

▶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 02月05日 ▶ 発送 02月14日

02月16日～02月22日 (2020-08週) 分

無水調理で旨味凝縮チキンラタトゥイユ	カレー風味の洋風肉じゃが	あじのピリ辛焼き	牛肉と3色ピーマンのんにく胡椒炒め	鱈のフリッター	豚肉とニラのスタミナ炒め	鯖のつけ焼き
牛肉としゃっきり蓮根の黒酢炒め	サーモンフライ	チキンのハーブ焼き	白身魚のアメリカヌソース	豚肉の生姜焼き	ぶりの塩焼きおろしポン酢添え	八宝菜

締切 02月12日 ▶ 発送 02月21日

02月23日～02月29日 (2020-09週) 分

おだしのきいた京風がんもと野菜の煮物	豚肉と春雨の味噌炒め	鱈のソテーホワイトソース仕立て	豚ヒレカツ	赤魚のおろし煮	鶏肉の西京みそ漬焼き	さわらのマスタードソテー
すき焼き風	ぶりのんにく醤油焼き	鶏肉のくわ焼き	香ばしく焼いた秋刀魚の塩焼き	生姜香る牛肉と根菜の煮物	きのこの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

締切 02月19日 ▶ 発送 02月28日

03月01日～03月07日 (2020-10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	ビーフシチュー	白身魚の野菜たっぷり甘酢あんかけ	鶏肉の有馬山椒焼き	きれいの唐揚げ野菜ソース
黒酢酢鶏	さわらの蒲焼風	レモン香るさっぱりチキン	鮭の味噌漬焼き	豚肉のみぞれ煮	めばるの照り焼き	肉じゃが

締切 02月26日 ▶ 発送 03月06日

03月08日～03月14日 (2020-11週) 分

鶏肉の野菜たっぷり甘酢あんかけ	牛肉のプルコギ	鱈とたっぷりきのこの和風ソース	豚肉のねぎ塩だれ	赤魚の煮付け	タンドリーチキン	いかのオイスターソース炒め
回鍋肉	めばるの塩焼き	やわらかチキンのクリームソース	鮭の芝焼き	豚肉となすのみそ炒め	鱈の粕漬焼き	蒸し鶏の油淋ソース

締切 03月04日 ▶ 発送 03月13日

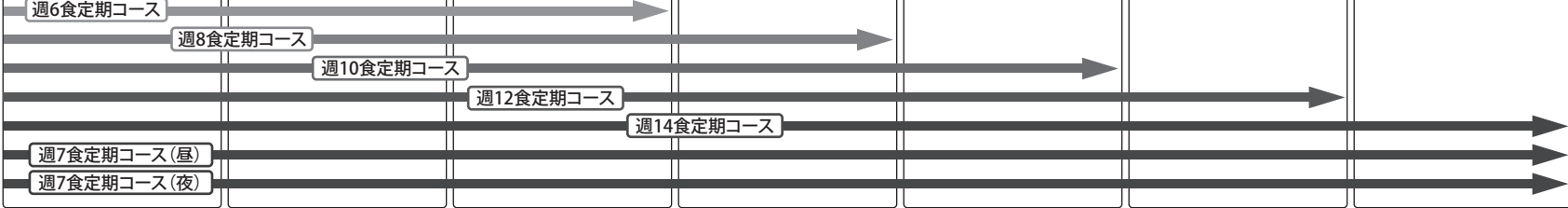
03月15日～03月21日 (2020-12週) 分

厚揚げとあさりのんにく醤油炒め	豚肉のサムジャン炒め	さわらの西京焼き柚子風味	牛肉と彩り野菜のトマト煮	あじのさっぱり梅おろし煮	鶏もも肉のヘルシー焼き梅風味	白身魚の唐揚げ生姜ソース
鶏のから揚げハーブ風味	きれいのみぞれ煮	ふっくら蒸し鶏のバーベキューソースかけ	鮭のちゃんちゃん焼き	豚肉と厚揚げのネギ塩炒め	柚子香るさばの塩焼き	麻婆豆腐

お届けサイクル

- 毎週
- 隔週
- 月一回
- 一回だけ

配送スケジュール



※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。