

▶ 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	メニュー						
2月09日	2月18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
2月20日~2月26日(2022-8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	白身魚のアメリカヌソース	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
2月16日	2月25日	すき焼き風	鶏肉の西京みそ漬焼き	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	さばのんにく醤油焼き
2月27日~3月05日(2022-9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
2月22日	3月04日	酢鶏	肉じゃが	白身魚の野菜たっぷり甘酢あんかけ	ビーフシチュー	めばるの照り焼き	レモン香るさっぱりチキン	さわらの蒲焼風
3月06日~3月12日(2022-10週)分		豚肉のみぞれ煮	鮭の味噌漬焼き	鶏肉の山椒焼き	白身魚の唐揚げ野菜ソース	ハンバーグデミグラスソース仕立て	さばの味噌煮	筑前煮
3月02日	3月11日	鶏肉の油淋ソース	豚肉の塩だれ	鱈の粕漬	豚肉となすのみそ炒め	めばるの塩焼き	チキンのクリームソース	赤魚の煮付け
3月13日~3月19日(2022-11週)分		タンドリーチキン	いかのオイスターソース炒め	回鍋肉	鮭の芝焼き風	鶏肉の野菜たっぷり甘酢あんかけ	ホキの和風ソース	牛肉のブルコギ
3月09日	3月18日	麻婆豆腐	鶏肉のバーベキューソース	柚子香るさばの塩焼き	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	あじのピリ辛焼き
3月20日~3月26日(2022-12週)分		豚肉と厚揚げの炒め物	白身魚の唐揚げ生姜ソース	鶏肉の梅風味焼き	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	厚揚げとあさりのんにく醤油炒め
配送スケジュール お届けサイクル <input type="checkbox"/> 毎週 <input type="checkbox"/> 隔週 <input type="checkbox"/> 月一回 <input type="checkbox"/> 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。