



2024年
4月分

糖質制限シリーズ 定期コース

冷凍部門

▶ 1回分には主食(ご飯またはパスタ)とおかず2~3品の構成

注文締切日

発送日

水曜日

翌週金曜日

※ゴールデンウィーク前は例外がございます。

▶ 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。

締切	発送	メニュー	メニュー	メニュー	メニュー	メニュー	メニュー	メニュー	
4月10日	4月19日	ナポリタン スパゲッティ ☀️	豚肉の塩だれ ☀️	鱈の粕漬け ☀️	豚肉となすの みそ炒め ☀️	めばるの塩焼き ☀️	チキンの クリームソース ☀️	赤魚の煮付け ☀️	
4月21日~4月27日(2024-27週分)		🌙	🌙	🌙	🌙	🌙	🌙	🌙	
		タンダリーチキン	カニの オイスターソース 炒め	回鍋肉	鮭の芝焼き風	ジェノバパスタ	ホキの和風ソース	豚肉のブルコギ	
4月17日	4月26日	麻婆豆腐 ☀️	鶏肉の バーベキューソース ☀️	柚子香る さばの塩焼き ☀️	チキンの トマトソース煮込み ☀️	かれいのみぞれ煮 ☀️	鶏のから揚げ ☀️	明太子スパゲッティ ☀️	
4月28日~5月04日(2024-28週分)		🌙	🌙	🌙	🌙	🌙	🌙	🌙	
		豚肉と厚揚げの 炒め物	白身魚の唐揚げ 生姜ソース	鶏肉の梅風味焼き	トマトとナッツの サラダ風パスタ	豚肉の サムジャン炒め	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	
4月24日	5月03日	豚肉の生姜焼き ☀️	カレー風味の 洋風肉じゃが ☀️	あじのさっぱり 梅おろし煮 ☀️	ガーリックチキン ☀️	鯖のつけ焼き ☀️	豚肉のスタミナ炒め ☀️	鱈のフリッター ☀️	
5月05日~5月11日(2024-29週分)		🌙	🌙	🌙	🌙	🌙	🌙	🌙	
		鶏肉の黒酢炒め	サーモンフライ	チキンのハーブ焼き	鱈の唐揚げ トマトソース	チキンラタトゥイユ	ぶりの塩焼き	和風きのこ スパゲッティ	
5月01日	5月10日	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 ☀️	キャベツとベーコンの ペペロンチーノ ☀️	さわらの マスタードソテー ☀️	
5月12日~5月18日(2024-30週分)		🌙	🌙	🌙	🌙	🌙	🌙	🌙	
		鶏肉のくわ焼き	さばの にんにく醤油焼き	すき焼き風	デミグラス仕立ての ミートソーススパゲッティ	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	
5月08日	5月17日	筑前煮 ☀️	ハンバーグ デミグラスソース 仕立て ☀️	ポロネーゼパスタ ☀️	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 ☀️	
5月19日~5月25日(2024-31週分)		🌙	🌙	🌙	🌙	🌙	🌙	🌙	
		酢鶏	さわらの蒲焼	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	シーチキンと竹輪の 和風パスタ	
<div data-bbox="73 1342 275 1437" data-label="Image"></div> <p>お届けサイクル</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 毎週 <input type="checkbox"/> 隔週 <input type="checkbox"/> 月一回 <input type="checkbox"/> 一回だけ <p>配送スケジュール</p>		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)							

※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。