

▶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 09月04日 ▶ 発送 09月13日

09月15日～09月21日 (2019-38週) 分

ハワイアンチキンソテー	豚肉となすの旨みそ炒め	鱈の粕漬焼き	やみつき豚肉のねぎ塩だれ	和食の定番めばるの塩焼き	やわらかチキンのクリームソース	魚介と野菜のバター醤油炒め
辛旨タンダリーチキン	イカのオイスターソース炒め	味噌のkokと風味豊かな回鍋肉	お酢でさっぱり白身魚のマリネ	豚肉の野菜たっぷり甘酢あんかけ	白身魚とたっぷりのこの和風ソース	コチュジャンのkok牛肉のプルコギ

締切 09月11日 ▶ 発送 09月20日

09月22日～09月28日 (2019-39週) 分

花椒の香り麻婆豆腐	ふっくら蒸し鶏のバーベキューソースかけ	あじのさっぱり梅おろし煮	牛肉と彩り野菜のトマト煮	八方だしで煮たかれいのみぞれかけ	鶏のから揚げハーブ風味	柚子香るさばの塩焼き
豚肉と厚揚げの旨塩ネギ炒め	白身魚の唐揚げ生姜ソース	鶏もも肉のヘルシー焼き梅風味	北海道名物! 鮭のちゃんちゃん焼き	スパイス香る豚肉と野菜のカレー炒め	さわらの西京焼き柚子風味	厚揚げとあさりのにんにく醤油炒め

締切 09月18日 ▶ 発送 09月27日

09月29日～10月05日 (2019-40週) 分

無水調理で旨味凝縮チキンラタトゥイユ	カレー風味の洋風肉じゃが	あじの韓国風ピリ辛焼き	お肉と3色ピーマンのにんにく胡椒炒め	ぶりの塩焼きおろしポン酢添え	豚肉とニラのスタミナ炒め	白身魚の4種チーズソース焼き
やわらか牛肉としゃっきり蓮根の黒酢炒め	昔ながらのサーモンフライ	チキンのハーブ焼き	赤魚の煮付け	国産生姜とkokが決め手の豚肉の生姜焼き	めばるの照り焼き	具材たっぷり八宝菜

締切 09月25日 ▶ 発送 10月04日

10月06日～10月12日 (2019-41週) 分

おだしのきいた京風がんもと野菜の煮物	豚肉と春雨の味噌炒め	鱈のソテーこだわりホワイトソース仕立て	豚ヒレカツ	和食の定番赤魚のおろし煮	鶏肉の西京みそ漬焼き	ぶりのにんにく醤油焼き
ボリューム満点すき焼き風	さわらのマスタードソテー	鶏肉の竜田揚げ	香ばしく焼いた秋刀魚の塩焼き	生姜香る肉と根菜の煮物	きこの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

締切 10月02日 ▶ 発送 10月11日

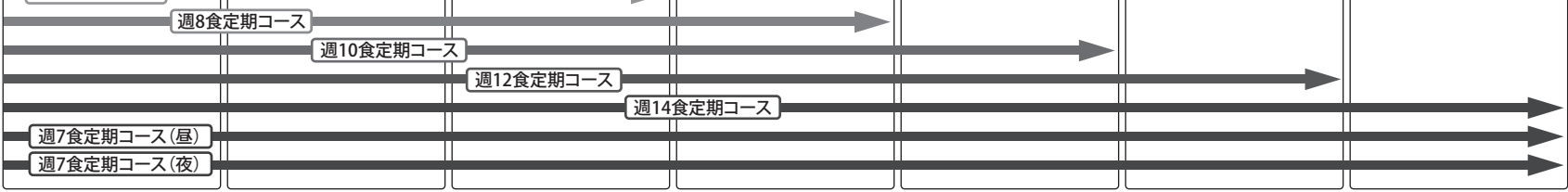
10月13日～10月19日 (2019-42週) 分

5種の具材の筑前煮	ハンバーグデミグラスソース仕立て	濃厚kok旨さばの味噌煮	ビーフシチュー	白身魚の野菜たっぷり甘酢あんかけ	鶏肉の有馬山椒焼き	かれいの唐揚げ野菜ソースをかけて
kok旨黒酢豚	鮭のとろける味噌チーズ焼き	レモン香るさっぱりチキン	さわらの蒲焼風	豚肉のみぞれ煮	鱈のフリッター	手作り八方だしが自慢の肉じゃが

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。