

▶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 12月09日</p> <p>発送 12月18日</p> <p>12月20日~12月26日(2020-52週)分</p>	<p> 厚揚げとあさりの にんにく醤油炒め</p> <p> 豚肉のサムジャン炒め</p> <p> さわらの西京焼き 柚子風味</p> <p> 牛肉と彩り野菜の トマト煮</p> <p> あじのさっぱり 梅おろし煮</p> <p> 鶏もも肉の 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>締切 12月16日</p> <p>発送 12月25日</p> <p>12月27日~1月02日(2020-53週)分</p>	<p> 鶏のから揚げ</p> <p> かれいのみぞれ煮</p> <p> ふっくら蒸し鶏の ハーベキューソースかけ</p> <p> 鮭の ちゃんちゃん焼き</p> <p> 豚肉と厚揚げの ネギ塩炒め</p> <p> 柚子香る さばの塩焼き</p> <p> 麻婆豆腐</p>
<p>締切 12月23日</p> <p>発送 1月01日</p> <p>1月03日~1月09日(2021-01週)分</p>	<p>八宝菜</p> <p> 豚肉の生姜焼き</p> <p> ぶりの塩焼き おろしポン酢添え</p> <p> 牛肉と 3色ピーマンの にんにく胡椒炒め</p> <p> サーモンフライ</p> <p> チキンのハーブ焼き</p> <p> 鯖のつけ焼き</p>
<p>締切 12月30日</p> <p>発送 1月08日</p> <p>1月10日~1月16日(2021-02週)分</p>	<p>無水調理で旨味凝縮 チキンラタトゥイユ</p> <p> 鱈のフリッター</p> <p> 豚肉とニラの スタミナ炒め</p> <p> 白身魚の アメリカヌソース</p> <p> カレー風味の 洋風肉じゃが</p> <p> あじの ピリ辛焼き</p> <p> 牛肉と しゃっきり蓮根の 黒酢炒め</p>
<p>締切 1月06日</p> <p>発送 1月15日</p> <p>1月17日~1月23日(2021-03週)分</p>	<p>すき焼き風</p> <p> 鶏肉の 西京みそ漬け焼き</p> <p> きのこの旨味 たっぷり めばるの和風あん</p> <p> 豚ヒレカツ</p> <p> 赤魚のおろし煮</p> <p> 鶏肉のくわ焼き</p> <p> ぶりの にんにく醤油焼き</p>
<p>締切 12月30日</p> <p>発送 1月08日</p> <p>1月10日~1月16日(2021-02週)分</p>	<p> 鶏肉と ごろっと野菜の カレー煮</p> <p> さわらの マスタードソテー</p> <p> 生姜香る 牛肉と根菜の煮物</p> <p> ホッケの塩焼き</p> <p> 豚肉と春雨の 味噌炒め</p> <p> 鱈のソテー 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 12月30日</p> <p>発送 1月08日</p> <p>1月10日~1月16日(2021-02週)分</p>	<p>おだしのきいた 京風がんもと 野菜の煮物</p> <p> 豚肉のねぎ塩だれ</p> <p> 赤魚の煮付け</p> <p> 牛肉と彩り野菜の トマト煮</p> <p> さわらの マスタードソテー</p> <p> 鶏肉の 西京みそ漬け焼き</p> <p> 鯖のつけ焼き</p>
<p>締切 1月06日</p> <p>発送 1月15日</p> <p>1月17日~1月23日(2021-03週)分</p>	<p> 牛肉と 3色ピーマンの にんにく胡椒炒め</p> <p> ホッケの塩焼き</p> <p> カレー風味の 洋風肉じゃが</p> <p> 鮭の 味噌漬け焼き</p> <p> ハンバーグ デミグラスソース 仕立て</p> <p> 白身魚の アメリカヌソース</p> <p> 麻婆豆腐</p>
<p>締切 1月06日</p> <p>発送 1月15日</p> <p>1月17日~1月23日(2021-03週)分</p>	<p>蒸し鶏の油淋ソース</p> <p> 豚肉と なすのみそ炒め</p> <p> 鱈の粕漬け焼き</p> <p> 豚肉のねぎ塩だれ</p> <p> 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> 赤魚の煮付け</p>
<p>締切 1月06日</p> <p>発送 1月15日</p> <p>1月17日~1月23日(2021-03週)分</p>	<p> タンドリーチキン</p> <p> いかの オイスターソース 炒め</p> <p> 回鍋肉</p> <p> 鮭の芝焼き</p> <p> 鶏肉の 野菜たっぷり 甘酢あんかけ</p> <p> 鱈とたっぷり きのこの和風ソース</p> <p> 牛肉のプルコギ</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。