MFS 2021年 11月分

メディカル・バリューシリーズ 定期コース 冷凍部門

▶メディカル：1回分には主菜1品と副菜3品の計4品構成
バリュー　：1回分には主食とおかず3品の構成

注文締切日	発　送　日
水　曜　日	翌週金曜日

▶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	発送						
11月10日	11月19日	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	鶏肉の山椒焼き	白身魚の唐揚げ 野菜ソース
11月21日～11月27日(2021-47週)分		酢鶏	さわらの蒲焼風	レモン香る さっぱりチキン	鮭の 味噌漬け焼き	豚肉のみぞれ煮	めばるの照り焼き	肉じゃが
11月17日	11月26日	牛肉のプルコギ	タンドリーチキン	ホキの和風ソース	豚肉の塩だれ	赤魚の煮付け	鶏肉の 野菜たっぷり 甘酢あんかけ	いかの オイスターソース 炒め
11月28日～12月04日(2021-48週)分		鶏肉の油淋ソース	めばるの塩焼き	チキンの クリームソース	鮭の芝焼き風	豚肉となすの みそ炒め	鱈の粕漬け	回鍋肉
11月24日	12月03日	厚揚げとあさりの にんにく醤油炒め	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	白身魚の唐揚げ 生姜ソース	鶏肉の梅風味焼き	あじの ピリ辛焼き
12月05日～12月11日(2021-49週)分		鶏のから揚げ	かれいのみぞれ煮	鶏肉の バーベキューソース	鮭の ちゃんちゃん焼き	豚肉と厚揚げの 炒め物	柚子香る さばの塩焼き	麻婆豆腐
12月01日	12月10日	八宝菜	チキンのハーブ焼き	鯖のつけ焼き	牛肉の ガーリック炒め	サーモンフライ	豚肉の生姜焼き	ぶりの塩焼き
12月12日～12月18日(2021-50週)分		チキンラタトゥイユ	鱈のフリッター	豚肉のスタミナ炒め	白身魚の アメリケーヌソース	カレー風味の 洋風肉じゃが	あじのさっぱり 梅おろし煮	牛肉の黒酢炒め
12月08日	12月17日	すき焼き風	鶏肉の 西京みそ漬け焼き	旨味たっぷり めばるの和風あん	豚カツ	赤魚のおろし煮	鶏肉のくわ焼き	さばの にんにく醤油焼き
12月19日～12月25日(2021-51週)分		鶏肉と ごろっと野菜の カレー煮	さわらの マスタードソテー	生姜香る 牛肉と根菜の煮物	ブリ大根	豚肉の味噌炒め	鱈の ホワイトソース 仕立て	おだしのきいた がんもと 野菜の煮物

配送スケジュール

お届けサイクル
- □毎週
- □隔週
- □月一回
- □一回だけ

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。