

2010年
8
月分

MFS

健康管理食
メニュー

注文締切日
水曜日

発送日
翌週金曜日

週14食定期コース

週12食定期コース

週10食定期コース

週8食定期コース

週6食定期コース

締切

7月28日

発送

8月06日

8月08日～8月14日(10-32週)分

鯖の柚子風味

牛肉のデミソース煮

帆立と野菜炒め

肉豆腐

海老のマリネ

ホイコーロー

シルバーの
玉葱ソース

ポーク焼き肉

さんまの
葱ポン酢ソース

油淋鶏

鯖の塩焼き

鶏の胡麻酢漬け

メルルーサの
磯辺揚げ

鶏肉と大根の
韓国風煮

締切

8月04日

発送

8月13日

8月15日～8月21日(10-33週)分

あさりのトマト煮

カレーチャンプル

めばるの
きのこあん

豚肉と大豆の煮物

あじの梅煮

豚ひれかつ

鯖の味噌焼き

酢豚

きすの天ぷら

鶏団子の煮物

青梗菜と帆立の
クリーム煮

ハンバーグ

かじきの
わさびソース

鶏肉の有馬焼き

締切

8月11日

発送

8月20日

8月22日～8月28日(10-34週)分

メルルーサの
ホワイトソース

豚と春雨の炒め物

赤魚のおろし煮

豚のパン粉焼き

ほっけの醤油漬け
焼き

がんもと
野菜の煮物

いかの四川炒め

鶏の立田揚げ

ミックスフライ

牛すき焼き風

鮭の胡麻焼き

鶏の照り焼き

ほきの山椒焼き

豚の甘酢たれ

締切

8月18日

発送

8月27日

8月29日～9月04日(10-35週)分

かじきのソテー
和風ソース

筑前煮

鯖の漬け焼き

チキン梅風味

いとより鯛の
レモンソース

ポークソテー

魚介のグラタン風

鶏肉の
ピーナッツ焼き

シルバーの
バターソース

豚肉の蓮根の
黒酢炒め

海老バジル炒め

豆腐のチリソース

鯖の煮つけ

鶏の山賊焼き

海老団子と
野菜の煮物

チキンボール

ほきのチーズソース

豚と厚揚げの炒め

かれいのみぞれ煮

豚肉の
ハニーマスタード

鮭の香味揚げ

ポークチャップ

メルルーサの
フリッター

鶏肉のスタミナ炒め

鯆の
イタリアンソテー

牛黒胡椒焼き

帆立のカレーソテー

鶏肉の西京焼き

※各お食事には管理上の日時が記載されていますが、栄養価は同じですので賞味期限までにどれでもお好きなメニューをお召し上がりください。
※メニューは変更になる場合があります。又、お食事の種類によって、メニュー内容が一部異なる場合がございます。ご了承下さい。

お試しセットのメニューは「おまかせ」となります。