

▶ 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。
 ▶ 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。

▶ 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。
 ▶ お試しセットのメニューは「おまかせ」となります。

締切 ▶ **発送**
09月06日 ▶ **09月15日**
 09月17日～09月23日 (2017-38週) 分

ホイコーロー	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	鱈の玉葱ソース	豚肉の ハニーマスタード	秋刀魚の 葱ポン酢ソース
チキンの マーレード煮	鮭の利休焼き	鶏肉と大根の 韓国風煮	鯖の柚子風味	豚肉のしぐれ煮	鯖の塩焼き	白い麻婆豆腐

締切 ▶ **発送**
09月13日 ▶ **09月22日**
 09月24日～09月30日 (2017-39週) 分

キスの天ぷら	牛肉の生姜煮	めばるの 和風きのこあん	鶏肉と野菜の カレー煮	あさりのトマト煮	豚肉の甘酢たれ	鯖の味噌焼き
鶏肉の ホワイトソース	鱈の梅おろし煮	豚ひれかつ	鮭の山葵ソース	ハンバーグ	ほきの サルサソース添え	鶏肉の有馬焼き

締切 ▶ **発送**
09月20日 ▶ **09月29日**
 10月01日～10月07日 (2017-40週) 分

がんもと野菜の煮物	酢豚	シーフードカレー	豚肉の塩だれ	鯖の野菜あんかけ	豚肉と春雨の 炒め物	赤魚のおろし煮
牛肉すき焼き風	鮭の胡麻焼き	鶏肉の竜田揚げ	白身魚の 中華あんかけ	鶏肉の照り焼き	鱈のホワイトソース	鶏団子の洋風煮

締切 ▶ **発送**
09月27日 ▶ **10月06日**
 10月08日～10月14日 (2017-41週) 分

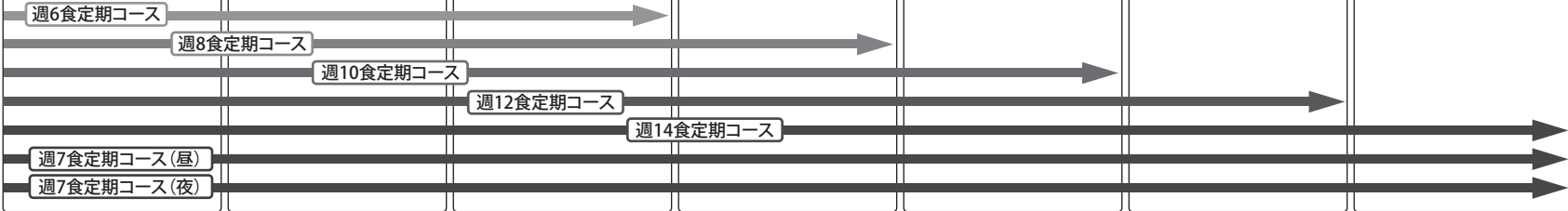
麻婆茄子	里芋と豚肉の 味噌煮	鱈の甘酢あんかけ	牛肉と蓮根の 黒酢炒め	めばるの和風ソース	豚肉のみぞれ煮風	鮭の曙ソース
鶏肉の香草揚げ	ほきの山椒焼き	鶏肉の ピーナッツ焼き	鯖の漬け焼き	鶏肉の梅風味焼き	メルルーサの 香味あんかけ	筑前煮

締切 ▶ **発送**
10月04日 ▶ **10月13日**
 10月15日～10月21日 (2017-42週) 分

豆腐の 茸クリームソース	肉じゃが	鱈の イタリアンソテー	豚肉の生姜焼き	鮭の粕漬け	牛肉の黒胡椒炒め	鱈のフリッター
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	肉団子の甘酢煮

配送スケジュール

お届けサイクル
 毎週
 隔週
 月一回
 一回だけ



※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。