

▶ 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 07月05日 発送 07月14日 07月16日～07月22日 (2017-29週) 分	がんもと野菜の煮物	牛肉すき焼き風	赤魚のおろし煮	豚肉の塩だれ	鯖の野菜あんかけ	酢豚	シーフードカレー
	鶏肉の照り焼き	鱈のホワイトソース	鶏団子の洋風煮	白身魚の中華あんかけ	豚肉と春雨の炒め物	鮭の胡麻焼き	鶏肉の竜田揚げ
締切 07月12日 発送 07月21日 07月23日～07月29日 (2017-30週) 分	麻婆茄子	豚肉のみぞれ煮風	鮭の曙ソース	牛肉と蓮根の黒酢炒め	めばるの和風ソース	鶏肉の香草揚げ	鱈の甘酢あんかけ
	鶏肉の梅風味焼き	メルルーサの香味あんかけ	鶏肉のピーナッツ焼き	鯖の漬け焼き	里芋と豚肉の味噌煮	ほきの山椒焼き	筑前煮
締切 07月19日 発送 07月28日 07月30日～08月05日 (2017-31週) 分	豆腐の茸クリームソース	肉団子の甘酢煮	鱈のフリッター	豚肉の生姜焼き	鮭の粕漬	肉じゃが	鱈のイタリアンソテー
	鶏肉の西京焼き	ほきのチーズソース	牛肉の黒胡椒炒め	かれいのみぞれ煮	鶏肉のスタミナ炒め	帆立のカレーソテー	油淋鶏
締切 07月26日 発送 08月04日 08月06日～08月12日 (2017-32週) 分	しゅうまい	鶏肉の赤ワイン煮	ぶりのにんにくタレ	牛肉のプルコギ風	白身魚の天ぷら	鶏肉のポトフ	かれいの唐揚げ野菜ソース
	豚肉と厚揚げのねぎ塩炒め	赤魚の煮付け	きのこたっぷりハンバーグ	魚介のオイスターソース	豚肉となすの旨み炒め	鯖の蒲焼風	レモン香るさっぱりチキン
締切 08月02日 発送 08月11日 08月13日～08月19日 (2017-33週) 分	いかの四川風炒め	豚肉と野菜のカレー炒め	鱈のマスタードソテー	鶏肉の照り焼き	ほきのハーブ焼き	豚肉のスタミナ炒め	海老チリソース
	豚肉と大根の梅煮	帆立と野菜炒め	鶏肉のみぞれ煮	鱈のムニエル	タンドリーチキン	鮭の揚げ煮	湯葉巻きと野菜の煮物
配送スケジュール お届けサイクル <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。