

週1食から追加注文  
できます!

追加の惣菜・サラダ・フルーツをお届け

\お弁当と一緒に/

# お弁当にプラス1品シリーズ

カット  
フルーツ

ご注文書は13ページ

※単品ではご注文できません。まごころシリーズ・「好い日の御膳」のお弁当・お惣菜、またはキット類と一緒にご注文ください。※土日・祝日お届けはありません。

## まごころランチ

1食 税込430円  
5日間の場合 税込2,150円



## 野菜を食べる健康習慣

1食 税込320円  
5日間の場合 税込1,600円



## サラダを食べる健康習慣

1食 税込370円  
5日間の場合 税込1,850円



## フルーツを食べる健康習慣

1食 税込370円  
5日間の場合 税込1,850円



5月18日

### 鶏肉のジンジャーソース

- 玉ねぎと豆のツナサラダ
- チンゲン菜ときくらげの中華炒め

- さつまいとレーズンのバター風味
- 玉ねぎと豆のツナサラダ
- チンゲン菜ときくらげの中華炒め

### ロメインレタスと白菜のシーザーサラダ

シーザードレッシング小袋付

- パイン



5月19日

### 牛肉と玉ねぎの焼肉

- 野菜のマリネ ワタミファームの有機赤大根使用
- オクラの湯葉和え

- ビーフンと野菜の炒め物
- 野菜のマリネ ワタミファームの有機赤大根使用
- オクラの湯葉和え

### カラフル野菜とコーンのサラダ

ごまドレッシング小袋付

- メロン・ぶどう



5月20日

### 黒酢豚

- ごぼうと3種豆の生姜サラダ
- 花野菜のピーナッツ和え

- 人参とピーマンのおかか炒め
- ごぼうと3種豆の生姜サラダ
- 花野菜のピーナッツ和え

### 10種の雑穀とキャベツの彩りサラダ

クリーミーサウザンドレッシング小袋付

- メロン・オレンジ



5月21日

### エビと絹揚げのチリソース

- 玉子とカリフラワーのサラダ
- 薄揚げと昆布の煮物

- キャベツと大根のピリ辛和え エビのせ
- 玉子とカリフラワーのサラダ
- 薄揚げと昆布の煮物

### 紅芯大根とフライドオニオンのパリパリサラダ

すりおろし野菜ドレッシング小袋付

- パイン・ぶどう



5月22日

### ミモザ風ハンバーグ 季節限定

- 切干大根とツナのマヨサラダ
- 野菜のナムル

- 五穀入り さつまいの味噌和え
- 切干大根とツナのマヨサラダ
- 野菜のナムル

### わさび香る ほうれん草と赤玉ねぎの和風サラダ

かつお節小袋・和風わさびドレッシング小袋付

- メロン・りんご



5月25日

### 鶏肉の高リコピン トマトケチャップソース

- コールスローサラダ
- 野菜の洋風煮びたし

- じゃが芋とブロッコリーのバジルソース
- コールスローサラダ
- 野菜の洋風煮びたし

### 緑黄色野菜のシーザーサラダ

シーザードレッシング小袋付

- パイン・メロン



5月26日

### 肉団子のごま照り

- キャベツと竹輪のオクラ和え
- いんげんと椎茸の和風煮

- 切干大根とほうれん草の生姜風味
- キャベツと竹輪のオクラ和え
- いんげんと椎茸の和風煮

### しそとわかめのチキンサラダ

梅かつおドレッシング小袋付

- メロン・ぶどう



5月27日

### 牛肉と春雨の中華炒め

- パパイアの青じそサラダ
- 蒸し鶏とえのきの塩だれ和え

- 春雨の中華炒め
- パパイアの青じそサラダ
- 蒸し鶏とえのきの塩だれ和え

### パプリカとクルトンのサラダ

ベーコンのドレッシング小袋付

- パイン・オレンジ・グレープフルーツ



5月28日

### 豚肉の香味ソース

- 野菜の明太風味マヨサラダ
- ほうれん草とカニ風味かまぼこの中華炒め

- 白菜と絹揚げの山椒風味
- 野菜の明太風味マヨサラダ
- ほうれん草とカニ風味かまぼこの中華炒め

### ミックスビーンズとさつまいのサラダ

クリーミーマスタードドレッシング小袋付

- りんご・パイン



5月29日

### チキンカツ 枝豆タルタルソース

- ブロッコリーとひじきの梅和え
- 大根と薄揚げの生姜炒め

- いんげんと枝豆のバター醤油
- ブロッコリーとひじきの梅和え
- 大根と薄揚げの生姜炒め

### カレーチキンとキャベツのサラダ

クリーミーサウザンドレッシング小袋付

- メロン・ぶどう



#### プラス1品のお惣菜・サラダ・フルーツ 共通

◎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。

※ドレッシング小袋は内容が変更になる場合があります。

●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。