

▶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。

<p>締切 <b>08月07日</b></p> <p>発送 <b>08月16日</b></p> <p>08月18日~08月24日 (2019-34週) 分</p>	<p> ぐろっと 厚揚げとあさりの にんにく醤油炒め</p>	<p> スパイス香る 豚肉と野菜の カレー炒め</p>	<p> あじのさっぱり 梅おろし煮</p>	<p> 牛肉と彩り野菜の トマト煮</p>	<p> 八方だして煮た かれいのみぞれかけ</p>	<p> 鶏モモ肉の ヘルシー焼き梅風味</p>	<p> 白身魚の唐揚げ 生姜ソース</p>
	<p> 鶏のから揚げ ハーブ風味</p>	<p> さわらの西京焼き 柚子風味</p>	<p> ふっくら 蒸し鶏のパーベキュー ソースかけ</p>	<p> 北海道名物! 鮭の ちゃんちゃん焼き</p>	<p> 豚肉と厚揚げの 旨塩ネギ炒め</p>	<p> 柚子香る さばの塩焼き</p>	<p> 花椒の香り 麻婆豆腐</p>
<p>締切 <b>08月14日</b></p> <p>発送 <b>08月23日</b></p> <p>08月25日~08月31日 (2019-35週) 分</p>	<p> 野菜たっぷり 餃子の甘酢あん</p>	<p> 国産生姜と コクが決め手の 豚肉の生姜焼き</p>	<p> めばるの照り焼き</p>	<p> お肉と 3色ピーマンの にんにく胡椒炒め</p>	<p> 昔ながらの サーモンフライ</p>	<p> チキンのハーブ焼き</p>	<p> 白身魚の4種 チーズソース焼き</p>
	<p> 無水調理で旨味凝縮 チキンラタトゥイユ</p>	<p> ぶりの塩焼き おろしポン酢添え</p>	<p> 豚肉とニラの スタミナ炒め</p>	<p> 赤魚の煮付け</p>	<p> カレー風味の 洋風肉じゃが</p>	<p> あじの韓国風 ピリ辛焼き</p>	<p> やわらか牛肉と しゃっきり蓮根の 黒酢炒め</p>
<p>締切 <b>08月21日</b></p> <p>発送 <b>08月30日</b></p> <p>09月01日~09月07日 (2019-36週) 分</p>	<p> ボリューム満点 すき焼き風</p>	<p> 鶏肉の 西京みそ漬け焼き</p>	<p> きこの 旨味たっぷり めばるの和風あん</p>	<p> 豚ヒレカツ</p>	<p> 和食の定番 赤魚のおろし煮</p>	<p> 鶏肉の竜田揚げ</p>	<p> さわらの マスタードソテー</p>
	<p> 鶏肉とぐろっと 野菜のカレー煮</p>	<p> ぶりの ニンニク醤油焼き</p>	<p> 生姜香る 肉と根菜の煮物</p>	<p> 香ばしく焼いた 秋刀魚の塩焼き</p>	<p> 豚肉と春雨の 味噌炒め</p>	<p> 鱈のソテー こだわりホワイト ソース仕立て</p>	<p> おだしのきいた 京風がんもと 野菜の煮物</p>
<p>締切 <b>08月28日</b></p> <p>発送 <b>09月06日</b></p> <p>09月08日~09月14日 (2019-37週) 分</p>	<p> コク旨黒酢豚</p>	<p> 手作り 八方だしが 自慢の肉じゃが</p>	<p> 白身魚の 野菜たっぷり 甘酢あんかけ</p>	<p> ビーフシチュー</p>	<p> 鱈のフリッター</p>	<p> レモン香る さっぱりチキン</p>	<p> 鮭のとろける 味噌チーズ焼き</p>
	<p> 豚肉のみぞれ煮</p>	<p> かれいの唐揚げ 野菜ソースをかけて</p>	<p> 鶏肉の 有馬山椒焼き</p>	<p> さわらの蒲焼風</p>	<p> ハンバーグ デミグラスソース 仕立て</p>	<p> 濃厚コク旨 さばの味噌煮</p>	<p> 5種の具材の 筑前煮</p>
<p>締切 <b>09月04日</b></p> <p>発送 <b>09月13日</b></p> <p>09月15日~09月21日 (2019-38週) 分</p>	<p> ハワイアン チキンソテー</p>	<p> 豚肉となすの 旨みそ炒め</p>	<p> 鱈の粕漬け焼き</p>	<p> やみつき 豚肉のねぎ塩だれ</p>	<p> 和食の定番 めばるの塩焼き</p>	<p> やわらか チキンの クリームソース</p>	<p> 魚介と野菜の バター醤油炒め</p>
	<p> 辛旨 タンドリーチキン</p>	<p> イカの オイスターソース 炒め</p>	<p> 味噌のコクと 風味豊かな 回鍋肉</p>	<p> お酢でさっぱり 白身魚のマリネ</p>	<p> 豚肉の野菜たっぷり 甘酢あんかけ</p>	<p> 白身魚と たっぷりきのこの 和風ソース</p>	<p> コチュジャンのコク 牛肉のプルコギ</p>
<p> 配送スケジュール</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>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ページでもご利用頂けます。