

▶ 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	週6食定期コース		週7食定期コース(昼)		週7食定期コース(夜)		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	
2月08日	2月17日	酢鶏	肉じゃが	白身魚の野菜たっぷり甘酢あんかけ	ポークシチュー	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	豚肉のみぞれ煮	鮭の味噌漬け焼き	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
2月15日	2月24日	鶏肉の油淋ソース	豚肉の塩だれ	鱈の粕漬け	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	タンドリーチキン	カニ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	豚肉のプルコギ
2月22日	3月03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	チキンのトマトソース煮込み	かれいのみぞれ煮	鶏のから揚げ	あじのピリ辛焼き	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	厚揚げとあさりのにんにく醤油炒め
3月01日	3月10日	豚肉の生姜焼き	カレー風味の洋風肉じゃが	あじのさっぱり梅おろし煮	ガーリックチキン	鯖のつけ焼き	豚肉のスタミナ炒め	鱈のフリッター	鶏肉の黒酢炒め	サーモンフライ	チキンのハーブ焼き	鱈の唐揚げ トマトソース	チキンラタトゥイユ	ぶりの塩焼き	八宝菜
3月08日	3月17日	おだしのきいたがんと野菜の煮物	豚肉の味噌炒め	鱈のホワイトソース仕立て	豚カツ	赤魚のおろし煮	鶏肉の西京みそ漬け焼き	さわらのマスタードソテー	鶏肉のくわ焼き	さばの にんにく醤油焼き	すき焼き風	ブリ大根	豚肉と根菜の煮物	旨味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
配送スケジュール		<input type="checkbox"/> 毎週 <input type="checkbox"/> 隔週 <input type="checkbox"/> 月一回 <input type="checkbox"/> 一回だけ													

※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。