/9 月 **ブリの照り焼き**

●白飯  
●ひき肉となすの生姜炒め  
●いんげんとかぼこの卵の花  
●キャベツのごま和え

2/10 火 **牛肉と根菜の炒め物**

●白飯  
●海鮮しゅうまい  
●キャベツと薄揚げの和風ナムル  
●ブロッコリーのおかか和え

2/11 水・祝 **祝日** 建国記念の日

2/12 木 **豚肉とお豆のトマト煮**

●白飯  
●じゃが芋とウインナーのコンソメ煮  
●キャベツとかまぼこの生姜マヨサラダ  
●わかめとツナの和え物

2/13 金 **白身魚フライ** ※ソース小袋付

●白飯  
●玉子ときらげの中華風  
●やわらかごぼうサラダ  
●枝豆のだし煮

**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)

2/9 月 **ブリの照り焼き**

●白飯  
●ひき肉となすの生姜炒め  
●キャベツのごま和え

2/10 火 **牛肉と根菜の炒め物**

●白飯  
●海鮮しゅうまい  
●ブロッコリーのおかか和え

2/11 水・祝 **祝日** 建国記念の日

2/12 木 **豚肉とお豆のトマト煮**

●白飯  
●キャベツとかまぼこの生姜マヨサラダ  
●わかめとツナの和え物

2/13 金 **白身魚フライ** ※ソース小袋付

●白飯  
●やわらかごぼうサラダ  
●枝豆のだし煮

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さまの率直なお声を待ちしております！

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！

2/13 金 **ちょこっと特別デー** しあわせクリームガトーショコラ

大きなガトーショコラにクリームを絞りました！

390円(税込) ※容器サイズ:185x120x45mm

**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)

2/9 月 **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

2/10 火 **お豆腐がんも** ●蒸し鶏とブロッコリーのマヨサラダ

2/11 水・祝 **祝日** 建国記念の日

2/12 木 **肉団子の照り焼きソース** ●ごろっと野菜の金平

2/13 金 **ミートオムレツ** ●ほうれん草とベーコンのソテー

●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。

**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)

2/9 月 **豚肉とチンゲン菜の醤油炒め** ●切干大根とカニ風味かまぼこの酢の物 ●キャベツとさつま揚げの黒コショウ炒め

2/10 火 **鶏肉の照り焼き** ●カリフラワーのカレーマヨサラダ ●チンゲン菜と椎茸の中華味噌

2/11 水・祝 **祝日** 建国記念の日

2/12 木 **あらびきウインナー 洋風玉ねぎソース** ●ほうれん草の白和え ●大豆のキーマカレー

2/13 金 **鶏肉の柚子こしょうあん** ●ブロッコリーと人参の塩昆布和え ●南瓜と蓮根の温サラダ

**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)

2/9 月 ●じゃが芋と野菜のあおさ炒め ●切干大根とカニ風味かまぼこの酢の物 ●キャベツとさつま揚げの黒コショウ炒め

2/10 火 ●キャベツとしらすの煮浸し ●カリフラワーのカレーマヨサラダ ●チンゲン菜と椎茸の中華味噌

2/11 水・祝 **祝日** 建国記念の日

2/12 木 ●蓮根とじゃが芋のチリソース炒め ●ほうれん草の白和え ●大豆のキーマカレー

2/13 金 ●絹揚げと野菜の玉子とじ ●ブロッコリーと人参の塩昆布和え ●南瓜と蓮根の温サラダ

**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)

2/9 月 ●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

2/10 火 ●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

2/11 水・祝 **祝日** 建国記念の日

2/12 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

2/13 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)

2/9 月 ●りんご・パイナップル

2/10 火 ●メロン・ぶどう

2/11 水・祝 **祝日** 建国記念の日

2/12 木 ●パイナップル

2/13 金 ●パイナップル・みかん

●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。

**ちょこっとスイーツ**

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)

2/9 月 **ミニプリンと苺のパフェ**

2/10 火 **ごちそう果実 オレンジ&マンゴー**

2/11 水・祝 **祝日** 建国記念の日

2/12 木 **冬のしろくま風パフェ**

2/13 金 **しあわせクリームガトーショコラ** 390円(税込) ※容器サイズ:185x120x45mm

●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。◎栄養成分表記は、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。