

▶ 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 04月08日 ▶ 発送 04月17日

04月19日～04月25日 (2020-17週) 分

麻婆豆腐	ふっくら 蒸し鶏のバーベキューソースかけ	あじのさっぱり梅おろし煮	牛肉と彩り野菜のトマト煮	かれいのみぞれ煮	鶏のから揚げ	柚子香るさばの塩焼き
豚肉と厚揚げのネギ塩炒め	白身魚の唐揚げ生姜ソース	鶏もも肉のヘルシー焼き梅風味	鮭のちゃんちゃん焼き	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

締切 04月15日 ▶ 発送 04月24日

04月26日～05月02日 (2020-18週) 分

豚肉の生姜焼き	カレー風味の洋風肉じゃが	あじのピリ辛焼き	牛肉と3色ピーマンのにんにく胡椒炒め	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	無水調理で旨味凝縮チキンラタトゥイユ	ぶりの塩焼きおろしポン酢添え	八宝菜

締切 04月22日 ▶ 発送 05月01日

05月03日～05月09日 (2020-19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	ぶりのにんにく醤油焼き	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	きこの旨煮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 04月29日 ▶ 発送 05月08日

05月10日～05月16日 (2020-20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	か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 05月06日 ▶ 発送 05月15日

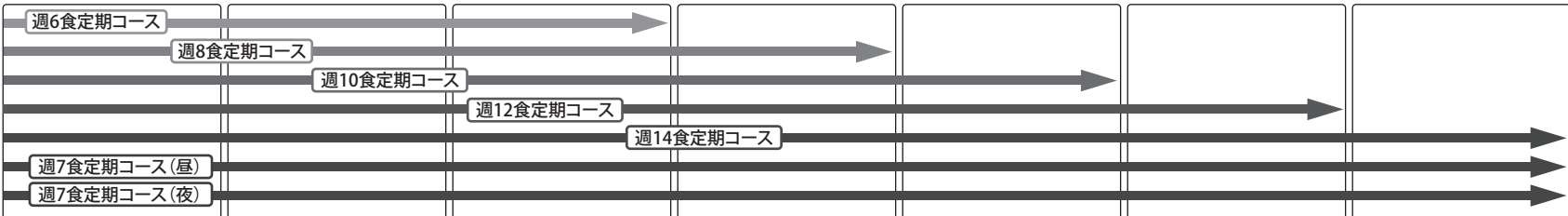
05月17日～05月23日 (2020-21週) 分

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

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。