



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



※「まごころランチ」は容器の仕様を順次下記に変更しております。

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

10月19日

豚肉のスタミナ炒め

- 切干大根のハリハリ漬け ゆず風味
- 白菜とツナのピリ辛炒め

10月20日

鶏肉のレモンクリームソース

- 人参のラペ
- 薄揚げといんげんの炒り煮

10月21日

豚肉と大豆のトマトソース

- **ワタミファームの有機人参使用!**
- 野菜の人参ドレッシングサラダ
- ごぼうとツナのごま炒め

10月22日

生姜をきかせた鶏肉のみぞれ和え

- **ワタミファームの有機大根使用!**
- きゅうりとわかめの酢の物
- 蓮根とブロッコリーの炒め物

10月23日

牛肉と絹揚げの煮物

- ブロッコリーとひじきのお浸し
- ほうれん草とカニ風味かまぼこの中華炒め

- ごろごろ野菜のデミソース
- 切干大根のハリハリ漬け ゆず風味
- 白菜とツナのピリ辛炒め

- ジャーマンポテトのマスタード風味
- 人参のラペ
- 薄揚げといんげんの炒り煮

- 五穀入り ミックスビーンズのトマトソース
- **ワタミファームの有機人参使用!**
- 野菜の人参ドレッシングサラダ
- ごぼうとツナのごま炒め

- パパイヤとひき肉の玉子炒め
- きゅうりとわかめの酢の物
- 蓮根とブロッコリーの炒め物

- 白菜と絹揚げの煮物
- ブロッコリーとひじきのお浸し
- ほうれん草とカニ風味かまぼこの中華炒め

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

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

水菜とサラダチキンの 棒棒鶏風サラダ

ごまドレッシング小袋付

枝豆とコーンのサラダ

すりおろし野菜ドレッシング小袋付

- パイン・ぶどう



- メロン・りんご



- パイン・メロン



- メロン・ぶどう



- パイン・オレンジ・
グレープフルーツ



10月26日

鶏の唐揚げ ハニーマスタードソース

- ブロッコリーと人参の塩昆布和え
- ごろごろ野菜の和風ガーリック

10月27日

肉団子のコンソメソース

- もやしとほうれん草のナムル
- 野菜のチンジャオロース風

10月28日

牛肉とほうれん草の煮物

- ビーツのポテトサラダ
- 揚げなすのごま醤油

10月29日

チキン竜田 柑橘ソース

- ブロッコリーとカニ風味かまぼこのお浸し
- 白菜とほうれん草のしらす和え

10月30日

豚肉とキャベツの味噌炒め

- 人参とツナのサラダ
- さつま芋とヤングコーンのほくほく和え

- 絹揚げとキャベツの生姜醤油炒め
- ブロッコリーと人参の塩昆布和え
- ごろごろ野菜の和風ガーリック

- ウインナーと野菜のコンソメソテー
- もやしとほうれん草のナムル
- 野菜のチンジャオロース風

- ごぼうと蒸し鶏の和風真砂和え
- ビーツのポテトサラダ
- 揚げなすのごま醤油

- じゃが芋とえのきの甘酢和え
- ブロッコリーとカニ風味かまぼこのお浸し
- 白菜とほうれん草のしらす和え

- かまぼこと野菜の旨煮
- 人参とツナのサラダ
- さつま芋とヤングコーンのほくほく和え

ちりめんじゃこと海藻の グリーンサラダ

中華ドレッシング小袋付

3種レタスのチョレギサラダ

チョレギサラダドレッシング小袋付

レタスとかぼちゃの ベーコンサラダ

クリーミーサウザンドレッシング小袋付

和風玉ねぎサラダ

和風ドレッシング小袋付

サラダチキンのグリーンサラダ

ベーコンのドレッシング小袋付

- りんご・パイン



- メロン・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



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。