

▶ 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 12月06日 ▶ 発送 12月15日	トマトクリームパスタ	鶏肉の照り焼き	赤魚のおろし煮	豚肉の塩たれ	熟成ココカレー	豚肉と春雨炒め物	鮭の胡麻焼き
	牛肉すき焼き風	鱈のホワイトソース	豚肉ときのこの和風ペンネ	白身魚の中華あんかけ	鶏肉の竜田揚げ	鱈の野菜あんかけ	がんもと野菜の煮物
締切 12月13日 ▶ 発送 12月22日	筑前煮	野菜と豚肉の味噌煮	鮭の曙ソース	鶏肉の梅風味焼き	ほきの山椒焼き	鶏肉の香草揚げ	めばるの和風ソース
	牛肉と蓮根の黒酢炒め	白身魚の香味あんかけ	野菜たっぷりポモドーロ	鱈の漬け焼き	豚肉のみぞれ煮風	青菜とツナのクリームパスタ	麻婆茄子
締切 12月20日 ▶ 発送 12月29日	ミートソースペンネ	豚肉の生姜焼き	鮭の粕漬	黒胡椒炒め	鱈のフリッター	ホタテのクリームパスタ	かれいのみぞれ煮
	油淋鶏	鱈のイタリアンソテー	鶏肉のスタミナ炒め	野菜のカレーソテー	肉団子の甘酢煮	ほきのチーズソース	豆腐の茸クリームソース
締切 12月27日 ▶ 発送 01月05日	レモン香るさっぱりチキン	きのことたっぷりハンバーグ	かれいの唐揚げ野菜ソース	豚肉となすの旨み炒め	ぶりのんにくタレ	鶏肉の赤ワイン煮	赤魚の煮付け
	牛肉のプルコギ風	ツナたっぷりアラビアータ	鶏肉のポトフ	白身魚の天ぷら	豚肉と厚揚げのねぎ塩炒め	魚介のオイスターソース	明太子クリームソース
締切 01月03日 ▶ 発送 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	鱈のマスタードソテー	タンドリーチキン	デミグラスミートソースパスタ
	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	肉団子ごろごろペンネ	豚肉と大根の梅煮	ほきのハーブ焼き	いかの四川風炒め
 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。