

▶ 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	メニュー						
08月02日	08月11日	いかの四川風炒め ☀️	豚肉と野菜の カレー炒め ☀️	鯖の マスタードソテー ☀️	鶏肉の照り焼き ☀️	ほきの香味焼き ☀️	豚肉のスタミナ炒め ☀️	卵のチリソース掛け ☀️
08月13日～08月19日 (2017-33週) 分		豚肉と大根の 梅煮 🌙	鶏肉の バター醤油炒め 🌙	鶏肉のみぞれ煮 🌙	鯖のムニエル 🌙	タンドリーチキン 🌙	鮭の揚げ煮 🌙	野菜の炊き合わせ 🌙
08月09日	08月18日	厚揚げの辛味煮 ☀️	鶏肉の 黒酢香味ソース ☀️	鯖の茸ソース ☀️	豚肉と 五目野菜の炒め物 ☀️	鮭の漬け焼き ☀️	豚肉と根菜の 金平風炒め ☀️	鯖の甘酢あん ☀️
08月20日～08月26日 (2017-34週) 分		鶏肉の ハワイアンソテー 🌙	ほきのマリネ 🌙	ポークシチュー 🌙	鶏肉と野菜の オイスター炒め 🌙	豚肉の コチュジャン焼き 🌙	鮭の粕漬け 🌙	鶏肉のゆかり焼き 🌙
08月16日	08月25日	鯖の粕漬け ☀️	鶏肉と大根の さっぱり煮 ☀️	ホキフライ ☀️	豚肉のしぐれ煮 ☀️	めばるの照り焼き ☀️	鶏肉の葱焼き ☀️	秋刀魚の塩焼き ☀️
08月27日～09月02日 (2017-35週) 分		餃子の甘酢あんかけ 🌙	鯖のハーブ焼き 🌙	ハンバーグ トマトソース 🌙	鮭の 味噌チーズ焼き 🌙	豚肉とおくらの 炒め物 🌙	ぶりの塩焼き 🌙	あさりと厚揚げの 炒め物 🌙
08月23日	09月01日	あさりと茸の クリーム煮 ☀️	チキンの 黒胡椒焼き ☀️	めばるの塩焼き ☀️	チキンラタトゥイユ ☀️	鮭の南蛮漬け ☀️	鶏肉の バーベキューソース ☀️	鯖の味噌煮 ☀️
09月03日～09月09日 (2017-36週) 分		ポークビーンズ 🌙	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 🌙	高野豆腐と野菜の 炊き合わせ 🌙	サーモンフライ 🌙	鶏肉の香草焼き 🌙
08月30日	09月08日	かつおフライ ☀️	鶏肉の マスタード風味 ☀️	さけの ちゃんちゃん焼き ☀️	豚肉の中華風 ☀️	魚介と野菜の バター醤油 ☀️	豚肉の山賊焼き ☀️	かれいの 中華風茸あん ☀️
09月10日～09月16日 (2017-37週) 分		鶏肉の トマトソース 🌙	めばるの 黒酢あんかけ 🌙	ポーク焼肉 🌙	白身魚のムニエル 🌙	鶏肉の クリームチーズソース 🌙	鮭のピリ辛焼き 🌙	3種の豆カレー 🌙
09月06日	09月15日	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 ☀️	鶏肉の トマト煮込み ☀️	鯖の玉葱ソース ☀️	豚肉の ハニーマスタード ☀️	ほっけの旨味干し ☀️
09月17日～09月23日 (2017-38週) 分		チキンのバジル焼き 🌙	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 🌙
 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。