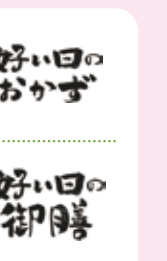


◎栄養成分値、アレルギー物質表記は、別紙にてご用意しております。ご希望の方は、「まごころスタッフ」にお申し付けください。◎祝日のある週は日替わり5日間コースの価格が変わります。

「週間献立表」は取り外してお使いください。

こだわり だし一覽

- わたみの かさねだし 白だし 鰹だし あごだし いらこだし 貝だし 昆布だし 鶏と玉ねぎの 旨みだし 中華だし



5/25 月

和風ハンバーグ 菜の花を添えて
じゃが芋と豆の煮物
なすの南蛮風
切干大根の明太風味マヨサラダ
昆布煮

豚肉となすの和風炒め煮
白飯
大根と人参の炊き合わせ
キャベツと蒸し鶏の味噌マヨサラダ
ブロッコリーのごま和え

貝と野菜の和風煮 & 和風ハンバーグ 菜の花を添えて
なすの南蛮風
切干大根の明太風味マヨサラダ
昆布煮

豚肉となすの和風炒め煮
大根と人参の炊き合わせ
キャベツと蒸し鶏の味噌マヨサラダ
ブロッコリーのごま和え

豚肉となすの和風炒め煮
白飯
大根と人参の炊き合わせ
キャベツと蒸し鶏の味噌マヨサラダ
ブロッコリーのごま和え

豚肉となすの和風炒め煮
白飯
大根と人参の炊き合わせ
ブロッコリーのごま和え

5/25 月
A 5/25 月にお届け
B 5/26 火にお届け

5/26 火

エビ油香る! エビチリ
ゆで豚とわかめのサラダ
大豆と彩り野菜の味噌炒め
カニ風味ポテトサラダ
チンゲン菜と人参のナムル

あさりのクリームソース
ピラフ風ご飯
鶏肉とキャベツのコンソメ炒め
ブロッコリーとレーズンのナッツサラダ
豆のコンソメ煮

鶏肉のチャプチェ & エビ油香る! エビチリ
大豆と彩り野菜の味噌炒め
カニ風味ポテトサラダ
チンゲン菜と人参のナムル

あさりのクリームソース
鶏肉とキャベツのコンソメ炒め
ブロッコリーとレーズンのナッツサラダ
豆のコンソメ煮

鶏肉とキャベツのコンソメ炒め
白飯
ほうれん草のクリームソース
ブロッコリーとレーズンのナッツサラダ
豆のコンソメ煮

鶏肉とキャベツのコンソメ炒め
白飯
ほうれん草のクリームソース
豆のコンソメ煮

5/26 火
だし香る 豚肉の柳川煮
自社の有機大根おろし使用!
3色野菜のごま和え
キャベツと塩昆布の和え物

5/27 水

サーモンの塩焼き
豚肉と野菜のツナカレー
花野菜のチーズ入りポテトサラダ
ほうれん草と蒸し鶏のおろし和え
もやしと人参のポン酢和え

鶏肉とアスパラと玉子の炒め物
白飯
野菜コロッケ
なますのゆず風味
ひじきと枝豆の炒り煮

豚肉と高菜の炒め物 & サーモンの塩焼き
花野菜のチーズ入りポテトサラダ
ほうれん草と蒸し鶏のおろし和え
もやしと人参のポン酢和え

鶏肉とアスパラと玉子の炒め物
野菜コロッケ
なますのゆず風味
ひじきと枝豆の炒り煮

肉詰めいなりの煮物
白飯
じゃが芋といんげんのあおさ炒め
なますのゆず風味
ひじきと枝豆の炒り煮

肉詰めいなりの煮物
白飯
じゃが芋といんげんのあおさ炒め
ひじきと枝豆の炒り煮

5/27 水
鶏の唐揚げ
かまぼこ野菜の旨煮
こんにやくと野菜の白和えサラダ
もやしの高菜和え

5/28 木

鶏肉とヤングコーンのバター醤油炒め
メンチカツ
しらすと野菜の炒め物
豆サラダ
大根のナムル

サワラの白醤油焼き
白飯
豚肉とこや豆腐の肉豆腐風
なすの生姜風味
白菜の塩昆布和え

鶏肉とヤングコーンのバター醤油炒め & 玉子焼き甘酢あん
しらすと野菜の炒め物
豆サラダ
大根のナムル

サワラの白醤油焼き
豚肉とこや豆腐の肉豆腐風
なすの生姜風味
白菜の塩昆布和え

サワラの西京焼き
白飯
切干大根のチャプチェ風
なすの生姜風味
いんげんと人参のお浸し

サワラの西京焼き
白飯
なすの生姜風味
いんげんと人参のお浸し

5/28 木
A 5/28 木にお届け
B 5/29 金にお届け

5/29 金

牛肉のおろし人参ポン酢
肉しゅうまい
彩り切干大根
南瓜とひよこ豆のピーナツ和え
いんげんとコーンの炒め物

エビカツ
高菜明太風味ご飯
鶏肉と大根の照り煮
ほうれん草の白和え
キャベツのカレー炒め

ホッケの塩焼き & 牛肉のおろし人参ポン酢
彩り切干大根
肉しゅうまい
いんげんとコーンの炒め物

エビカツ
鶏肉と大根の照り煮
ほうれん草の白和え
キャベツのカレー炒め

エビカツ
白飯
鶏肉と大根の照り煮
ほうれん草の白和え
キャベツのカレー炒め

エビカツ
白飯
ほうれん草の白和え
キャベツのカレー炒め

5/29 金
豚肉ときくらげの中華炒め
塩麻婆こや豆腐
五目しゅうまい
小松菜と人参の中華炒め

5/30 土

豚肉となすの味噌炒め
里芋と南瓜の炊き合わせ
ほうれん草と玉子の和風和え
キャベツと椎茸の中華炒め
大豆ひじき

牛肉のゆず味噌ソースがけ
白飯
大根のそぼろあんかけ
大豆とひじきのわさびマヨ和え
ほうれん草とコーンの炒め物

国産イワシの梅煮
白飯
豆腐と野菜の生姜風味
ブロッコリーとハムのサラダ
小松菜ときのこの和え物

いつでも三菜 Dセット
ハンバーグ
デミグラスソース

いつでも三菜 Dセット
ハンバーグ
デミグラスソース

いつでも三菜 Dセット
ハンバーグ
デミグラスソース

5/30 土
直火で焼いたチキンステーキ
ペッパーソース
じゃが芋と野菜のバターソテー
ブロッコリーとツナの青しそサラダ
絶妙な甘さに仕上げた人参のグラッセ

5/31 日

鶏肉の和風トマト煮
がんととききのこあん
蓮根の真砂和え
大根のカラフルマリネ
キャベツのしば漬け和え

国産イワシの梅煮
白飯
豆腐と野菜の生姜風味
ブロッコリーとハムのサラダ
小松菜ときのこの和え物

いつでも五菜 Dセット
ハンバーグ
デミグラスソース

いつでも三菜 魚主菜②
銀鮭の塩焼き

いつでも三菜 魚主菜②
銀鮭の塩焼き

いつでも三菜 魚主菜②
銀鮭の塩焼き

5/31 日
白身魚フライ
ひき肉とチンゲン菜の炒め物
いんげんとコーンのマヨサラダ
白菜と薄揚げのお浸し

お弁当がお休みの日に!
いつでも便利な「いつでも」シリーズ
P2~3で販売中!

いつでもシリーズは、普段、冷蔵のお弁当・お惣菜をご利用の皆さまが、同じようにおいしく召し上がっていただけるように味を上げています。

たとえば!
いつでも三菜 Dセット 2,160円(税込)
豚の生姜焼き
鶏肉と豆腐の玉子あん
赤魚のグリル
パジルトマトソース
プリと大根の照り焼き

4食のみで届くから、冷凍庫がパンパンになりにくくおすすめです!
ぜひご利用ください。

まごころスタッフがお届けします
A)月曜日・木曜日、B)火曜日・金曜日、それぞれ各曜日に3食、週あたり6食をお届けします。詳しくは「ご利用ガイド」をご確認いただくか、「まごころスタッフ」にお問い合わせください。

◎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。◎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よくご注意ください。◎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。◎「曜日を選ぶコース」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。◎「曜日を選ぶコース」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。