

冷蔵タイプ

注文締切	発送日
水曜日	翌週 火・水・金

配送スケジュール

4食発送 6食発送	毎週火曜発送 4食 (①～④)	毎週水曜発送 4食 (⑤～⑧)	毎週金曜発送 4食 (⑪～⑭)				
	毎週水曜発送 6食 (③～⑧)		毎週金曜発送 6食 (⑨～⑭)				
09月05日 締切 09月12日 ▼ 09月18日	①海老とブロッコリーの炒め物	③つくねとねぎ焼き	⑤回鍋肉	⑦チキンピカタ	⑨牛肉の野菜巻き	⑪きのことうのねぎ塩炒め	⑬鶏肉の胡麻味噌煮
	②絹麻婆豆腐	④肉じゃが	⑥帆立と根野菜の照り煮	⑧鯖の漬け焼き	⑩ポークカレー	⑫スパニッシュオムレツ	⑭さんまの蒲焼
09月12日 締切 09月19日 ▼ 09月25日	①春雨の中華炒め	③たっぷり野菜の炒り煮	⑤鰯の生姜風味焼き	⑦松風蒸し	⑨帆立のクリームシチュー	⑪親子煮	⑬手作りメンチカツ
	②肉団子と筍の煮物	④酢豚	⑥幕の内弁当風	⑧ぶりの照り焼き	⑩いかと野菜のカレー炒め	⑫エスニックカレー	⑭あさりとツナの炒り豆腐
09月19日 締切 09月26日 ▼ 10月02日	①鮭の山葵マヨネーズ焼き	③ポークピカタ	⑤ポトフ	⑦さわらの魚田	⑨貝柱と野菜のかき揚げ	⑪赤魚のおろし煮	⑬ビーフシチュー
	②揚げ鶏の味噌炒め	④豚肉のパンソテー	⑥むつの胡麻味噌焼き	⑧鶏肉の生姜醤油焼き	⑩鶏肉ときのこの春巻き	⑫かじきの香味焼き	⑭豚肉の赤ワイン煮
09月26日 締切 10月03日 ▼ 10月09日	①富貴寄せ煮	③牛肉のオイスター炒め	⑤野菜の旨煮	⑦豚肉の葱味噌ソース	⑨高野豆腐と野菜の炊き合わせ	⑪鶏もも肉のくわ焼き	⑬鯖の生姜味噌焼き
	②肉団子の甘酢あんかけ	④鮭の幽庵焼き	⑥かれの唐揚げねぎあん	⑧白身魚と海老の甘酢あんかけ	⑩茶巾豆腐	⑫豚カツ	⑭鶏肉と青梗菜の中華煮込み
10月03日 締切 10月10日 ▼ 10月16日	①鮭のうに黄身焼き	③鶏肉のラタトゥイユ風	⑤きじ焼き	⑦手作り餃子	⑨肉団子の照り煮	⑪鶏肉の香味揚げ	⑬スパイシーハンバーグ
	②焼き豆腐とつみれの炊き合わせ	④豚肉の味噌燗焼き	⑥八宝菜	⑧うなぎの蒲焼	⑩がんもの煮付け	⑫鯖とごぼうの煮物	⑭鶏肉とザーサイのソテー

週4食定期コース (A)パターン 火曜発送 4食 (B)パターン 水曜発送 4食 (C)パターン 金曜発送 4食

週6食定期コース (A)パターン 水曜発送 6食 (B)パターン 金曜発送 6食

週8食定期コース (A)パターン 火曜発送 4食 + 水曜発送 4食 (B)パターン 火曜発送 4食 + 金曜発送 4食

(C)パターン 水曜発送 4食 + 金曜発送 4食

週10食定期コース (A)パターン 火曜発送 4食 + 金曜発送 6食 (B)パターン 水曜発送 4食 + 金曜発送 6食

(C)パターン 水曜発送 6食 + 金曜発送 4食

週12食定期コース (A)パターン 火曜発送 4食 + 水曜発送 4食 + 金曜発送 4食

(B)パターン 水曜発送 6食 + 金曜発送 6食

週14食定期コース 火曜発送 4食 + 水曜発送 4食 + 金曜発送 6食

※メニューは変更になる場合があります。ご了承下さい。