

▶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。 ※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	おだしのきいた がんもと野菜の煮物		豚肉の味噌炒め		鱈の ホワイトソース 仕立て		豚カツ		赤魚のおろし煮		鶏肉の西京みそ 漬け焼き		さわらの マスタードソテー	
8月10日	8月19日	鶏肉のくわ焼き		さばの にんにく醤油焼き		すき焼き風		ブリ大根		生姜香る 牛肉と根菜の煮物		旨味たっぷり めばるの和風あん		鶏肉と ごろっと野菜の カレー煮	
8月21日~8月27日(2022-34週分)		筑前煮		ハンバーグ デミグラスソース 仕立て		さばの味噌煮		ビーフシチュー		白身魚の 野菜たっぷり 甘酢あんかけ		鶏肉の山椒焼き		白身魚の唐揚げ 野菜ソース	
8月17日	8月26日	酢鶏		さわらの蒲焼風		レモン香る さっぱりチキン		鮭の味噌漬け焼き		豚肉のみぞれ煮		めばるの照り焼き		肉じゃが	
8月28日~9月03日(2022-35週分)		牛肉のプルコギ		タンドリーチキン		ホキの和風ソース		豚肉の塩だれ		赤魚の煮付け		鶏肉の野菜たっぷり 甘酢あんかけ		いかの オイスターソース 炒め	
8月24日	9月02日	鶏肉の油淋ソース		めばるの塩焼き		チキンの クリームソース		鮭の芝焼き風		豚肉となすの みそ炒め		鮭の粕漬け		回鍋肉	
9月04日~9月10日(2022-36週分)		厚揚げとあさりの にんにく醤油炒め		豚肉の サムジャン炒め		さわらの西京焼き 柚子風味		牛肉と彩り野菜の トマト煮		白身魚の唐揚げ 生姜ソース		鶏肉の梅風味焼き		あじのピリ辛焼き	
8月31日	9月09日	鶏のから揚げ		かれいのみぞれ煮		鶏肉の バーベキューソース		鮭の ちゃんちゃん焼き		豚肉と厚揚げの 炒め物		柚子香る さばの塩焼き		麻婆豆腐	
9月11日~9月17日(2022-37週分)		八宝菜		チキンのハーブ焼き		鯖のつけ焼き		牛肉の ガーリック炒め		サーモンフライ		豚肉の生姜焼き		ぶりの塩焼き	
9月07日	9月16日	チキンラタトゥイユ		鱈のフリッター		豚肉のスタミナ炒め		白身魚の アメリカーナソース		カレー風味の 洋風肉じゃが		あじのさっぱり 梅おろし煮		牛肉の黒酢炒め	
9月18日~9月24日(2022-38週分)		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)	

お届けサイクル

- 毎週
- 隔週
- 月一回
- 一回だけ

配送スケジュール

※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。