

▶ 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	
3月08日	3月17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		豚肉と根菜の煮物		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	
3月19日~3月25日(2023-22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		ポークシチュー		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	
3月15日	3月24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	
3月26日~4月01日(2023-23週分)		豚肉のブルコギ		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		カニの オイスターソース 炒め	
3月22日	3月31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		鱈の粕漬け		回鍋肉	
4月02日~4月08日(2023-24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		チキンの トマトソース煮込み		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	
3月29日	4月07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	
4月09日~4月15日(2023-25週分)		八宝菜		チキンのハーブ焼き		鯖のつけ焼き		ガーリックチキン		サーモンフライ		豚肉の生姜焼き		ぶりの塩焼き	
4月05日	4月14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		鱈の唐揚げ トマトソース		カレー風味の 洋風肉じゃが		あじの さっぱり梅おろし煮		鶏肉の黒酢炒め	
4月16日~4月22日(2023-26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)	

配達スケジュール

お届けサイクル

- 毎週
- 隔週
- 月一回
- 一回だけ

※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。