

▶ 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。
▶ 減塩食は マークが付いているメニューをお届けいたします。

<p>締切 8月10日</p> <p>発送 8月19日</p> <p>8月21日~8月27日(2022-34週分)</p>	<p> おだしのきいた がんもと野菜の煮物</p> <p> 豚肉の味噌炒め</p> <p> 鱈の ホワイトソース 仕立て</p> <p> 豚カツ</p> <p> 赤魚のおろし煮</p> <p> 鶏肉の 西京みそ漬焼</p> <p> さわらの マスタードソテー</p>
<p>締切 8月17日</p> <p>発送 8月26日</p> <p>8月28日~9月03日(2022-35週分)</p>	<p> 鶏肉のくわ焼き</p> <p> さばの にんにく醤油焼き</p> <p> すき焼き</p> <p> ブリ大根</p> <p> 生姜香る 牛肉と根菜の煮物</p> <p> 旨味たっぷり めばるの和風あん</p> <p> 鶏肉とごろっと 野菜のカレー煮</p>
<p>締切 8月24日</p> <p>発送 9月02日</p> <p>9月04日~9月10日(2022-36週分)</p>	<p>筑前煮</p> <p> ハンバーグ デミグラスソース 仕立て</p> <p> さばの味噌煮</p> <p> ビーフシチュー</p> <p> 白身魚の 野菜たっぷり 甘酢あんかけ</p> <p> 鶏肉の山椒焼き</p> <p> 白身魚の唐揚げ 野菜ソース</p>
<p>締切 8月31日</p> <p>発送 9月09日</p> <p>9月11日~9月17日(2022-37週分)</p>	<p>酢鶏</p> <p> さわらの蒲焼風</p> <p> レモン香る さっぱりチキン</p> <p> 鮭の味噌漬焼</p> <p> 豚肉のみぞれ煮</p> <p> めばるの照り焼き</p> <p>肉じゃが</p>
<p>締切 9月07日</p> <p>発送 9月16日</p> <p>9月18日~9月24日(2022-38週分)</p>	<p> 牛肉のブルコギ</p> <p> タンドリーチキン</p> <p> ホキの和風ソース</p> <p> 豚肉の塩だれ</p> <p> 赤魚の煮付け</p> <p> 鶏肉の野菜たっぷり 甘酢あんかけ</p> <p> あさりの オイスターソース 炒め</p>
<p>お届けサイクル</p> <p><input type="checkbox"/> 毎週</p> <p><input type="checkbox"/> 隔週</p> <p><input type="checkbox"/> 月一回</p> <p><input type="checkbox"/> 一回だけ</p>	<p> 鶏肉の油淋ソース</p> <p> めばるの塩焼き</p> <p> チキンの クリームソース</p> <p> 鮭の照り煮</p> <p> 豚肉となすの みそ炒め</p> <p> 鶏肉の粕漬</p> <p>回鍋肉</p>
<p>配送スケジュール</p>	<p> 豆腐とあさりの にんにく醤油炒め</p> <p> 豚肉の サムジャン炒め</p> <p> さわらの西京焼 柚子風味</p> <p> 牛肉と彩り野菜の トマト煮</p> <p> 白身魚の唐揚げ 生姜ソース</p> <p> 鶏肉の梅風味焼</p> <p> あじのピリ辛焼</p>
	<p> 鶏のから揚げ</p> <p> かれいのみぞれ煮</p> <p> 鶏肉の バーベキューソース</p> <p> 鮭の ちゃんちゃん焼き</p> <p> 豚肉と豆腐の炒め物</p> <p> 柚子香る さばの塩焼き</p> <p>麻婆豆腐</p>
	<p> 八宝菜</p> <p> チキンのハーブ焼</p> <p> 鯖のつけ焼</p> <p> 牛肉の ガーリック炒め</p> <p> サーモンフライ</p> <p> 豚肉の生姜焼</p> <p>ぶりの塩焼</p>
	<p> チキンラタトゥイユ</p> <p> 白身魚のフリッター</p> <p> 豚肉のスタミナ炒め</p> <p> 白身魚の アメリカヌソース</p> <p> カレー風味の 洋肉じゃが</p> <p> あじのさっぱり 梅おろし煮</p> <p>牛肉の黒酢炒め</p>
	<p>週6食定期コース</p> <p>週8食定期コース</p> <p>週10食定期コース</p> <p>週12食定期コース</p> <p>週14食定期コース</p> <p>週7食定期コース(昼)</p> <p>週7食定期コース(夜)</p>

※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。