



お弁当と一緒に！

追加の惣菜・サラダ・フルーツをお届け お弁当にプラス1品シリーズ

販売中♪

カット
フルーツ



お好みの献立・曜日を選んで、13ページのご注文書にご記入いただき、「まごころスタッフ」までお渡しください。

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

9/7月

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

9/8火

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

9/9水

黒酢酢豚

- ごぼうと3種豆の生姜サラダ
- たけのことキャベツのピリ辛味噌炒め

9/10木

牛肉と玉ねぎの焼肉

- キャベツと蓮根のマリネ
- オクラの湯葉和え

9/11金

ハンバーグ きのことソース

- 切干大根とツナのマヨサラダ
- 野菜のナムル

- さつま芋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

- 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

- 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
- たけのことキャベツのピリ辛味噌炒め

- ビーフンと野菜の炒め物
- キャベツと蓮根のマリネ
- オクラの湯葉和え

- 花野菜のピーナッツ和え
- 切干大根とツナのマヨサラダ
- 野菜のナムル

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

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

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

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

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

- 緑ぶどう・パイン



- パイン・メロン・オレンジ



- メロン・ぶどう・りんご



- パイン・メロン



- パイン



9/14月

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

9/15火

牛肉と春雨の中華炒め

- パパイアの青じそサラダ
- 五穀入り 蒸し鶏とえのきの塩だれ和え

9/16水

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

9/17木

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

9/18金

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

- 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

- 春雨の中華炒め
- パパイアの青じそサラダ
- 五穀入り 蒸し鶏とえのきの塩だれ和え

- 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

- 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

- 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

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

ミックスビーンズとさつま芋の サラダ

クリーミーマスタードドレッシング小袋付

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

紫野菜のドライいちじくサラダ

かぼすドレッシング小袋付

白菜と塩昆布のサラダ

シーザードレッシング小袋付

- メロン・ぶどう



- メロン・オレンジ



- パイン・ぶどう



- メロン・りんご



- パイン・メロン



プラス1品のお惣菜・サラダ・フルーツ 共通

※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、「ワタミdeおいしい健康」、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。

◎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。