

▶ 肉コース(週6食定期コース)は マークが付いているメニューをお届けいたします。 ▶ 週7食定期コース(昼)は マーク、週7食定期コース(夜)は マークが付いているメニューをお届けいたします。
 ▶ 魚介コース(週6食定期コース)は マークが付いているメニューをお届けいたします。 ▶ お試しセットのメニューは「おまかせ」となります。

締切 05月03日 発送 05月12日 05月14日～05月20日 (2017-20週) 分	豆腐の茸クリームソース	肉じゃが	鰯のイタリアンソテー	豚肉の生姜焼き	鮭の粕漬け	肉団子の甘酢煮	鰯のフリッター
	鶏肉のスタミナ炒め	帆立のカレーソテー	油淋鶏	かれいのみぞれ煮	鶏肉の西京焼き	ほきのチーズソース	牛肉の黒胡椒炒め
締切 05月10日 発送 05月19日 05月21日～05月27日 (2017-21週) 分	しゅうまい	鶏肉のポトフ	赤魚の煮付け	牛肉のプルコギ風	ぶりのにんにくタレ	鶏肉の赤ワイン煮	白身魚の天ぷら
	豚肉となすの旨み炒め	かれいの唐揚げ野菜ソース	レモン香るさっぱりチキン	魚介のオイスターソース	豚肉と厚揚げのねぎ塩炒め	鰯の蒲焼風	きのことたっぷりハンバーグ
締切 05月17日 発送 05月26日 05月28日～06月03日 (2017-22週) 分	いかの四川風炒め	豚肉のスタミナ炒め	海老チリソース	鶏肉の照り焼き	ほきのハーブ焼き	豚肉と野菜のカレー炒め	鰯のマスタードソテー
	タンドリーチキン	鮭の揚げ煮	湯葉巻きと野菜の煮物	鰯のムニエル	豚肉と大根の梅煮	帆立と野菜炒め	鶏肉のみぞれ煮
締切 05月24日 発送 06月02日 06月04日～06月10日 (2017-23週) 分	厚揚げの辛味煮	豚肉と根菜の金平風炒め	鰯の甘酢あん	豚肉と五目野菜の炒め物	鰯の漬け焼き	鶏肉の黒酢香味ソース	鰯の茸ソース
	豚肉のコチュジャン焼き	鮭の粕漬け	鶏肉のゆかり焼き	魚介と野菜の中華炒め	鶏肉のハワイアンソテー	ほきのマリネ	ポークシチュー
締切 05月31日 発送 06月09日 06月11日～06月17日 (2017-24週) 分	あさりと厚揚げの炒め物	鶏肉の山椒葱焼き	秋刀魚の塩焼き	豚肉のしぐれ煮	鰯の粕漬け	鶏肉と大根の南蛮煮	ホキフライ
	豚肉とおくらの炒め物	ぶりの塩焼き	牛肉のトマトソース	鮭の味噌チーズ焼き	餃子の甘酢あんかけ	鰯のハーブ焼き	めばるの照り焼き
配達スケジュール <input type="checkbox"/> 毎週 <input type="checkbox"/> 隔週 <input type="checkbox"/> 月一回 <input type="checkbox"/> 一回だけ	週6食定期コース	週8食定期コース	週10食定期コース	週12食定期コース	週14食定期コース	週7食定期コース(昼)	週7食定期コース(夜)

※各定期コースのメニューはそれぞれの栄養価基準に合わせてお作りしております。 ※メニューは変更になる場合があります。ご了承ください。 ※毎月ご利用明細に最新献立表を同封して、ご案内致します。MFSのWEBページもご利用頂けます。