

2024 11/11 週

ご注文締切日

11/6 水 WEBは 23:59まで

カット野菜使用メニューから厳選!
~11/11週限定~

Special Menu
スペシャルメニュー

Good 楽
ラック
バリュー

1日ごとでのご利用 OK!!

各メニュー記載の料金表をご確認ください。

6日間のご利用で
驚きの価格!!

5日間(月~金) 6日間(月~土) はさらにお得!!

	5日間 月~金	6日間 月~土
2人用	通常価格 6,530円 特別価格 6,180円	通常価格 8,340円 特別価格 7,470円
3人用	通常価格 8,220円 特別価格 7,730円	通常価格 10,480円 特別価格 9,360円
4人用	通常価格 10,500円 特別価格 9,880円	通常価格 13,390円 特別価格 11,930円

今週の
推し!!

Saturday
11/16(土)

まるやかカレー鍋

~めはうどん&チーズで~

プチママ ちびっ子 **付おき**

本日は前日お届けです。

調理時間 約15分

メニュー番号	1日ごと
697	2人用 1,810円
698	3人用 2,260円
699	4人用 2,890円

日ごとよりも
通し利用が
断然オトク!!

冷蔵でお届け!

Good 楽 Special!
若鶏モモ肉
1.5倍に増量!!

カレーは
甘口!!

麺つゆ
付き!

カレーウ
(甘口)付き!

味付けは麺つゆとカレールウで
とっても簡単♪
最後に加える牛乳で
クリーミーな仕上がりに!

Monday 11/11(月)

パワーもりもり!
ポーク野菜炒め
すくい豆腐のとろとろかにかまあん

メニュー番号	1日ごと
197	2人用 1,270円
198	3人用 1,590円
199	4人用 2,020円

プチママ

調理時間 約20分

味付けは生姜の風味がきいた
特製下味用たれにおまかせで、
パパッと簡単♪

特製下味
たれ付き!

Tuesday 11/12(火)

鶏そぼろごはん
具だくさん舞茸汁

メニュー番号	1日ごと
297	2人用 1,220円
298	3人用 1,530円
299	4人用 1,950円

プチママ

調理時間 約15分

天丼のたれで簡単調味の
お手軽そぼろごはん♪
ほんのり甘い炒り卵と
鶏ひき肉のそぼろが相性抜群です!

ちびっ子 **付おき**

今回は秋の味覚
舞茸
のおまけ付き!

天丼の
たれ付き!

Wednesday 11/13(水)

氷温造り
さばの塩焼き
ビーフン入り五目炒め

メニュー番号	1日ごと
397	2人用 1,380円
398	3人用 1,770円
399	4人用 2,280円

Cut Meal

調理時間 約15分

脂ののったさばの塩焼きは
ごはんとの相性◎!
パリッとした皮から、
旨味があふれ出ます。

フライパン
でもOK

Thursday 11/14(木)

辛くない!
麻婆豆腐
レンテン蒸し鶏の棒々鶏

メニュー番号	1日ごと
497	2人用 1,270円
498	3人用 1,590円
499	4人用 2,030円

プチママ

調理時間 約20分

ひき肉&葱入りの
オリジナル麻婆ソースで簡単♪
小さなお子さまでも食べられる
辛くない麻婆豆腐です!

ちびっ子 **すだき**

具入り麻婆
ソース付き!

棒々鶏
ソース付き!

Friday 11/15(金)

豚肉の西京みそ漬焼き
くずし豆腐の三色あえ・
水菜の和風スープ

メニュー番号	1日ごと
597	2人用 1,390円
598	3人用 1,740円
599	4人用 2,220円

楽定番

調理時間 約35分

西京漬けの素でカンタン調理!
コクとやさしい甘み、
焼いた時の香ばしさがたまらない!

西京漬けの
素付き!

ご注文の方法はコチラ

【ヨシケイアプリはこちらから】

通しのご利用は「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。

【お申込書での注文】

1日ごとご利用の場合は3桁の番号を記入欄に、まとめてご利用の場合は希望する日数の記入欄にご記入ください。

裏面は
レシピー
保管してください

スマホで見られる
レシピはこちら

11/11(月)

パワーもりもり!
ポーク野菜炒め
すくい豆腐のとろとろかにかまあん

作り方
1 青菜...ざく切り
かに風味かまぼこ...フォークで裂く
2 鍋にA、1を入れて蓋をして
中火で煮る(目安として2人用約2~3分)。
3 豚肉...ポリ袋にたれと共に入れてもむ
4 玉葱...薄切り、人参...細切り
5 豆腐は耐熱器にのせ、ラップをかけずに
電子レンジで加熱する
6 2に火が通ったら、一度火を止め、
よく混ぜた水溶き片栗粉
7 フライパンに油を熱して豚肉、玉葱、
人参、もやしを炒め、
にらを加えてざっと炒め、
塩、こしょうで味を調える。

調理時間 約20分
材料
豚切り落とし肉 200g 300g 400g
特製下味用たれ 2袋 3袋 4袋
もやし(冷蔵) 150g 200g 300g
玉葱 小1コ 小1コ 1コ
人参(冷蔵) 30g 40g 60g
にら(冷蔵) 1/5ワ 1/4ワ 1/3ワ
油 大1/2 大2/3 大1
塩、こしょう 少々 少々 少々
豆腐 1パック 1 1/2パック 2パック
かに風味かまぼこ 2本 2本 3本
青菜(冷蔵) 1/4ワ 1/3ワ 1/2ワ
水 100ml 120ml 160ml
鶏がらスープの素 小1 大1/2 大2/3
しょうゆ 小1 大1/2 大2/3
塩、こしょう 少々 少々 少々
片栗粉 小1 大1/2 大2/3

11/12(火)

鶏そぼろごはん
貝だくさん舞茸豚汁

調理時間 約15分
材料
鶏ひき肉 200g 300g 400g
天井のたれ 2袋 3袋 4袋
卵 2コ 2コ 3コ
さとう 大2/3 大2/3 大1
塩 少々 少々 少々
刻みのり 1袋 1袋 2袋
だし汁 400ml 600ml 800ml
みそ 大1/3 大2 大2 2/3

調理時間 約15分
材料
鶏ひき肉 200g 300g 400g
天井のたれ 2袋 3袋 4袋
卵 2コ 2コ 3コ
さとう 大2/3 大2/3 大1
塩 少々 少々 少々
刻みのり 1袋 1袋 2袋
だし汁 400ml 600ml 800ml
みそ 大1/3 大2 大2 2/3

11/13(水)

水温造り
さばの塩焼き
ビーフン入り五目炒め

作り方
1 魚(冷凍の場合は解凍する)は
グリルで両面を焼く。
2 ビーフン...熱湯に約4分つける
3 Aを合わせておく。
4 フライパンに油を熱して
鶏肉、白菜、玉葱、7を炒め、
野菜がしんなりしたら、
はさみでざく切りにした にら、
2、3を加えて炒め合わせる。

調理時間 約15分
材料
塩さば(フィレ)(100g) 2枚 3枚 4枚
若鶏コマ 60g 90g 120g
ビーフン 30g 40g 60g
カット野菜(白菜、玉葱) 220g 330g 440g
にら(冷蔵) 1/5ワ 1/4ワ 1/3ワ
きくらげ 1/2袋 2/3袋 1袋
油 大1/2 大2/3 大1
酒 大1/3 大2 大2 2/3
鶏がらスープの素 小1/3 小1/2 小2/3
さとう 小2/3 小1 大1/2
塩 小1/4 小1/3 小1/2
こしょう 少々 少々 少々

11/14(木)

辛くない! 麻婆豆腐
レンチン蒸し鶏の棒々鶏

作り方
1 鶏肉...厚みを均一にして耐熱器にのせ、
酒を振ってラップをし、電子レンジ加熱
2 チンゲン菜...食べやすく切る
人参...軽く洗って
3 にら...ざく切り
4 豆腐...水気をきり、
大きめのさいの目切り
5 フライパンに麻婆ソース、
豆腐、にらを入れて火にかけ、
ソースをからめながら炒める。
6 鶏肉は細かく裂き、2と共に盛り、
棒々鶏ソースをかける。

調理時間 約20分
材料
具入り麻婆ソース 2袋 3袋 4袋
豆腐 1パック 1 1/2パック 2パック
にら(冷蔵) 1/5ワ 1/4ワ 1/3ワ
若鶏ムネ肉 80g 120g 160g
酒 少々 少々 少々
もやし(冷蔵) 100g 150g 200g
チンゲン菜(冷蔵) 1株 1株 2株
人参(冷蔵) 40g 60g 80g
棒々鶏ソース 2袋 3袋 4袋
棒々鶏ソース
ごまの風味をきかせた、
コクのあるソース。

11/15(金)

豚肉の西京みそ漬焼き
くずし豆腐の三色あえ
水菜の和風スープ

作り方
1 豚肉...西京漬けの素をもみ込む
2 サニーレタス...ちぎる
3 フライパンに油を熱して豚肉を焼き、
火が通ったら、2と共に盛る。
4 ミニトマト...くし形切り
貝割大根...根元を切って半分にかける
豆腐...軽く水気を切る→粗くくずす
5 食べる直前に1を味付けボン酢で
あえる。
6 人参...細切り
水菜...ざく切り
7 鍋にA、人参を入れて煮、
水菜を加えてざっと煮る。

調理時間 約35分
材料
豚切り落とし肉 200g 300g 400g
西京漬けの素 2袋 3袋 4袋
油 大1/2 大2/3 大1
サニーレタス 適量 適量 適量
又葉野菜(冷蔵)
西京漬けの素
まろやかな甘みと味噌の風味・コクが
特長の西京漬けの素。
味噌と甘酒の相性が抜群です。
豆腐 1パック 1パック 1 1/2パック
ミニトマト(冷蔵) 2コ 3コ 4コ
貝割大根(冷蔵) 1/2パック 1パック 1パック
味付けボン酢 適量 適量 適量
水菜(冷蔵) 1/4ワ 1/3ワ 1/2ワ
人参(冷蔵) 30g 40g 60g
だし汁 300ml 450ml 600ml
塩 小1/4 小1/3 小1/2
しょうゆ 大1/2 大2/3 大1
みりん 小1 大1/2 大2/3

11/16(土)

まろやかカレー鍋
~めはうどん&チーズで~

作り方
1 鍋に分量の水を入れて火にかける。
2 人参...半月又いちよう切り
玉葱...くし形切り
白菜...ざく切り
えのき茸...根元を切ってほぐす
ウインナー...切り目を入れる
3 1の鍋に麵つゆ、2を入れて煮立て、
鶏肉を加えて、アクを取り、
蓋をして中火で煮る
(目安として2人用約7~10分)。
4 3に火が通ったら一度火を止め、
カレーウを加えて溶かし、
再び弱火にかけて牛乳
(お好みで加減)を加えてざっと煮る。
5 鍋あとほうどん、チーズを加えて
チーズが溶けるまで煮る。

調理時間 約15分
材料
若鶏モモ 300g 450g 600g
角切り肉
ウインナー 2本 3本 4本
えのき茸(冷蔵) 1/2袋 1袋 1袋
白菜(冷蔵) 200g 300g 400g
玉葱 小1コ 小1コ 1コ
人参(冷蔵) 40g 60g 80g
水 500ml 750ml 1000ml
麵つゆ 1袋 1 1/2袋 2袋
カレーウ(甘口) 40g 60g 80g
牛乳 100ml 150ml 200ml
ゆでうどん(200g)(冷蔵) 2玉 2玉 3玉
ナチュラルチーズ 30g 40g 60g