週間献立表 ふかしいも 2026年11月30日週

ご注文締切日 2026年11月25日(水)

※容器の仕様を順次変更しております。地域によって旧容器でお届けする場合があります。

◎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。

こだわりだし一覧
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 / 貝だし / 昆布だし / 鶏と玉ねぎの旨みだし / 中華だし

加賀屋「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「いしる」がブレンドされています。

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) / 曜日を選べるコース(1食あたり) 730円(税込)

11/30(月)
タンドリーチキン風
- 白身魚のつみれと人参の炊き合わせ
- ブロッコリーと玉子の和え物
- なますのゆず風味
- 人参とツナの炒め物

12/1(火)
ワタミファームの有機生姜使用!
一枚肉の豚ロース生姜焼き
従来の生姜焼きに比べて厚さしっかり! 一枚一枚丁寧に焼き上げた食べ応えのあるロース肉に、ワタミファームの有機生姜をトッピングしました。
- 野菜コロッケ
- こうや豆腐の湯葉あんかけ
- ごぼうとベーコンのマヨサラダ
- わかめとねぎのナムル

12/2(水)
牛肉と野菜の五目炒め
- さつま芋と蒸し鶏のオリーブオイル風味
- 切干大根と高菜の炒り煮
- 豆とオクラの和風ひじきサラダ
- チンゲン菜と薄揚げの和え物

12/3(木)
ブリの揚げ煮
- 豚肉とこうや豆腐の肉豆腐
- 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
- キャベツとかまぼこの生姜マヨサラダ
- 小松菜ときのこの和え物

12/4(金)
鶏の唐揚げ
ワタミファーム
- マカロニのクリーム煮 白みそ仕立て
- 豆のマスタードサラダ
- 根菜のケチャップ炒め
- キャベツの塩昆布和え

12/5(土)
豚肉と厚揚げの炒め物
- ゆで野菜の梅マヨソース
- なすの生姜風味
- もやしと中華くらげのナムル
- コーンと人参の炒め物

12/6(日)
鶏団子の春雨あん
- 玉子ときくらげの中華炒め
- ひよこ豆とベーコンのトマト煮
- きゅうりとカニ風味かまぼこの中華和え
- ほうれん草とコーンの炒め物

まごころ御膳

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

11/30(月)
アジフライ だし香るごまたっぷりソース
- 白飯
- 豚肉と絹揚げの煮物
- 切干大根とカニ風味かまぼこのサラダ
- キャベツのカレー炒め

12/1(火)
牛肉のゆず味噌ソースがけ
- 香りご飯(青じそ)
- あさりと春雨の生姜炒め
- 卵の花といんげんのサラダ
- チンゲン菜と人参のナムル

12/2(水)
国産イワシの煮付け
※イワシの骨は軟らかく仕上げてありますが、ご注意ください。
- 白飯
- なすのそぼろあん
- おからのカラフルサラダ
- 春菊と薄揚げの和え物

12/3(木)
チキンカツ 和風あん New
- 白飯
- 絹揚げとキャベツの塩昆布和え
- じゃが芋のシャキシャキサラダ
- 人参と薄揚げの金平

とろ〜り卵黄ソースの豚肉スタミナ炒め New
にんにくの芽や香味野菜で風味豊かに仕上げたスタミナ炒めに卵黄ソースをトッピング!コク深くまろやかな味わいで食欲そそる一品です。
- しらす青菜ご飯 New
- 南瓜いなりの煮物
- きゅうりとわかめの酢の物
- ごぼうとこんにゃくのピリ辛金平

12/4(金)
牛肉としらたきの煮物
- 白飯
- 大根の湯葉あんかけ
- わかめと蒸し鶏の酢味噌和え
- ほうれん草とハムの和え物

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

12/5(土)
タンドリーチキン風 & 南瓜のかき揚げ&真アジのしそ巻き天ぷら 天つゆジュレ
- ブロッコリーと玉子の和え物
- なますのゆず風味
- 人参とツナの炒め物

イカカツ&エビカツ & ワタミファームの有機生姜使用! 豚肉の生姜焼き
- こうや豆腐の湯葉あんかけ
- ごぼうとベーコンのマヨサラダ
- わかめとねぎのナムル

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

12/6(日)
鶏肉といんげんのバター醤油 & ブリの揚げ煮
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
- キャベツとかまぼこの生姜マヨサラダ
- 小松菜ときのこの和え物

鶏の唐揚げ & あさりのクリームソース
- 豆のマスタードサラダ
- 根菜のケチャップ炒め
- キャベツの塩昆布和え

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) / 曜日を選べるコース(1食あたり) 830円(税込)

11/30(月)
アジフライ だし香るごまたっぷりソース
- 豚肉と絹揚げの煮物
- 切干大根とカニ風味かまぼこのサラダ
- キャベツのカレー炒め

12/1(火)
牛肉のゆず味噌ソースがけ
- あさりと春雨の生姜炒め
- 卵の花といんげんのサラダ
- チンゲン菜と人参のナムル

12/2(水)
サーモンの塩焼き
- なすのそぼろあん
- おからのカラフルサラダ
- 春菊と薄揚げの和え物

12/3(木)
チキンカツ 和風あん New
- 絹揚げとキャベツの塩昆布和え
- じゃが芋のシャキシャキサラダ
- 人参と薄揚げの金平

にんにくの芽や香味野菜で風味豊かに仕上げたスタミナ炒めに卵黄ソースをトッピング!コク深くまろやかな味わいで食欲そそる一品です。
とろ〜り卵黄ソースの豚肉スタミナ炒め New
- 南瓜いなりの煮物
- きゅうりとわかめの酢の物
- ごぼうとこんにゃくのピリ辛金平

12/4(金)
豚肉のスタミナ炒め New
- 白飯
- 南瓜いなりの煮物
- きゅうりとわかめの酢の物 ※まごころ小箱のみ入ります。
- うぐいす豆

12/5(土)
オレガノ香る チキントマト煮
- ウインナーと野菜のコンソメ煮
- 青パパイヤのソムタム風
- 南瓜のミルク煮

12/6(日)
甘酢肉団子と豚もも肉のチンジャオロース風
- 麻婆しらたき
- キャベツと蓮根とコーンのマリネ
- 山菜と人参のナムル

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

まごころ手鞠

日替わり5日間コース(1人用) 2,950円(税込) / 曜日を選べるコース(1食あたり) 630円(税込)

11/30(月)
アジフライ だし香るごまたっぷりソース
- 豚肉と絹揚げの煮物
- 切干大根とカニ風味かまぼこのサラダ
- キャベツのカレー炒め

12/1(火)
牛肉のゆず味噌ソースがけ
- あさりと春雨の生姜炒め
- 卵の花といんげんのサラダ
- チンゲン菜と人参のナムル

12/2(水)
サーモンの塩焼き
- なすのそぼろあん
- おからのカラフルサラダ
- 春菊と薄揚げの和え物

12/3(木)
チキンカツ 和風あん New
- 絹揚げとキャベツの塩昆布和え
- じゃが芋のシャキシャキサラダ
- 人参と薄揚げの金平

にんにくの芽や香味野菜で風味豊かに仕上げたスタミナ炒めに卵黄ソースをトッピング!コク深くまろやかな味わいで食欲そそる一品です。
とろ〜り卵黄ソースの豚肉スタミナ炒め New
- 南瓜いなりの煮物
- きゅうりとわかめの酢の物
- ごぼうとこんにゃくのピリ辛金平

12/4(金)
牛肉のゆず味噌ソースがけ
- 白飯
- あさりと春雨の生姜炒め ※まごころ小箱のみ入ります。
- 卵の花といんげんのサラダ
- ほうれん草のナムル

アジの塩焼き
- 白飯
- なすのそぼろあん
- おからサラダ ※まごころ小箱のみ入ります。
- ピーマンと人参の金平

12/5(土)
白身魚と彩り野菜のマリネソース
- 豆腐そぼろのガパオ風炒め
- さつま芋と五穀のシーザーサラダ
- ほうれん草と蒸し鶏のソテー

12/6(日)
サワラの柚庵焼き
- 小松菜ときのこのソテー
- 豆腐干とひじきのマヨサラダ
- 揚げさつま芋のだしバター風味

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

まごころ小鞠

日替わり5日間コース(1人用) 3,100円(税込) / 曜日を選べるコース(1食あたり) 660円(税込)

まごころ小鞠 小

日替わり5日間コース(1人用) 2,350円(税込) / 曜日を選べるコース(1食あたり) 470円(税込)

11/30(月)
アジフライ だし香るごまたっぷりソース
- 白飯
- ひき肉と絹揚げの和風煮
- 切干大根とカニ風味かまぼこのサラダ ※まごころ小箱のみ入ります。
- キャベツのカレー炒め

12/1(火)
米味噌・ゆず・すりごまの風味が調和したソースを、白だしで上品に仕上げた牛肉に合わせました!
牛肉のゆず味噌ソースがけ
- 白飯
- あさりと春雨の生姜炒め ※まごころ小箱のみ入ります。
- 卵の花といんげんのサラダ
- ほうれん草のナムル

12/2(水)
チキンカツ 和風あん New
- 白飯
- 絹揚げとキャベツの塩昆布和え ※まごころ小箱のみ入ります。
- さつま芋のレモン風味
- 人参と薄揚げの煮物

豚肉のスタミナ炒め New
- 白飯
- 南瓜いなりの煮物
- きゅうりとわかめの酢の物 ※まごころ小箱のみ入ります。
- うぐいす豆

12/3(木)
甘酢肉団子と豚もも肉のチンジャオロース風
- 麻婆しらたき
- キャベツと蓮根とコーンのマリネ
- 山菜と人参のナムル

12/4(金)
野菜たっぷりビーフシチュー
- ツナとほうれん草の和風パスタ
- 人参とグリーンピースの玉子マヨ
- 箸休めの いんげんとコーン

ワタミdeおいしい健康

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

11/30(月)
オレガノ香る チキントマト煮
- ウインナーと野菜のコンソメ煮
- 青パパイヤのソムタム風
- 南瓜のミルク煮

12/1(火)
白身魚と彩り野菜のマリネソース
- 豆腐そぼろのガパオ風炒め
- さつま芋と五穀のシーザーサラダ
- ほうれん草と蒸し鶏のソテー

12/2(水)
サワラの柚庵焼き
- 小松菜ときのこのソテー
- 豆腐干とひじきのマヨサラダ
- 揚げさつま芋のだしバター風味

12/3(木)
甘酢肉団子と豚もも肉のチンジャオロース風
- 麻婆しらたき
- キャベツと蓮根とコーンのマリネ
- 山菜と人参のナムル

12/4(金)
野菜たっぷりビーフシチュー
- ツナとほうれん草の和風パスタ
- 人参とグリーンピースの玉子マヨ
- 箸休めの いんげんとコーン

好い日の御膳

日替わり6日間分(1人用) 2,700円(税込)

白飯つき 日替わり6日間分(1人用) 3,000円(税込)

A 11/30(月)にお届け
B 12/1(火)にお届け

八宝菜
- チヂミ
- もやしときゅうりのキムチ和え
- 小松菜と人参の中華炒め

親子煮
- 炒り豆腐
- ほうれん草としめじの和え物
- いんげんと人参のお浸し

コーンクリームコロッケ
- 玉子とほうれん草のソテー
- ブロッコリーとパプリカのシーザーサラダ
- 絶妙な甘さに仕上げた人参のグラッセ

A 12/3(木)にお届け
B 12/4(金)にお届け

直火で香ばしく仕上げた豚肉の味噌焼き
- ブロッコリーのカニ風味あんかけ
- 白菜と大根のツナマヨサラダ
- さつま芋のごま和え

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

肉団子の和風あんかけ
- じゃが芋といんげんのあおさ炒め
- ほうれん草と人参のごま和え
- 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。

お弁当と楽しむ菊芋茶習慣
まいにち健やかセット
冷蔵のお弁当・お惣菜をワタミオリジナルの菊芋茶と一緒にご注文いただくことで、1日あたり60円お得になるセットです。
菊芋茶単品購入の場合:1本 税込220円

一例「まごころ手鞠」5日間コースの場合

×5日間 プラス ×5本
[日替わり5日間コース] 税込2,950円 + [菊芋茶5本] 税込1,100円
通常、合計税込~~4,050円~~のところ→税込3,750円
詳しくは「まごころスタッフ」までお声掛けください。

お弁当・お惣菜 大募集
WEBアンケート
毎月抽選で100名さまにQUOカードPay 500円分プレゼント♪
スマートフォンのカメラで左のコードを読み取ってください♪
こちらから!



◎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。

◎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いております。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。