

※容器の仕様変更に伴い、写真と異なる色の容器となる場合がございます。

◎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。

こだわり
だし一覽

- 

わたみの
かさねだし
- 

わたみの
白だし
- 

かつおだし
- 

あごだし
- 

いりこだし
- 

加賀屋
- 

貝だし
- 

昆布だし
- 

鶏と玉ねぎの
旨みだし
- 

中華だし

「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「しる」がブレンドされています。

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)
曜日を選ぶコース(1食あたり) 730円 (税込)

まごころ御膳

日替わり5日間コース(1人用) 3,550円 (税込)
曜日を選ぶコース(1食あたり) 750円 (税込)

まごころタッパ

日替わり5日間コース(1人用) 3,950円 (税込)
曜日を選ぶコース(1食あたり) 830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)
曜日を選ぶコース(1食あたり) 630円 (税込)

まごころ小箱・小箱(小)の献立表が一緒になりました。

まごころ小箱
日替わり5日間コース(1人用) 3,100円 (税込)
曜日を選ぶコース(1食あたり) 660円 (税込)

まごころ小箱(小)
日替わり5日間コース(1人用) 2,350円 (税込)
曜日を選ぶコース(1食あたり) 470円 (税込)

ワタミde健康

日替わり5日間コース(1人用) 3,450円 (税込)
曜日を選ぶコース(1食あたり) 690円 (税込)

御膳

日替わり6日間分(1人用) 2,700円 (税込)

御膳

日替わり6日間分(1人用) 3,000円 (税込)

8/10 月

- 中** 牛肉と野菜の五目炒め
- 白** さつま芋と蒸し鶏のオリーブオイル風味
- 中** 切干大根と高菜の炒り煮
- 中** 豆とオクラの和風ひじきサラダ
- 中** チンゲン菜と薄揚げの和え物

- 中** アジフライ だし香るごまたっぷりソース
- 中** 豚肉と絹揚げの煮物
- 中** 切干大根とカニ風味かまぼこのサラダ
- 中** キャベツのカレー炒め

- 中** 牛肉と野菜の五目炒め
- 中** エビとじゃが芋のマヨソース
- 中** 切干大根と高菜の炒り煮
- 中** 豆とオクラの和風ひじきサラダ
- 中** チンゲン菜と薄揚げの和え物

- 中** アジフライ だし香るごまたっぷりソース
- 中** 豚肉と絹揚げの煮物
- 中** 切干大根とカニ風味かまぼこのサラダ
- 中** キャベツのカレー炒め

- 白** 豆腐ハンバーグ 和風あん
- 白** ひき肉と絹揚げの和風煮
- 中** 切干大根とカニ風味かまぼこのサラダ
- 中** キャベツのカレー炒め

- 中** 野菜たっぷりビーフシチュー
- 中** ツナとほうれん草の和風パスタ
- 中** 人参とグリーンピースの玉子マヨ
- 中** 箸休めの いんげんとコーン

- A 8/10 月** にお届け
- B 8/11 火** にお届け

8/11 火

- 中** 鶏の唐揚げ
- 中** マカロニのクリーム煮 白みそ仕立て
- 中** 豆のマスタードサラダ
- 中** 根菜のケチャップ炒め
- 中** キャベツの塩昆布和え

- 白** 豚肉と野菜のねぎ塩だれ
- 白** 二色そぼろご飯
- 白** 南瓜いりの煮物
- 白** 蒸し鶏とキャベツのカリカリ梅和え
- 白** ごぼうとこんにゃくのピリ辛金平

- 祝日** 山の日
- 生姜としその風味が豊かな真アジの天ぷらが登場♪

- 祝日** 山の日
- 豆味噌のコクを生かしたこだわりの味噌だれがチキンカツによく合う一品です。

- 祝日** 山の日
- 豆味噌のコクを生かしたこだわりの味噌だれがチキンカツによく合う一品です。

- 祝日** 山の日
- 豆味噌のコクを生かしたこだわりの味噌だれがチキンカツによく合う一品です。

- ハ宝菜**
- 中** チヂミ
- 中** もやしときゅうりのキムチ和え
- 中** 小松菜と人参の中華炒め

8/12 水

- 中** 豚肉とズッキーニのごま味噌炒め
- 白** 白身魚のつみれと人参の炊き合わせ
- 中** じゃが芋のそぼろ炒め
- 中** なますのゆず風味
- 中** ほうれん草とコーンの炒め物

- 中** 味噌チキンカツ
- 豆味噌のコクを生かしたこだわりの味噌だれがチキンカツによく合う一品です。
- 中** 白飯
- 中** キャベツとウインナーのトマトソース
- 中** 枝豆とマカロニのサラダ
- 中** 人参と薄揚げの金平

- 中** 豚肉とズッキーニのごま味噌炒め
- 中** 枝豆入りかき揚げ&真アジのしそ巻き天ぷら 天つゆジュレ
- 中** じゃが芋のそぼろ炒め
- 中** なますのゆず風味
- 中** ほうれん草とコーンの炒め物

- 中** 味噌チキンカツ
- 中** キャベツとウインナーのトマトソース
- 中** 枝豆とマカロニのサラダ
- 中** 人参と薄揚げの金平

- 中** 味噌チキンカツ
- 中** 白飯
- 中** キャベツとウインナーのトマトソース
- 中** 枝豆とマカロニのサラダ
- 中** 人参と薄揚げの煮物

- 中** 甘酢肉団子と豚もも肉のチンジャオロース風
- 中** 麻婆しらたき
- 中** キャベツと蓮根とコーンのマリネ
- 中** 山菜と人参のナムル

- 中** 甘エビ入りクリームコロッケ
- 中** 玉子とほうれん草のソテー
- 中** ブロッコリーとパプリカのシーザーサラダ
- 中** コーンと人参の炒め物

8/13 木

- 中** タンドリーチキン風
- 中** 野菜コロッケ
- 中** こうや豆腐の湯葉あんかけ
- 中** ごぼうとベーコンのマヨサラダ
- 中** わかめとねぎのナムル

- 中** 赤魚煮付け
- 中** 白飯
- 中** なすのそぼろあん
- 中** ほうれん草と白菜の黒ごま和え
- 中** 春菊と薄揚げの和え物

- 中** イカカツ&有機きく芋入り野菜コロッケ
- 中** タンドリーチキン風
- 中** こうや豆腐の湯葉あんかけ
- 中** ごぼうとベーコンのマヨサラダ
- 中** わかめとねぎのナムル

- 中** 赤魚煮付け
- 中** なすのそぼろあん
- 中** ほうれん草と白菜の黒ごま和え
- 中** 春菊と薄揚げの和え物

- 中** アジの塩焼き
- 中** 白飯
- 中** なすのそぼろあん
- 中** ほうれん草と白菜の黒ごま和え
- 中** うぐいす豆

- 中** サワラの柚庵焼き
- 中** 小松菜ときのこのソテー
- 中** 豆腐干とひじきのマヨサラダ
- 中** 揚げさつま芋のだしバター風味

- A 8/13 木** にお届け
- B 8/14 金** にお届け

8/14 金

- 中** ブリの揚げ煮
- 中** 豆腐チャンプルー
- 中** ワタミファームの有機人参使用! ブロッコリーのおろし人参サラダ
- 中** 白菜と大根のツナマヨサラダ
- 中** 枝豆のだしジュレ

- 中** 豚焼肉
- 中** 香りが飯(青じそ)
- 中** あさりと春雨の生姜炒め
- 中** 卵の花といんげんのサラダ
- 中** チンゲン菜と人参のナムル

- 中** 鶏肉といんげんのバター醤油
- 中** ブリの揚げ煮
- 中** ワタミファームの有機人参使用! ブロッコリーのおろし人参サラダ
- 中** 白菜と大根のツナマヨサラダ
- 中** 枝豆のだしジュレ

- 中** 豚焼肉
- 中** あさりと春雨の生姜炒め
- 中** 卵の花といんげんのサラダ
- 中** チンゲン菜と人参のナムル

- 中** 豚焼肉
- 中** 白飯
- 中** あさりと春雨の生姜炒め
- 中** 卵の花といんげんのサラダ
- 中** ほうれん草のナムル

- 中** オレガノ香る チキントマト煮
- 中** ウインナーと野菜のコンソメ煮
- 中** 青パパイヤのソムタム風
- 中** 南瓜のミルク煮

- 中** 豚肉の味噌焼き
- 中** ブロッコリーの カニ風味あんかけ
- 中** 白菜と大根のツナマヨサラダ
- 中** さつま芋のごま和え

8/15 土

- 中** 豚肉と厚揚げの炒め物
- 中** ゆで野菜の梅マヨソース
- 中** なすの生姜風味
- 中** もやしと中華くらげのナムル
- 中** コーンと人参の炒め物

- 中** 牛肉としらたきの煮物
- 中** 白飯
- 中** 大根の湯葉あんかけ
- 中** わかめと蒸し鶏の酢味噌和え
- 中** ほうれん草とハムの和え物

- 中** 豚肉と野菜の中華味噌
- 中** 白飯
- 中** 山菜と白菜のナムル
- 中** 人参のサラダ
- 中** ひじきと枝豆の炒り煮

- 中** 豚肉とズッキーニのごま味噌炒め
- 中** 夏限定! かつおだしを使用し、上品な旨みを感じられる一品に仕上げました。

ワタミde健康

糖尿病診療ガイドラインにも配慮

日本人の食事摂取基準(2020年度版)をもとに、管理栄養士が設計したお食事です。たんぱく質、脂質、炭水化物のバランスも考慮しています。

300kcal 基準※

たんぱく質量 16.2g以上※

食物繊維量 4.7g以上※

食塩相当量 2.0g以下※

食材数(毎日) 20品目以上

※5日間コース平均

- 中** 鶏肉と大根の煮物
- 中** 切干大根と小松菜の甘辛煮
- 中** ツイストマカロニの梅マヨサラダ
- 中** 白菜の塩昆布和え

- 中** 肉団子の和風あんかけ
- 中** じゃが芋といんげんのあおさ炒め
- 中** ほうれん草と人参のごま和え
- 中** キャベツとしば漬けの和え物

△月曜日・木曜日、◎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。

◎お召し上げの際は、よく噛んでの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。

◎受付締切後のキャンセルは、お届け日2日前の午後5時までに、担当の「まごころスタッフ」または弊社受付センターへご連絡ください。なお、キャンセルの受付は土日・祝日を除く平日午前9時～午後5時の対応とさせていただきます。ご希望に沿えない場合もございますので、あらかじめご了承ください。◎受付締切後の変更・追加はお受けできませんので、ご了承ください。