

注文締切	発送日
水曜日	翌週火・水・金

 配送スケジュール

4食発送	毎週火曜発送4食(①~④)		毎週水曜発送4食(⑤~⑧)		毎週金曜発送4食(⑪~⑭)	
6食発送	毎週水曜発送6食(③~⑧)				毎週金曜発送6食(⑨~⑭)	
08月02日 締切 08月09日 08月15日	①赤魚のきのこスープ煮	③鶏肉のレモン醤油	⑤海老のチリソース炒め	⑦ミートローフ	⑨ビーフカレー	⑪つきこんと豚肉のピリ辛炒め ⑬陣笠揚げ煮
08月09日 締切 08月16日 08月22日	②チンジャオロース	④チーズオムレツ	⑥あさりとツナの炒り豆腐	⑧鶏肉とじゃがいもの炒め煮	⑩りんご豚カツ	⑫鮭の幽庵焼き ⑭鯖の生姜味噌焼き
08月16日 締切 08月23日 08月29日	①鶏肉の照り焼き	③鮭のちゃんちゃん焼き	⑤鶏肉の梅風味揚げ	⑦キャベツの重ね蒸し	⑨五目煮	⑪白身魚のピリ辛炒め ⑬和風ハンバーグ
08月23日 締切 08月30日 09月05日	②豚肉と青梗菜のカキ油炒め	④いかと野菜のカレー炒め	⑥鯖のマスタードムニエル	⑧ポークカレー	⑩和風きのこオムレツ	⑫鶏肉の赤ワイン蒸しトマトソース ⑭揚げ鶏の味噌炒め
08月30日 締切 09月06日 09月12日	①かれいの甘酢あんかけ	③牛皿	⑤さばのムニエルカレー風味	⑦海鮮五目炒め	⑨鶏もも肉の香り揚げ	⑪豚肉の生姜焼き ⑬茄子のはさみ焼
09月06日 締切 09月13日 09月19日	②治部煮	④チキンカレー	⑥海老団子と南瓜の煮物	⑧高野豆腐の卵とじ	⑩ぶりの幽庵焼き	⑫鮭のムニエルホワイトソースがけ ⑭南部焼き
09月13日 締切 09月19日	①豚カツ	③高野豆腐と野菜の炊き合わせ	⑤さわらの胡麻煮	⑦鶏の酒蒸し葱ソース	⑨鶏肉のクリームソース煮	⑪お楽しみ弁当 ⑬信田巻き煮
09月19日 締切 09月25日 10月01日	②かぶと生揚げの海老あんかけ	④白身魚の蒸し焼き	⑥銀杏のシュウマイ	⑧ぶり大根	⑩さんまのピカタ	⑫牛肉の柳川風 ⑭チンジャオロース
10月01日 締切 10月08日 10月14日	①むつの木の芽味噌焼き	③豚肉のチャンプルー	⑤鶏団子のスープ煮	⑦ミートボールのクリーム煮	⑨かれいの煮付け	⑪豆腐ステーキ ⑬帆立貝の辛子ケチャップ
10月08日 締切 10月15日 10月21日	②炒り鶏	④鯖の西京焼き	⑥生揚げと海老の煮込み	⑧ポークジンジャー	⑩豚肉と野菜のオイスター	⑫かに玉 ⑭チーズ入りハンバーグ
10月15日 締切 10月22日 10月28日	①牛肉の野菜巻き	③海老とブロッコリー炒め	⑤肉じゃが	⑦回鍋肉	⑨秋刀魚の蒲焼	⑪つくねと葱焼き ⑬チキンピカタ
10月22日 締切 10月29日 11月04日	②きのここと卵のねぎ塩炒め	④ポークソテー	⑥帆立と根野菜の照り煮	⑧鶏肉の胡麻味噌煮	⑩絹麻婆豆腐	⑫鯖の漬け焼き ⑭スパニッシュオムレツ

週4食定期コース (A)パターン 火曜発送4食 (B)パターン 水曜発送4食 (C)パターン 金曜発送4食

週6食定期コース (A)パターン 水曜発送6食 (B)パターン 金曜発送6食

週8食定期コース (A)パターン 火曜発送4食 + 水曜発送4食 (B)パターン 火曜発送4食 + 金曜発送4食

(C)パターン 水曜発送4食 + 金曜発送4食

週10食定期コース (A)パターン 火曜発送4食 + 金曜発送6食 (B)パターン 水曜発送4食 + 金曜発送6食

(C)パターン 水曜発送6食 + 金曜発送4食

週12食定期コース (A)パターン 火曜発送4食 + 水曜発送4食 + 金曜発送4食

(B)パターン 水曜発送6食 + 金曜発送6食

週14食定期コース 火曜発送4食 + 水曜発送4食 + 金曜発送6食