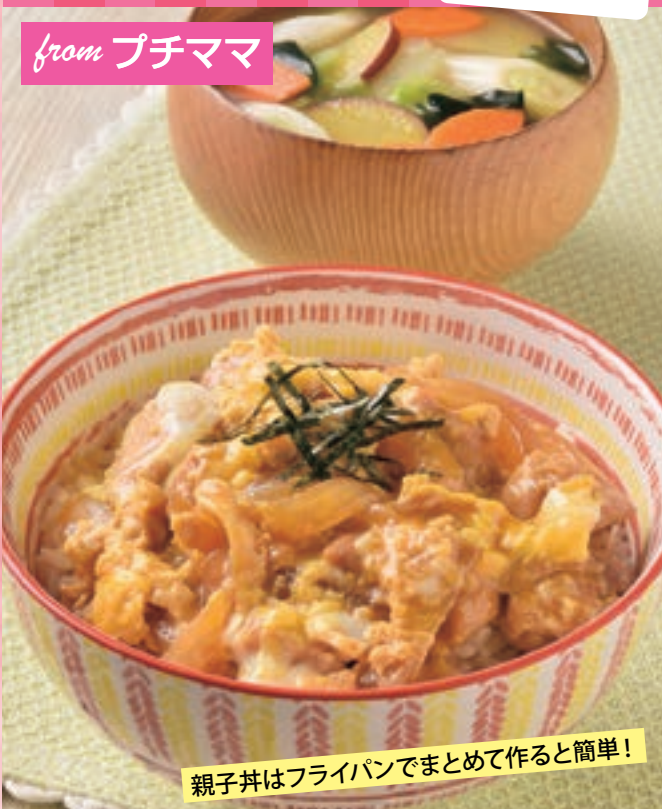


2/6(月) とろとろたまごの親子丼  
ほくほくお芋汁

- エネルギー414kcal
- 蛋白質27.2g ●脂質20.3g
- 炭水化物32.1g
- 食塩相当量4.5g
- 卵…卵

from プチママ

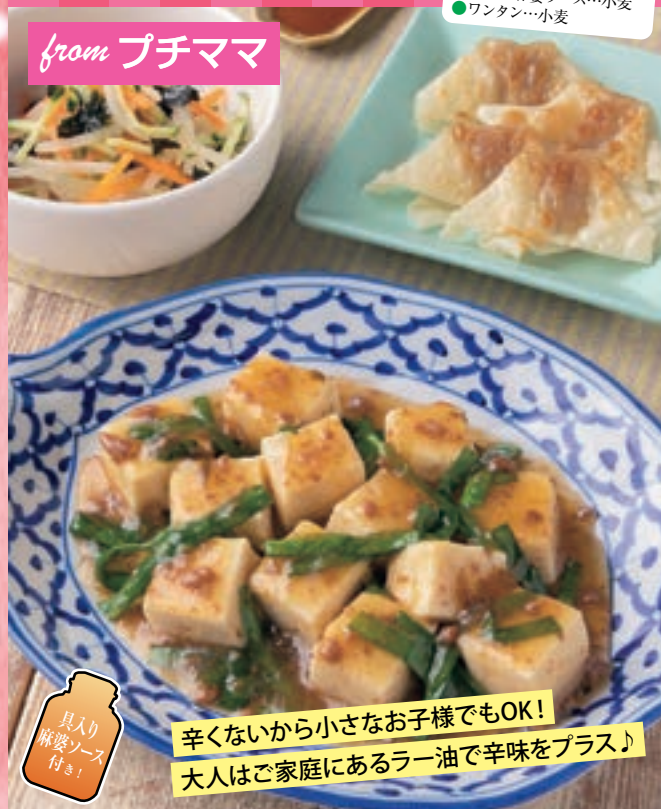


親子丼はフライパンでまとめて作ると簡単!

2/7(火) 辛くない!麻婆豆腐  
カリカリ!焼きワンタン  
胡瓜ともやしの中華あえ

- エネルギー440kcal
- 蛋白質17.9g ●脂質23.4g
- 炭水化物41.6g
- 食塩相当量4.0g
- 具入り麻婆ソース…小麦
- ワンタン…小麦

from プチママ



具入り麻婆ソース付き!

辛くないから小さなお子様でもOK!  
大人はご家庭にあるラー油で辛味をプラス!

2/8(水) 湯煎するだけ!  
デミグラスソースハンバーグ  
もちもちじゃがのコンソメスープ

- エネルギー382kcal
- 蛋白質17.8g ●脂質18.4g
- 炭水化物36.6g
- 食塩相当量3.6g
- デミグラスソースハンバーグ…小麦、乳成分、卵
- 北海道産じゃがもち…小麦

from Cut Meal



人気メニューが再登場!



包丁いらす

ハンバーグは湯煎するだけ★  
スープも包丁いらすで完成!

2/9(木) ねぎとろ丼  
バター醤油風味の豆腐ステーキ  
青菜のみそ汁

- エネルギー342kcal
- 蛋白質29.4g ●脂質21.5g
- 炭水化物10.5g
- 食塩相当量3.5g

from プチママ



まぐろのトロが目利きした「めばちまぐろ」と「きはだまぐろ」を使用

2/10(金) おろしソースでからめるだけ!  
豚肉のおろしソース  
チーズマカロニサラダ  
青菜のさっと煮

- エネルギー508kcal
- 蛋白質25.9g ●脂質28.1g
- 炭水化物32.8g
- 食塩相当量2.2g
- 大根おろしソース…小麦
- マカロニ…小麦
- スティックチーズ…乳

from 楽定番



人気メニューが再登場!

大根おろしソース付き!

おろしソースでからめるだけ!  
お肉増量!

2/11(土) ごま豆乳鍋

- エネルギー362kcal
- 蛋白質26.1g ●脂質21.6g
- 炭水化物21.4g
- 食塩相当量2.9g
- ごま豆乳鍋スープ…小麦、乳成分

from Cut Meal



本日は前日お届けです。

ごま豆乳鍋スープ付き!

(写真は3人用の量です)

カットするのは豆腐だけ!  
豆乳に豚の旨みとごまの風味がきいた鍋スープが美味!

2023年  
2/6週

申込締切日  
2/1(水)  
(WEBは23:59まで)

カット野菜使用メニューから厳選!  
2/6週限定!

# Special メニュー



超お得な価格 プラス 超時短!

※裏面はレシピ：保管してください。

## スペシャルプライス

	5日間 月~金	6日間 月~土
2人用	6,000円 <small>(税込)</small>	7,090円 <small>(税込)</small>
3人用	7,500円 <small>(税込)</small>	8,890円 <small>(税込)</small>
4人用	9,590円 <small>(税込)</small>	11,310円 <small>(税込)</small>

ヨシケイ  
アプリは  
こちらから



「カテゴリー」の一番下にある「Good楽バリュー」でご注文ください。