

▶ 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。 ※バリューシリーズの肉・魚介コースはございません。

締切	発送	メニュー								
01月03日	01月12日	湯葉巻きと野菜の煮物	鶏肉のみぞれ煮	鱈のムニエル	鶏肉の照り焼き	鯖のマスタードソテー	タンドリーチキン	帆立と野菜炒め		
01月14日～01月20日 (2018-03週) 分		豚肉と野菜のカレー炒め	鮭の揚げ煮	豚肉のスタミナ炒め	海老チリソース	豚肉と大根の梅煮	ほきのハーブ焼き	いかの四川風炒め		
01月10日	01月19日	厚揚げの辛味煮	鶏肉のゆかり焼き	鯖の甘酢あん	豚肉と五目野菜の炒め物	鯖の茸ソース	ポークシチュー	ほきのマリネ		
01月21日～01月27日 (2018-04週) 分		豚肉と根菜の金平風炒め	鮭の粕漬け	チキンの黒胡椒焼き	鮭の漬け焼き	鶏肉の黒酢香味ソース	魚介と野菜の中華炒め	餃子の甘酢あんかけ		
01月17日	01月26日	ホキフライ	鶏肉の山椒葱焼き	鯖のハーブ焼き	牛肉のトマトソース	鮭の粕漬け	鶏肉と大根の南蛮煮	めばるの照り焼き		
01月28日～02月03日 (2018-05週) 分		鶏肉のハワイアンソテー	ぶりの塩焼き	豚肉とおくらの炒め物	秋刀魚の塩焼き	豚肉のしぐれ煮	鮭の味噌チーズ焼き	あさりと厚揚げの炒め物		
01月24日	02月02日	あさりと茸のクリーム煮	豚肉のコチュジャン焼き	鮭の南蛮漬け	チキンラタトゥイユ	鯖の味噌煮	鶏肉のバーベキューソース	めばるの塩焼き		
02月04日～02月10日 (2018-06週) 分		鶏肉の香草焼き	白身魚の生姜ソース	豚肉のきのこあん	秋刀魚と大豆の煮物	豚肉のマスタード焼き	サーモンフライ	ポークビーンズ		
01月31日	02月09日	かつおフライ	鶏肉のマスタード風味	かれの中華風茸あん	豚肉の中華風	魚介と野菜のバター醤油	鶏肉のクリームチーズソース	さけのちゃんちゃん焼き		
02月11日～02月17日 (2018-07週) 分		ポーク焼肉	鮭のピリ辛焼き	鶏肉のトマトソース	白身魚のオイル焼き	豚肉の山賊焼き	めばるの黒酢あんかけ	3種の豆カレー		
02月07日	02月16日	白い麻婆豆腐	豚肉とじゃが芋のカレー煮	ほきの和風ソース	ビーフシチュー	鮭の玉葱ソース	豚肉のハニーマスタード	秋刀魚の葱ポン酢ソース		
02月18日～02月24日 (2018-08週) 分		チキンのマーメレード煮	鮭の利休焼き	鶏肉と大根の韓国風煮	鯖の塩焼き	豚肉のしぐれ煮	鯖の柚子風味	ホイコーロー		
配達スケジュール 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。