

▶ 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	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		
6月08日	6月17日															
6月19日~6月25日(2022-25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								
締切	発送	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		
6月15日	6月24日															
6月26日~7月02日(2022-26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								
締切	発送	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		
6月22日	7月01日															
7月03日~7月09日(2022-27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								
締切	発送	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		
6月29日	7月08日															
7月10日~7月16日(2022-28週分)		チキンラトウイユ	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								
締切	発送	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		
7月06日	7月15日															
7月17日~7月23日(2022-29週分)		鶏肉と ごろっと野菜の カレー煮	さわらの マスタードソーテ	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 <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。