

◎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。

こだわり だしの 一覧



3種の醬(ジャン)使用! New 豚肉のチンジャオロース
オムレツ 中華風 ホワイトソースがけ
じゃが芋のそぼろ炒め
とうもろこしの白和え
人参とツナの炒め物

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

やみつき香味だれの油淋鶏 (ユーリンチー)
和風仕立てのマカロニのクリーム煮 白みそ仕立て
ひじきと豆腐のマヨサラダ
玉子といんげんの炒め物
人参と薄揚げの金平

有機きく芋使用! ワタミファーム 牛肉と野菜の炒め物
がんとどきの白だし仕立て カオ賀屋
カリフラワーの炒め物
わかめとキャベツのナムル
大根と人参の煮物

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

豚肉と野菜の和風煮
南瓜いなの煮物
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

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



赤魚のみりん焼き
白飯
豚肉じゃが
いんげんとコーンのマヨサラダ
キャベツと高菜の炒め物

チキンカツ 和風あん
たけのこ姫皮とわかめのご飯
なすの南蛮風
豆の白和え
春菊と薄揚げの和え物

牛すき煮 ~特製だし仕立て~
白飯
自家製厚焼き玉子
いんげんとごぼうの金平
大根のナムル

ワタミファームの有機大根使用! 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

豚肉と野菜の旨煮
梅菜飯
肉しゅうまい
春雨とピーマンの炒め物
切干大根と葉大根の炒り煮

鶏肉の照りマヨソース
白飯
豚肉と野菜のごまだれがけ
さつま芋のレモン風味
ほうれん草とハムの和え物

豚肉の柳川風
白飯
揚げボール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



カレイ唐揚げ ニラあんかけ
3種の醬(ジャン)使用! 豚肉のチンジャオロース
じゃが芋のそぼろ炒め
とうもろこしの白和え
人参とツナの炒め物

豚肉のスタミナ炒め 卵黄ソース
国産サンマの煮付け
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

やみつき香味だれの油淋鶏 (ユーリンチー)
あさり野菜のピーマン炒め
ひじきと豆腐のマヨサラダ
玉子といんげんの炒め物
人参と薄揚げの金平

ワタミファームの有機きく芋使用! 牛肉と野菜の炒め物
アジの塩こうじ焼き
カリフラワーの炒め物
わかめとキャベツのナムル
大根と人参の煮物

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

鶏肉の照りマヨソース
白飯
豚肉と野菜のごまだれがけ
さつま芋のレモン風味
ほうれん草とハムの和え物

豚肉の柳川風
白飯
揚げボール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

カオ賀屋 「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。



赤魚のみりん焼き
豚肉じゃが
いんげんとコーンのマヨサラダ
キャベツと高菜の炒め物

チキンカツ 和風あん
なすの南蛮風
豆の白和え
春菊と薄揚げの和え物

牛すき煮 ~特製だし仕立て~
自家製厚焼き玉子
いんげんとごぼうの金平
大根のナムル

ワタミファームの有機大根使用! 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

豚肉と野菜の旨煮
肉しゅうまい
春雨とピーマンの炒め物
切干大根と葉大根の炒り煮



銀ヒラスの西京焼き
白飯
ひき肉じゃが
湯葉とひじきの和風サラダ
キャベツと高菜の炒め物

チキン竜田
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

牛すき煮 ~特製だし仕立て~
白飯
がんとどきの煮物
いんげんとごぼうの金平
大根のナムル

ワタミファームの有機大根使用! 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

豚肉の旨煮
白飯
肉しゅうまい
春雨とピーマンの炒め物
わかめとねぎのナムル



銀ヒラスの西京焼き
白飯
ひき肉じゃが
キャベツと高菜の炒め物

チキン竜田
白飯
豆の白和え
ほうれん草と薄揚げの和え物

牛すき煮 ~特製だし仕立て~
白飯
がんとどきの煮物
大根のナムル

ワタミファームの有機大根使用! 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

豚肉の旨煮
白飯
肉しゅうまい
わかめとねぎのナムル



自家製 鶏天
ニラ玉やし
ほうれん草と大根のぬた和え
キャベツとしば漬けの和え物

直火で焼いた 銀ヒラスの柚庵焼き
ひじきと丸天の煮物
小松菜と蒸し鶏の梅和え
金時豆

ご飯がすすむ! 麻婆豆腐
なすの南蛮だれ
切干大根の中華風煮物
チンゲン菜と人参のナムル

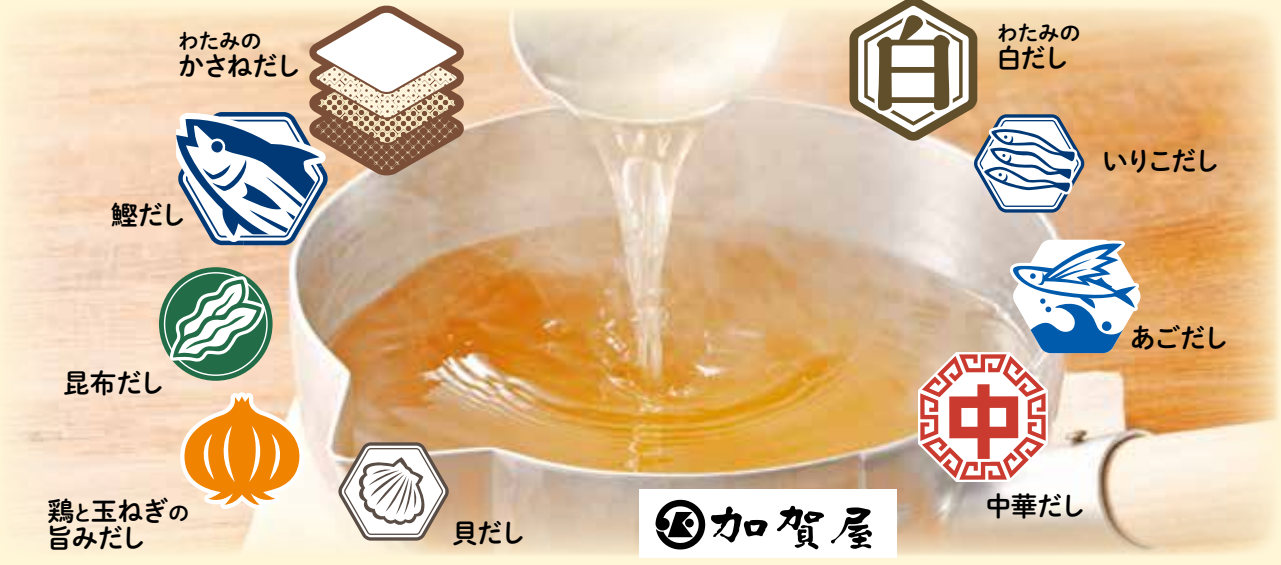
肉団子の甘酢あん
大豆と野菜の中華炒め
ほうれん草とキャベツの和え物
いんげんと人参のお浸し

鶏肉となすのさっぱり煮
こうや豆腐の和風あんかけ
ポテトサラダ
キャベツのゆかり和え

豚肉と野菜の生姜焼き
南瓜と椎茸の炊き合わせ
大根のカラフルマリネ
昆布豆

だしのこだわり

「ワタミの宅食」は各日の献立それぞれ、お料理ごとにだしにこだわっています。毎日のお料理に使われているだしを、ぜひご覧ください。



◎お召し上がりの際は、よく噛んでのに詰まらせないようご注意ください。◎内臓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。