



めっちゃうまいやんをご家庭に
献立レシピ・お料理キット宅配サービス

メニュー日	7/29 月	7/30 火	7/31 水	8/1 木	8/2 金	8/3 土	8/4 日
お届け日	月・火 2日分のお届け	休業日	水・木・金 3日分のお届け	休業日	土・日 2日分のお届け	休業日	休業日

今週の
めっちゃうまいやん

能勢酒造より

お届け日
8/2 金



人気のショットバー
でも愛用されている
本格的ジンジャール



4181

桜川サイダー

330ml × 12本入

常温
6ヶ月

商品
価格

2,400 円

(税込) 2,592 円

4182

能勢ジンジャール

250ml × 12本入

常温
6ヶ月

商品
価格

2,400 円

(税込) 2,592 円

今回のおすすめ

ミールキット!

Cook バリエ

P.10~P.13

P.13



Cook
ID

ホットプレートで野菜たっぷり蒸ししゃぶ

4183

能勢しゅわしゅわセット

桜川サイダーと
能勢ジンジャールの
お買得セット!!

常温
6ヶ月

商品
価格

~~4,800 円~~

(税込) 5,184 円

商品
価格

4,560 円

(税込) 4,924 円

Best
Match!



ご注文はお電話・FAX・申込書にて承ります。

TEL.06-6618-3200

FAX.06-6618-3201

マンマ＊ダイニング

URL <http://www.manma-dining.com>



献立レスキューちっこいおかん

一日分からでも注文出来ます

コースでのご注文ならめっちゃお得！

	商品番号	5 (月～金) 日間コース	商品番号	6 (月～土) 日間コース	商品番号	7 (月～日) 日間コース
2マンマ	21275	6,990円 (税込 7,545円)	21276	8,388円 (税込 9,054円)	21277	9,786円 (税込 10,563円)
3マンマ	21375	10,260円 (税込 11,080円)	21376	12,312円 (税込 13,296円)	21377	14,364円 (税込 15,512円)
4マンマ	21475	13,380円 (税込 14,450円)	21476	16,056円 (税込 17,340円)	21477	18,732円 (税込 20,230円)

ご利用方法

1日分からご利用頂けます。
人数は曜日ごとに変更可能です。(2人前からのお届け)



- フリーチェンジメニューはコースでご利用の場合各曜日のメニューと変更出来ます。
- または単品でも追加が出来ます。



金のおかんに変更すると、ちっこいおかんの食材の一部がグレードアップします。

プラスもっとたべたいんや、単品だけでもご注文ご利用頂けます。

※目安となるご飯の量とエネルギー（お茶碗1杯 165g＝約270kcal）

※お料理キットは原則としてメニュー日中にご使用下さい。

※お届け材料内の

●水色文字の調味料等はご家庭でご用意下さい。

※ご用意いただく調味料は、**今日のお買い物メモ**にてご確認することが出来ます。

※天候不順、天災等で予告無く料理内容、材料が代替商品に変更となる場合がございます。

フリーチェンジメニュー

各曜日のメニューと変更または追加が出来ます。



なすと豚肉はご飯に合う
こってり甘辛煮物に。

かつおのたたき

なすと豚肉の炒め煮・きんぴらごぼう

20分 503kcal

曜日	月	火	水	木	金	土	日	人数	単品価格
商品番号	2129	2229	2329	2429	2529	2629	2729	2マンマ	1,598円 (税込 1,725円)
	2139	2239	2339	2439	2539	2639	2739	3マンマ	2,352円 (税込 2,540円)
	2149	2249	2349	2449	2549	2649	2749	4マンマ	3,076円 (税込 3,322円)

お届けする材料

2マンマ

3マンマ

4マンマ

下ごしらえ

作り方

●かつおのたたき

カツオのタタキ 160
ポン酢 2
小ねぎ 3
生姜 4本
玉ねぎ 適量
小1
240
3
3
適量
小1
320g
4P
4本
適量
大1個
食べやすく切る
小口切り
すりおろす
薄切りにし、水にさらす

① 器に玉ねぎを盛り、かつおをのせ、小ねぎと生姜を添えます。

●なすと豚肉の炒め煮

豚肉切り落とし (国産) 80
なすび 1
ししとう 4
だし汁 200cc
砂糖 大2
しょうゆ 大1½
みりん 大1
サラダ油 大1
120
2
6
300cc
大3
大2¼
大1½
160g
2本
8本
400cc
大4
大3
大2
お好みに切る
お好みに切り、水につけてアクを抜く
①

① 鍋に油を熱して豚肉、なすの順に炒め、①を加えて煮汁がほとんどなくなるまで煮、ししとうを加えてさつと煮ます。

●きんぴらごぼう

ごぼう ½
人参 小½
赤唐辛子 1
しょうゆ・砂糖・みりん 各大1
1
小1
1
1本
小1本
1本
ささがきにし、水につける
ささがきにする
水につけて種を取り、小口切り
②

① フライパンに油を熱し、ごぼう、人参をしんなりするまで炒め、唐辛子と②を加えて更に炒めます。

今日のお買い物メモ だしの素、砂糖、しょうゆ、みりん、サラダ油

7/29 (月)

お届け日 7/29 (月)

レンジで甘辛豚

じゃが芋と鶏ひき肉のバター醤油炒め

20分 669kcal



ちっこいおかん

電子レンジ
500W
5分

OK!

甘辛豚バラは材料を混ぜて
チンするだけ。
ご飯がすすむ味なので、
丼にしてもおいしいですよ。

商品名	商品番号	人数	単品価格
ちっこいおかん	2127	2マンマ	1,598円 (税込 1,725円)
	2137	3マンマ	2,352円 (税込 2,540円)
	2147	4マンマ	3,076円 (税込 3,322円)

アレルギー物質 を含む食品	小麦	乳	卵	そば	落花生	えび	かに
豆板醤	●						

フラスもっとたべたいんや



商品番号 2117 冷凍 30日

国産
豚バラ肉薄切り
<150g>

商品
価格

458円
(税込) 494円

フリーデン
やまと豚ハンバーグ (プレーン)

シンブルな旨み
豚肉専門店が誇る、
究極のハンバーグ
ソースが
無くても
美味しい。



フライパンで焼くだけ!

商品番号 2118 冷凍 60日

フリーデン
やまと豚ハンバーグ (プレーン)
<150g>

卵・小麦・大豆・豚肉

450円
(税込) 486円

お届けする材料

2マンマ

3マンマ

4マンマ

下ごしらえ

作り方

●レンジで甘辛豚

豚ロース薄切り
(国産)
玉ねぎ
サニーレタス
豆板醤
しょうゆ・砂糖・酒
片栗粉
豆板醤
こしょう

160
小1
適量
1
各大1
小1/4
1P分
少々

240
小1
適量
2
各大1 1/2
小1/3
1 1/2P分
少々

320g
大1個
適量
2P
各大2
小1/2
2P分
少々

お好みに切る
薄切り
①

- 耐熱容器に豚肉と玉ねぎを入れ、①を加えてよくからめ、ラップをふんわりとかけて500Wで5分加熱します。(豚肉に火が通ってない場合は加熱を延長して下さい。)
- ①をよく混ぜて器に盛り、サニーレタスを添えます。

●じゃが芋と鶏ひき肉のバター醤油炒め

じゃが芋
鶏ミンチ (国産)
レタス (小)
刻みパセリ
サラダ油
塩・こしょう
しょうゆ
バター

2
60
1/2
1
少々
小2
大1

3
90
1
1
少々
大1
大1 1/2

4個
120g
1玉
1P
少々
大1 1/3
大2

細切り
食べやすい大きさにちぎる
②

- フライパンに油を熱して鶏ミンチを炒め、じゃが芋を加えて更に炒めます。
- ①にレタスを入れてサッと炒め合わせ、②を加えて炒め合わせ、器に盛ってパセリを散らします。

今日のお買い物メモ しょうゆ・砂糖・酒・片栗粉・こしょう・サラダ油・塩・バター

アレルギー物質表示…お届け材料は7品目のアレルギーを表示しております。●もっとたべたいんや等の単品は最大27品目のアレルギーを表示しております。(メーカーにより異なります。)

7/30 (火)

お届け日 7/29 (月)

鶏肉と厚揚げのたっぷり野菜炒め

きゅうりの酢の物

20分 319kcal

アレルギー物質 を含む食品	小麦	乳	卵	そば	落花生	えび	かに
カニスティック							●

フラスもっとたべたいんや



商品番号 2217 冷凍 30日

国産
鶏胸肉
<200g>商品
価格298円
(税込) 321円とろりとしたソフトな食感の
刺身こんにゃく、少し甘めの
しょうゆが良く合う。添付のしょうゆたれで
お召し上がり下さい。

商品番号 2218 冷蔵 60日

若草
国産のりさしみこんにゃく青
<98g>商品
価格158円
(税込) 170円

小麦・大豆

商品名	商品番号	人数	単品価格
ちっこいおかん	2227	2マンマ	1,598円 (税込 1,725円)
	2237	3マンマ	2,352円 (税込 2,540円)
	2247	4マンマ	3,076円 (税込 3,322円)

厚揚げでボリュームUP。
満足感あるひと品です。

お届けする材料

2マンマ

3マンマ

4マンマ

下ごしらえ

作り方

●鶏肉と厚揚げのたっぷり野菜炒め

鶏胸肉 (国産)
厚揚げ三角 (冷凍)
人参
ピーマン
なすび
酒・しょうゆ
塩・こしょう
サラダ油

200
2
小1
1
1
各大1/2
少々

300
3
小1
2
2
各大3/4
少々

400g
4個
大1本
2個
2本
各大1
少々

一口大に切り、①につける
お好みに切る
短冊切り
乱切り
乱切り
①

① フライパンに油を熱し、鶏肉を炒め、厚揚げ、人参、ピーマン、なすびを加えて更に炒め、塩、こしょうをふります。

●きゅうりの酢の物

きゅうり
カニスティック
ちりめん
塩
砂糖
酢
塩

1
1
10
大1
大2
少々

1
2
15
大1 1/2
大3
少々

2本
2本
20g
大2
大4
少々

塩をふって板ずりし、小口切り

②

① きゅうり、カニスティック、ちりめんを②で和えます。

今日のお買い物メモ 酒、しょうゆ、塩、こしょう、サラダ油、砂糖、酢

7/31 (水)

さわらのごま醤油焼き

豚肉の炒め煮・わかめの味噌汁

20分 448kcal

お届け日 7/31 (水)



フラスもっとたべたいんや



商品番号 2317 冷蔵 30日

韓国産他
サワラ切身
<80g> 1切

商品価格

250円
(税込) 270円



商品番号 2318 冷蔵 3日

村田蒲鉾 山口県・萩
じゃこ天
<140g> 1P

商品価格

398円
(税込) 429円

商品名	商品番号	人数	単品価格
ちっこいおかん	2327	2マンマ	1,598円 (税込 1,725円)
	2337	3マンマ	2,352円 (税込 2,540円)
	2347	4マンマ	3,076円 (税込 3,322円)

お届けする材料

2マンマ

3マンマ

4マンマ

下ごしらえ

作り方

●さわらのごま醤油焼き
サワラ切身 (80g)
白ごま
しょうゆ・みりん
酒

2
1
各2
大1

3
2
各2
大1½

4切
2P
各4
大2

白ごまと①に漬けておく
①

① 魚を焼きます。

●豚肉の炒め煮

豚肉切り落とし
(国産)
こんにゃく
玉ねぎ
小ねぎ
サラダ油
だし汁
しょうゆ
砂糖・みりん

60
120
小1
2
200cc
大1½
各¾

90
250
小1
3
300cc
大2¼
各1

120g
250g
大1個
4本
400cc
大3
各1½

お好みに切って500Wで2分加熱
お好みに切る
小口切り
②

① 鍋に油を熱し、豚肉、こんにゃく、玉ねぎを炒め、②を入れて煮、器に盛って小ねぎを散らします。

●わかめの味噌汁

味噌汁の素

2

3

4P

① 味噌汁の素1Pをお椀に入れ、熱湯150ccを注いでよくかき混ぜます。

今日のお買い物メモ しょうゆ・みりん・酒・サラダ油・だしの素・砂糖

8/1 (木)

お届け日 7/31 (水)

牛肉とアスパラの中華炒め

じゃこおろし

20分 380kcal



ちっこいおかん

食欲を誘う、にんにくの香り。
牛肉は炒めすぎずに
やわらかく仕上げて。

商品名	商品番号	人数	単品価格
ちっこいおかん	2427	2マンマ	1,598円 (税込 1,725円)
	2437	3マンマ	2,352円 (税込 2,540円)
	2447	4マンマ	3,076円 (税込 3,322円)

プラスもっとたべたいんや



商品番号 2417 冷蔵 30日

国産
牛肉切り落とし
(150g)

商品価格

498円
(税込) 537円

いつでもサラダにのせるだけ!



商品番号 2418 冷蔵 30日

ニッスイ
切らずに使えるサラダチキン
(100g)

商品価格

198円
(税込) 213円

小麦・卵・乳・鶏肉

お届けする材料

2マンマ

3マンマ

4マンマ

下ごしらえ

作り方

●牛肉とアスパラの中華炒め

牛肉切り落とし

(国産)

アスパラガス

玉ねぎ

にんにく

赤唐辛子

白ごま

酒・しょうゆ

片栗粉

ごま油

酒・砂糖

しょうゆ

140

210

280g

お好みに切って①で下味をつけ、片栗粉をまぶす

お好みに切る

お好みに切る

薄切り

水につけて種を取り、小口切り

①

②

③

④

⑤

⑥

⑦

⑧

⑨

⑩

⑪

⑫

⑬

⑭

⑮

⑯

⑰

⑱

⑲

⑳

① フライパンにごま油を熱し、にんにく、玉ねぎ、アスパラガスを炒め、牛肉を加えてサッと炒めます。

② ①に赤唐辛子と②を加えて炒め合わせ、器に盛って白ごまをふります。

●じゃこおろし

大根

ちりめん

しょうゆ

150

225

300g

すりおろす

① 大根、ちりめんを器に盛り、しょうゆをかけます。

今日のお買い物メモ 酒・しょうゆ・片栗粉・ごま油・砂糖

8/2 (金)

お届け日 7/31 (水)

茶そば

かんたんちらし寿司

30分 769kcal



ちっこいおかん



香り豊かな茶そばは
目で見て涼やか食べて
美味しい！

商品名	商品番号	人数	単品価格
ちっこいおかん	2527	2マンマ	1,598円 (税込 1,725円)
	2537	3マンマ	2,352円 (税込 2,540円)
	2547	4マンマ	3,076円 (税込 3,322円)

アレルギー物質を含む食品	小麦	乳	卵	そば	落花生	えび	かに
茶そば	●			●			
そばだし	●						
五目ちらし寿司の素	●						
卵			●				
カニスティック							●

プラスもっとたべたいんや



商品番号 2517 冷凍 30日

茶そばセット

〈茶そば1玉、冷しだしストレート1P、練りわさび1P、刻みのり1P〉

商品価格

198円
(税込) 213円



噛めば噛むほど美味しい。
さっぱりしそ入り！

商品番号 2518 冷蔵 5日

堀川
しそ入り笹かまぼこ
〈3枚〉

商品価格

198円
(税込) 213円

お届けする材料

2マンマ 3マンマ 4マンマ

下ごしらえ

作り方

●茶そば

茶そば
冷しだし (ストレート)
練りわさび
小ねぎ
刻みのり

2 3 4玉
2 3 4P
2 3 4P
2 3 4本
1 2 2P

① 茶そばは熱湯でゆでて流水でもみ洗いし、水気を切ってざるに盛り、刻みのりを散らします。
② ①に薬味の小ねぎ、練りわさびとそばだしを添えます。

●かんたんちらし寿司

五目ちらし寿司の素
140g
卵
キヌサヤ
カニスティック
塩・砂糖
ご飯
サラダ油

1 1 2P
1 1 2個
適量 適量 適量
2 3 4本
少々 少々 少々
500g 750g~1000g 1000g

①を加えて薄焼き卵を作り、細切り
さっとゆでる
手でさく
①

① ご飯にちらし寿司の素を混ぜて器に盛ります。
② ①にカニスティック、薄焼き卵、キヌサヤをのせます。

8/3 (土)

お届け日 **8/2 (金)**

レンジで肉じゃが キャベツとたこのペペロンチーノ風 20分 650kcal



商品名	商品番号	人数	単品価格
ちっこいおかん	2627	2マンマ	1,598円 (税込 1,725円)
	2637	3マンマ	2,352円 (税込 2,540円)
	2647	4マンマ	3,076円 (税込 3,322円)

フラスもっとたべたいんや

パリパリの皮と、サクッとした野菜の食感をお楽しみ頂けます。お弁当のおかずにも！

商品番号 **2617** 冷凍 60日

フリーデン
やまと豚肉春巻
〈45g・5個〉
小麦・ごま・大豆・豚肉

商品価格 **498円**
(税込) 537円

大粒で肉感しっかり、一口食べるとやまと豚の旨味があふれてお口の中に広がる美味しさです。

商品番号 **2618** 冷凍 60日

フリーデン
大粒肉焼売
〈30g・8個〉
小麦・ごま・大豆・豚肉・魚醤

商品価格 **498円**
(税込) 537円

お届けする材料

2マンマ 3マンマ 4マンマ

下ごしらえ

作り方

●レンジで肉じゃが 牛肉切り落とし (国産) じゃが芋 玉ねぎ 人参 しょうゆ・砂糖・酒 みりん	120 大2 小1 小1 各大2 大1	180 大3 小1 小1 各大3 大1½	240g 大4個 大1個 大1本 各大4 大2	お好みに切る 一口大に切る くし型切り 乱切り ①	① 耐熱容器に牛肉、玉ねぎ、じゃが芋、人参の順に入れ、①をかけ、ふんわりとラップをして500Wで8~10分加熱します。(材料に火が通ってない場合は加熱を延長してください。) ② ①をよく混ぜてから冷まし、食べる前に温めて下さい。(冷ますことで味がしみ込みます。)
●キャベツとたこのペペロンチーノ風 キャベツ カットだこ にんにく 赤唐辛子 塩・こしょう オリーブ油	120 40 1 1 少々	180 60 1 1 少々	240g 80g 2片 1本 少々	ザク切り 粗みじん切り 水につけて種を取り、小口切り	① フライパンにオリーブ油を熱し、たこ、にんにく、赤唐辛子を加えてサッと炒め、キャベツを加えて更に炒め、塩、こしょうで調味します。

今日のお買い物メモ しょうゆ、砂糖、酒、みりん、塩、こしょう、オリーブ油

8/4 (日)

お届け日 8/2 (金)

豚丼 (温玉のせ)

大根サラダ・豆腐の味噌汁

35分 461kcal



温泉玉子の作り方

1. 鍋に水500ml入れます。
2. 沸騰したら火を止めて水150ml追加し、生卵を入れます。
3. フタをして12～13分放置します。
4. 出来上がり! (卵の大きさに時間前後します。)

※お好みで生卵をのしても美味しく出来ますよ。

豚丼に糸こんにゃくが
入ってカリーム満点
うま味ボリューメも
とろ〜り温玉のせも
うれしい

商品名	商品番号	人数	単品価格
ちっこいおかん	2727	2マンマ	1,598円 (税込 1,725円)
	2737	3マンマ	2,352円 (税込 2,540円)
	2747	4マンマ	3,076円 (税込 3,322円)

アレルギー物質を含む食品	小麦	乳	卵	そば	落花生	えび	かに
カニスティック							●
白玉子			●				

フラスもっとたべたいんや



商品番号 2717 冷蔵 3日
長崎杉蒲
真えそ竹輪
(7個入)
小麦・大豆

商品価格

398円
(税込) 429円

人気の柿の葉寿司!!



商品番号 2718 冷凍 30日
奈良コープ産業
柿の葉寿司
(鯖・鮭/各3個)

商品価格

650円
(税込) 702円

お届けする材料

2マンマ

3マンマ

4マンマ

下ごしらえ

作り方

●豚丼 (温玉のせ)

豚肉切り落とし
(国産) 120
糸こんにゃく 100
玉ねぎ 小1
白玉子 2
丼のたれ 1
丼のたれ 1P分
水 60cc

180
100
小1
3
2
1½P分
90cc

240g
200g
大1個
4個
2P
2P分
120cc

食べやすい長さに切って、ゆでる
薄切り
温泉玉子を作る

① 鍋に丼のたれ、水を入れて煮立て、豚肉、糸こんにゃくを入れて煮ます。

② 丼にご飯を盛り、①を汁ごと盛って、温泉卵をのせます。

●大根サラダ

カニスティック 1
大根 100
かいわれ ½
砂糖 小½
酢 大½
しょうゆ 大1
サラダ油 大½

2
150
1
小½
大½
大1
大½

2本
200g
1P
小1
大2½
大2
大1

① 混ぜ合わせる

① カニスティック、大根、かいわれを器に盛り、①であえます。

●豆腐の味噌汁

絹こし豆腐 ½
小松菜 ⅓
だし汁 300cc
味噌 大1

½
⅓
450cc
大1½

½丁
⅓ワ
600cc
大2

さいの目に切る
ザク切り

① 鍋にだし汁を煮立て、豆腐、小松菜を煮、味噌を溶き入れ調味します。

今日のお買い物メモ 砂糖、酢、しょうゆ、サラダ油、だしの素、味噌



Cook バリエ



Cook
B

牛肉のスタミナガーリック炒め

その名の通り、がっつりスタミナの
つくひと品。
ご飯がよくすすむ味なので、
丼にしてもおいしいですよ☆



20分
408kcal



	月	水	金	人数	単品価格
商品番号	2122	2322	2522	2マンマ	1,598円 (税込 1,725円)
	2132	2332	2532	3マンマ	2,352円 (税込 2,540円)
	2142	2342	2542	4マンマ	3,076円 (税込 3,322円)

お届けする材料

2マンマ

3マンマ

4マンマ

下ごしらえ

作り方

●牛肉のスタミナガーリック炒め

牛肩ローススライス
(豪州産)
玉ねぎ
人参
にんにく
にんにくの芽
酒・みりん
片栗粉
塩・こしょう
しょうゆ
砂糖
ごま油

160
小1
小1
1
60
各大1
少々
大1½
小2

240
小1
小1
1
90
各大1½
少々
大2¼
大1

320g
大1個
大1本
2片
120g
各大2
少々
大3
大1⅓

お好みに切り④に漬けて片栗粉をまぶす
お好みに切る
千切り
薄切り
お好みに切る
①

④

① フライパンにごま油を熱し、牛肉を炒め、玉ねぎ、人参、にんにく、にんにくの芽を加えて更に炒め、④で調味します。

●コールスローサラダ

キャベツ
ホールコーン
塩
塩・こしょう
マヨネーズ

120
適量
塩
少々
大2

180
適量
塩
少々
大3

240g
適量
塩
少々
大4

太めの千切りにして塩で軽くもむ
サッと熱湯に通す

⑧

① キャベツとコーンを⑧で和えます。



Cook C

ホットプレートでチーズダッカルビ

ホットプレート調理

家族や友達と楽しく作れて
楽しく食べられる！
まだまだ人気が続いている
チーズダッカルビをご家庭で。

20分
484kcal

アレルギー物質を含む食品	小麦	乳	卵	そば	落花生	えび	かに
ナチュラルチーズ		●					
豆板醤	●						

お届け日が選べます。

	月	水	金	人数	単品価格
2123	2323	2523	2マンマ	1,480円 (税込 1,598円)	
2133	2333	2533	3マンマ	2,175円 (税込 2,349円)	
2143	2343	2543	4マンマ	2,840円 (税込 3,067円)	

お届けする材料	2マンマ	3マンマ	4マンマ	下ごしらえ	作り方
● チーズダッカルビ 鶏もも肉角切り (国産) 200 キャベツ 120 玉ねぎ 小1 人参 小1 ナチュラルチーズ 60 豆板醤 1 豆板醤 1P分 しょうゆ・みりん 各大1 砂糖 大1/2 味噌 小1 ごま油	300 180 小1 小1 90 2 1½P分 各大1½ 大¾ 小1½	400g 240g 大1個 大1本 120g 2P 2P分 各大2 大1 小2	一口大に切り、①に漬けておく ざく切り くし型切り 短冊切り	①	① ホットプレートにごま油を熱し、キャベツ、玉ねぎ、人参をサッと炒め、しんなりしたら鶏肉を加えて炒め合わせ、鶏肉に焼き色が付いたらフタをして蒸し焼きにします。 ② 鶏肉に火が通ったら、具材の中央を空けてチーズを加えて溶かします。



Cook D

ホットプレートで野菜たっぷり蒸ししゃぶ

ホットプレート調理

ホットプレートで簡単調理！
野菜がたっぷりなのがうれしい。
玉ねぎをすりおろしてモリモリ食べれます。
シメは焼そばで。

15 分
647kcal

なごき日が増えて

	月	水	金	人 数	単品価格
商品番号	2124	2324	2524	2 マンマ	1,598円 (税込 1,725円)
	2134	2334	2534	3 マンマ	2,352円 (税込 2,540円)
	2144	2344	2544	4 マンマ	3,076円 (税込 3,322円)

お届けする材料		2マンマ	3マンマ	4マンマ	下ごしらえ	作り方
● 野菜たっぷり蒸ししゃぶ						
豚ロースしゃぶしゃぶ用						① ホットプレートに太もやし、キャベツ、人参、カットコーンを並べ、豚肉を広げてのせ、塩こしょうをふります。 ② ①に水を加え、フタをして7～8分加熱します。 ③ 玉ねぎ、にんにくを①と混ぜ合わせ、②にかけます。 ④ シメに中華麺を加えてサッと炒めます。
(国産)	160	240	320g	お好みに切る		
太もやし	100	150	200g			
キャベツ	120	180	240g	乱切り		
人参	小1	小1	大1本	千切り		
カットコーン	1	2	2個	お好みに切る		
玉ねぎ	小1	小1	大1個	すりおろす		
にんにく	1	1	2片	すりおろす		
中華麺	1	2	2玉			
塩・こしょう	少々	少々	少々			
水	80cc	120cc	160cc			
しょうゆ	大3	大4½	大6	①		
酢	大2	大3	大4			
砂糖	小2	大1	大1½			

今日のお買い物メモ 塩、こしょう、しょうゆ、酢、砂糖



「単品マーケット」 SEPARATELY MARKET

肉・ハム・ソーセージ・水産

お届け日 **7/29** (月)



小分け真空パックなので
とっても便利で経済的！

商品
番号 **6001** 冷凍
10日

国産
鶏もも肉
(10g カット) (60gx 5P) 真空パック

商品
価格 ~~698円~~
(税込) 753円
商品
価格 **498円**
(税込) 537円



商品
番号 **6002** 冷凍
10日

国産
黒毛和牛サーロインステーキ
(150gx 1枚)

商品
価格 **1,598円**
(税込) 1,725円



商品
番号 **6003** 冷凍
10日

国産
牛肩ロース薄切り
(140g)

商品
価格 **665円**
(税込) 718円



商品
番号 **6004** 冷凍
10日

鹿児島県産
黒豚肩ロースしゃぶしゃぶ用
(200g)

商品
価格 **760円**
(税込) 820円



商品
番号 **6005** 冷凍
10日

京都府産
日吉豚モモスライス
(180g)

商品
価格 **498円**
(税込) 537円



商品
番号 **6006** 冷凍
10日

国産
豚ローステキカツ味噌漬
(80gx 4枚)

商品
価格 **760円**
(税込) 820円



商品
番号 **6007** 冷凍
10日

国産
鶏もも肉角切り (真空)
(300g)

商品
価格 **498円**
(税込) 537円



商品
番号 **6011** 冷蔵
20日

伊藤ハム
ポークピッツ
(標準 21本・2袋)
卵・乳・小麦・豚肉・大豆

商品
価格 ~~400円~~
(税込) 432円
商品
価格 **350円**
(税込) 378円



商品
番号 **6012** 冷蔵
20日

伊藤ハム
サラダチキン (フレーン)
(110g)

商品
価格 **298円**
(税込) 321円



商品
番号 **6013** 冷蔵
20日

伊藤ハム
サラダチキン (ハース)
(110g)

商品
価格 **298円**
(税込) 321円



商品
番号 **6014** 冷蔵
20日

伊藤ハム
サラダチキン (瀬戸内レモン)
(110g)

商品
価格 **298円**
(税込) 321円



商品
番号 **6015** 冷蔵
20日

伊藤ハム 朝のフレッシュ
ロースハム
(35gx 3連)
卵・乳・豚肉・大豆

商品
価格 **348円**
(税込) 378円



商品
番号 **6016** 冷蔵
20日

伊藤ハム 朝のフレッシュ
ハーフベーコン
(32gx 3連)
卵・乳・豚肉・大豆

商品
価格 **348円**
(税込) 378円



商品
番号 **6017** 冷蔵
20日

伊藤ハム
チーズイン
ハム
(71gx 2P)
乳・豚肉・鶏肉
大豆・ゼラチン

商品
価格 **398円**
(税込) 429円



商品
番号 **6021** 冷凍
10日

国産
あじの開き
(2枚入)

商品
価格 ~~498円~~
(税込) 537円
商品
価格 **398円**
(税込) 429円



商品
番号 **6022** 冷凍
10日

チリ産他
銀鮭 (無塩)
(60gx 2切)

商品
価格 **498円**
(税込) 537円



商品
番号 **6023** 冷凍
10日

ノルウェー産他
サバフィーレ
(90gx 2枚)

商品
価格 **398円**
(税込) 429円



商品
番号 **6024** 冷凍
10日

アラスカ産他
カラスガレイ切身
(70gx 3切)

商品
価格 **798円**
(税込) 861円



商品
番号 **6025** 冷凍
10日

ノルウェー産他
ししゃも
(150g)
子持ち / 有無混合

商品
価格 **298円**
(税込) 321円



商品
番号 **6026** 冷蔵
3日

宮崎県産他
しらす干し
(60g)

商品
価格 **398円**
(税込) 429円



商品
番号 **6027** 冷凍
10日

やまや
辛子明太子
(55g)

商品
価格 **298円**
(税込) 321円



「単品マーケット」

SEPARATELY MARKET

野菜・果物・豆腐・こんにゃく・練り物

お届け日 **7/31** (水)



甘みが強く、程よい酸味が調和し
さっぱりとした味わいです。
種がないので食べやすいです。

商品
番号 **6031**
島根県産他
デラウェア
(2〜3房)

商品
価格 **780** 円
(税込) 842 円



商品
番号 **6032**

大阪府産他
小松菜
(約 150g)

商品
価格 **198** 円
(税込) 213 円



商品
番号 **6033**

兵庫県産他
玉ねぎ
M (500g)

商品
価格 **298** 円
(税込) 321 円



商品
番号 **6034**

熊本県産他
ミニトマト
(150g)

商品
価格 **298** 円
(税込) 321 円



商品
番号 **6035**

鹿児島県産他
じゃが芋 (男しゃく)
M (600g)

商品
価格 **298** 円
(税込) 321 円



商品
番号 **6036**

長崎県産他
レタス
(S〜M サイズ)

商品
価格 **250** 円
(税込) 270 円



商品
番号 **6037**

フィリピン産他
バナナ
(3〜5本)

商品
価格 **248** 円
(税込) 267 円



香ばしい落花生の
風味を生かしたおいしさ。
和風デザート！

商品
番号 **6041** 冷蔵
60日
聖食品
落花生とうふ
(60g×2)
大豆

商品
価格 **180** 円
(税込) 194 円
128 円
(税込) 138 円



商品
番号 **6042** 冷蔵
3日

高丸食品
手揚げ風 京あげ
(1枚入)

商品
価格 **138** 円
(税込) 149 円



商品
番号 **6043** 冷蔵
3日

高丸食品
三角厚揚げ
(4個入)

商品
価格 **150** 円
(税込) 162 円



商品
番号 **6044** 冷蔵
3日

高丸食品
絹揚げ
(2個入)

商品
価格 **150** 円
(税込) 162 円



商品
番号 **6045** 冷蔵
10日

高丸食品
国産絹こし豆腐
(320g)

商品
価格 **170** 円
(税込) 183 円



商品
番号 **6046** 冷蔵
30日

山大
板こんにゃく
(250g)

商品
価格 **100** 円
(税込) 108 円



商品
番号 **6047** 冷蔵
30日

山大
糸こんにゃく
(200g)

商品
価格 **100** 円
(税込) 108 円



お弁当のおかずやおやつに
お父さんの晩酌のお供にどうぞ。

商品
番号 **6051** 冷蔵
3日
水野水産
ちよい蒲鉾 さきいか枝豆
(6枚入)
乳・卵・大豆・いか

商品
価格 **358** 円
(税込) 386 円
298 円
(税込) 321 円



商品
番号 **6052** 冷蔵
5日

カネテツデリカフーズ
たくみの技 匠ちくわ
(5本入)

商品
価格 **120** 円
(税込) 129 円



商品
番号 **6053** 冷蔵
5日

カネテツデリカフーズ
蒲鉾 (赤)
(80g)

商品
価格 **150** 円
(税込) 162 円



商品
番号 **6054** 冷蔵
10日

カネテツ
サラダスティック
(8本入)

商品
価格 **120** 円
(税込) 129 円



商品
番号 **6055** 冷蔵
6日

ミツカン
なっとういち超小粒
(45g×3段)

商品
価格 **100** 円
(税込) 108 円



商品
番号 **6056** 冷蔵
6日

ミツカン 金のつぶ
国産ひきわりなっとう
(40g×3段)

商品
価格 **105** 円
(税込) 113 円



商品
番号 **6057** 冷蔵
5日

タカノフーズ
しそ海苔納豆
(40g×3段)

商品
価格 **100** 円
(税込) 108 円

※パッケージ等が予告無く変更する場合がございます予めご了承下さいませ。

※同日の食材セットメニュー、調理済みお弁当をご利用のお客様は、単品1個より承ります。
※単品のみご利用の場合は1週間のご利用金額(税抜1,000円)以上のご注文より承ります。



「単品マーケット」 SEPARATELY MARKET

たまご・牛乳・ヨーグルト・デザート

お届け日 **7/29** (月)



商品番号 **6061** 冷蔵 8日

香川県産他
白たまご
<10個入>
卵

商品価格 **290円**
(税込) 313円



商品番号 **6062** 冷蔵 8日

鹿児島県産他
薩摩赤玉
<10個入>
卵

商品価格 **298円**
(税込) 321円



商品番号 **6063** 冷蔵 8日

愛知県産他
うずらのたまご
<10個入>
卵

商品価格 **140円**
(税込) 151円



商品番号 **6064** 冷蔵 8日

ゆでたまご
<10個入>
卵

商品価格 **388円**
(税込) 419円



商品番号 **6065** 冷蔵 7日

温泉卵 (だし付)
<3個入>
卵

商品価格 **150円**
(税込) 162円



商品番号 **6071** 冷蔵 7日

雪印メグミルク
牛乳
<1000ml>
乳

商品価格 **278円**
(税込) 300円



商品番号 **6072** 冷蔵 10日

明治
おいしい牛乳
<900ml>
乳

商品価格 **280円**
(税込) 302円



商品番号 **6073** 冷蔵 60日

カゴメ
グリーンスムージー
<1000ml>
乳

商品価格 **498円**
(税込) 537円



商品番号 **6074** 冷蔵 7日

いかるが
淡路島牛乳
<1000ml> × 2本
乳

商品価格 **555円**
(税込) 599円



商品番号 **6075** 冷蔵 7日

らくれん
らくれん牛乳
<200ml>
乳

商品価格 **95円**
(税込) 102円



商品番号 **6076** 冷蔵 7日

明治
スルガリアのむヨーグルト
(脂肪ゼロ)
<900g>

商品価格 **260円**
(税込) 280円



商品番号 **6077** 冷蔵 7日

明治
スルガリアヨーグルトLB81
(スレーン)
<400g>

商品価格 **210円**
(税込) 226円



商品番号 **6078** 冷蔵 7日

雪印メグミルク
牧場の朝ヨーグルト
<70g × 3>

商品価格 **148円**
(税込) 159円



商品番号 **6079** 冷蔵 7日

タケヤ
3連スリン
<65g × 3> × 2P
卵・乳・ゼラチン

商品価格 **298円**
(税込) 321円



商品番号 **6080** 冷蔵 7日

タケヤ
3連コーヒゼリー
<65g × 3> × 2P
フレッシュ・乳・大豆

商品価格 **298円**
(税込) 321円



商品番号 **6081** 冷蔵 20日

雪印メグミルク
雪印コーヒー
<1000ml>

商品価格 **168円**
(税込) 181円



商品番号 **6082** 冷蔵 7日

大山乳業
白バラ牛乳
<900ml>

商品価格 **530円**
(税込) 572円



商品番号 **6083** 冷蔵 7日

大山乳業
白バラカフェオレ
<900ml>

商品価格 **550円**
(税込) 594円



商品番号 **6084** 冷蔵 7日

大山乳業
白バラ飲むヨーグルト
<180ml × 6本入>

商品価格 **980円**
(税込) 1,058円



商品番号 **6085** 冷蔵 60日

らくれん
スタミンお徳用
<65ml × 16本入>

商品価格 **350円**
(税込) 378円



商品番号 **6086** 冷蔵 12日

明治
飲む R-1 ヨーグルト
<112ml> × 12本

商品価格 **1,680円**
(税込) 1,814円



商品番号 **6087** 冷蔵 12日

明治
ブルーベリーミックス飲む R-1 ヨーグルト
<112ml> × 12本

商品価格 **1,680円**
(税込) 1,814円



商品番号 **6088** 冷蔵 12日

明治
低糖・低カロリー飲む R-1 ヨーグルト
<112ml> × 12本

商品価格 **1,680円**
(税込) 1,814円



商品番号 **6089** 冷蔵 12日

明治
飲む PA-3 ヨーグルト
<112ml> × 12本

商品価格 **1,680円**
(税込) 1,814円



商品番号 **6090** 冷蔵 14日

雪印メグミルク
MBP ドリンク (糖質オフ)
<100g> × 12本

商品価格 **1,656円**
(税込) 1,788円



商品番号 **6091** 冷蔵 7日

明治
R-1 ヨーグルト
<112g> × 6個

商品価格 **840円**
(税込) 907円



商品番号 **6092** 冷蔵 7日

明治
スロピオ LG ヨーグルト
<112g> × 6個

商品価格 **840円**
(税込) 907円



商品番号 **6093** 冷蔵 7日

明治
PA-3 ヨーグルト
<112g> × 6個

商品価格 **840円**
(税込) 907円



商品番号 **6094** 冷蔵 12日

明治 ザバスプロテイン
脂肪0 フルーツミックス
<430ml> × 1本

商品価格 **225円**
(税込) 243円



商品番号 **6095** 常温 60日

明治
ザバスプロテイン脂肪0 パナナ
<200ml> × 12本

商品価格 **1,896円**
(税込) 2,047円



「単品マーケット」 SEPARATELY MARKET

パン・米・調味料

お届け日 **7/29** (月)

商品番号 6111 常温 4日 神戸屋 匠の逸品 もちふわ食パン (4枚切) 商品価格 175円 (税込) 189円	商品番号 6112 常温 4日 神戸屋 匠の逸品 もちふわ食パン (5枚切) 商品価格 175円 (税込) 189円	商品番号 6113 常温 4日 神戸屋 匠の逸品 もちふわ食パン (6枚切) 商品価格 175円 (税込) 189円	商品番号 6114 常温 4日 神戸屋 あべぱん番長連合 (4個入) 商品価格 220円 (税込) 237円	商品番号 6115 常温 4日 神戸屋 スチハムマヨ (6個入) 商品価格 220円 (税込) 237円
商品番号 6116 常温 4日 ボローニャ ジュニアチョコ (0.75斤) 商品価格 550円 (税込) 594円	商品番号 6117 常温 4日 ボローニャ ジュニアメースル (0.75斤) 商品価格 550円 (税込) 594円	商品番号 6118 常温 4日 ボローニャ クルミデニッシュ (1.5斤) 商品価格 1,150円 (税込) 1,242円	商品番号 6119 常温 4日 ボローニャ スレーンデニッシュ (1.5斤) 商品価格 1,050円 (税込) 1,134円	商品番号 6120 常温 4日 ボローニャ スレーンデニッシュ (3斤) 商品価格 1,700円 (税込) 1,836円

人気 No.1 〈国内産・100%複数原料米〉 商品番号 02 マンマダイニング マンマ特選米 (5kg) 商品価格 1,780円 (税込) 1,922円	特別栽培米 商品番号 03 兵庫県産 但馬豊岡こしひかり (5kg) 商品価格 2,580円 (税込) 2,786円	商品番号 14 宮城県産 つや姫 (5kg) 商品価格 2,900円 (税込) 3,132円	商品番号 15 富山県産 こしひかり (5kg) 商品価格 2,480円 (税込) 2,678円	少量の2kg 商品番号 16 丹波産 ミルクークイーン (2kg) 商品価格 1,280円 (税込) 1,382円
--	---	---	---	--

商品番号 6131 三井製糖 スースン印 上白糖 (1kg) 商品価格 325円 (税込) 351円	商品番号 6132 塩事業センター 精製塩 (1kg) 商品価格 198円 (税込) 213円	商品番号 6133 ハナマルキ無添加 香り熟成こうじみそ (750g) 商品価格 458円 (税込) 494円	商品番号 6134 天眞醤油 こいくち醤油 (1800ml) 商品価格 780円 (税込) 842円	商品番号 6135 天眞醤油 ぽん酢 (1800ml) 商品価格 1,720円 (税込) 1,857円
商品番号 6136 ジェフダスラス 徳用和風だし (かつお風味) (顆粒 500gx 2) 1kg 商品価格 750円 (税込) 810円	商品番号 6137 うどん 煮物 おでん 炊き込み御飯 天つゆ そうめんつゆなど オタフク 万能だし (1800ml) 商品価格 1,050円 (税込) 1,134円	商品番号 6138 味の素 マヨネーズライトタイプ (1kg) 商品価格 580円 (税込) 626円	商品番号 6139 キッコーマン デルモンテケチャップ (1kg) 商品価格 480円 (税込) 518円	商品番号 6140 エバラ 焼肉のたれ (醤油味) (1600g) 商品価格 1,400円 (税込) 1,512円
商品番号 6141 ジェフダ サラダ油 (1500g) 商品価格 758円 (税込) 818円	商品番号 6142 日清オイリオ 香りひき立つごま油 (250g) 商品価格 498円 (税込) 537円	商品番号 6143 ミツカン カンタン酢 (1000ml) 商品価格 558円 (税込) 602円	商品番号 6144 ジェフダスラス みりん風調味料 (1800ml) 商品価格 550円 (税込) 594円	商品番号 6145 ジェフダスラス 料理酒 (1800ml) 商品価格 490円 (税込) 539円

※パッケージ等が予告無く変更する場合がございます予めご了承下さいませ。

※同日の食材セットメニュー、調理済みお弁当をご利用のお客様は、単品1個より承ります。
※単品のみご利用の場合は1週間のご利用金額(税抜1,000円)以上のご注文より承ります。



「単品マーケット」 SEPARATELY MARKET

冷凍・ストック・ドリンク

お届け日 **7/29** (月)

電子レンジで簡単！
ヘルシーおかずシリーズ



商品番号 **6161** 冷凍 60日 レンジ
ハンバーグデミグラス
293kcal 蛋白質 13.8g
脂質 14g 炭水化物 29.3g
食塩 2.5g
商品価格 **590円**
(税込) 637円

商品番号 **6162** 冷凍 60日 レンジ
鶏天おろしポン酢
275kcal 蛋白質 13.4g
脂質 23.3g 食塩 2.5g
商品価格 **590円**
(税込) 637円

商品番号 **6163** 冷凍 60日 レンジ
サーモンフライのナッツドレ
328kcal 蛋白質 11.7g
脂質 17.9g 炭水化物 29.9g
食塩 1.9g
商品価格 **590円**
(税込) 637円

商品番号 **6164** 冷凍 60日 レンジ
トマトソースのチーズハンバーグ
350kcal 蛋白質 12.8g
脂質 30.8g 炭水化物 30.8g
食塩 2.5g
商品価格 **590円**
(税込) 637円

商品番号 **6165** 冷凍 60日 レンジ
エビカツ
290kcal 蛋白質 11.7g
脂質 14g 炭水化物 30.3g
食塩 2g
商品価格 **590円**
(税込) 637円

商品番号 **6166** 冷凍 60日 レンジ
酢豚
319kcal 蛋白質 14.1g
脂質 16.2g 炭水化物 26.3g
食塩 2.5g
商品価格 **590円**
(税込) 637円

商品番号 **6167** 冷凍 60日 レンジ
さっぱりトマトのボークソテー
374kcal 蛋白質 17.8g
脂質 19.9g 炭水化物 29.4g
食塩 2.5g
商品価格 **590円**
(税込) 637円



辛南食糧 × 近畿大学農学部共同開発商品

商品番号 **6171** 常温 90日
辛南食糧
金賞健康米のごはん
(180gx 3P) × 2
商品価格 **960円**
(税込) 1,036円



辛南食糧 × 近畿大学農学部共同開発商品

商品番号 **6172** 常温 6ヶ月
辛南食糧
金賞健康米のおかゆ
(250gx 12P)
ケース
商品価格 **1,500円**
(税込) 1,620円



商品番号 **6173** 常温 1年
ニチレイ
(甘口) レストラン用ビーフカレー
(200gx 5P)
商品価格 **680円**
(税込) 734円



商品番号 **6174** 常温 1年
ニチレイ
(中辛) レストラン用ビーフカレー
(200gx 5P)
商品価格 **680円**
(税込) 734円



商品番号 **6175** 常温 30日
大丸商事
韓国のり〈お徳用〉
(8切6枚×12袋装)
商品価格 **498円**
(税込) 537円

お届け日 **7/31** (水)



商品番号 **6176** 常温 120日
日清食品
焼そば UFO
(130gx 12個)
商品価格 **2,480円**
(税込) 2,678円



商品番号 **6177** 常温 120日
日清食品
カップヌードル
(85gx 20個)
商品価格 **3,980円**
(税込) 4,298円



商品番号 **6178** 常温 120日
日清食品
シーフードヌードル
(85gx 20個)
商品価格 **3,980円**
(税込) 4,298円



商品番号 **6179** 常温 120日
日清食品
どん兵衛
(97gx 12個)
商品価格 **2,480円**
(税込) 2,678円



商品番号 **6180** 常温 1年
キョクヨー
さんま蒲焼
(100g) × 3
商品価格 **894円**
(税込) 965円

お届け日 **7/31** (水)



1本あたり
約**60円**

商品番号 **6501**
サンガリア
つぶみオレンジ
(190gx 30本)

商品価格 **3,600円**
(税込) 3,888円
商品価格 **1,800円**
(税込) 1,944円



商品番号 **6502**
コカコーラボトラーズ
ファンタグレース
(350mlx 24本)
商品価格 **2,480円**
(税込) 2,678円



商品番号 **6503**
アサヒ
ワンダ金の微糖
(185gx 30本)
商品価格 **2,670円**
(税込) 2,883円



商品番号 **6504**
コカコーラボトラーズ
コカコーラ
(350mlx 24本)
商品価格 **1,980円**
(税込) 2,138円



商品番号 **6505**
伊藤園
天然ミネラル麦茶
(2Lx 6本)
商品価格 **948円**
(税込) 1,023円



商品番号 **6506**
伊藤園
茶の間緑茶
(2Lx 6本)
商品価格 **948円**
(税込) 1,023円



商品番号 **6507**
尾鷹路
熊野古道の水(鉱水)
(2Lx 6本)
商品価格 **468円**
(税込) 505円



「単品マーケット」 SEPARATELY MARKET

日用雑貨・雑貨

お届け日 **7/29** (月)



商品番号 **6401**

花王
キュキュット
(240ml)

商品価格 **150円**
(税込) 165円



商品番号 **6402**

花王
キュキュット (詰替え)
(1380ml)

商品価格 **698円**
(税込) 767円



商品番号 **6403**

花王
液体洗濯用洗剤 (詰替え)
アタック抗菌 3X
(1.44Kg)

商品価格 **698円**
(税込) 767円



商品番号 **6404**

花王
粉末洗濯用洗剤
アタック高活性バイオ EX
(900g)

商品価格 **450円**
(税込) 495円



商品番号 **6405**

花王
ワイドハイター EX (詰替え)
(480ml) x 2

商品価格 **498円**
(税込) 547円



商品番号 **6406**

リケンファスロ
リケンラップ
(30cm x 100m)

商品価格 **298円**
(税込) 327円



商品番号 **6407**

HEIKO
アルミホイル
(30cm x 50m)

商品価格 **398円**
(税込) 437円

リニューアル!



商品番号 **6408**

丸富製紙
花束 吸水名人
使いやすい箱入キッチンペーパー
(100組 x 3P)

商品価格 **458円**
(税込) 503円



商品番号 **6409**

ハウスホールドジャパン
ポリ袋スタイルボックス
(KB-02)190 x 350 x マチ 190mm
(100枚入)

商品価格 **172円**
(税込) 189円



商品番号 **6410**

ハウスホールドジャパン
ポリ袋 (半透明) 45リットル
(KH-50)650 x 800mm
(50枚入)

商品価格 **361円**
(税込) 397円



商品番号 **6411**

nepia
Genki! パンツ
(Lサイズ (44枚入))

商品価格 **1,250円**
(税込) 1,375円



商品番号 **6412**

nepia
Genki! パンツ
(Bigサイズ (38枚入))

商品価格 **1,250円**
(税込) 1,375円



商品番号 **6413**

ライフ堂
ふんわりタッチのおしりふき
(80枚入 x 3個入)

商品価格 **298円**
(税込) 327円



商品番号 **6414**

花王
柔軟剤ハミングファイン
リフレッシュグリーンの香り (詰替え)
(480ml) x 2

商品価格 **696円**
(税込) 765円



商品番号 **6415**

花王
トイレマジックリン (詰替え)
消臭洗浄スプレー
(400ml) x 2

商品価格 **396円**
(税込) 435円



商品番号 **6416**

大王製紙
ボックスティッシュ
エリエールイーナ
(150W5P)

商品価格 **298円**
(税込) 327円



商品番号 **6417**

大王製紙
シングルトイレットペーパー
エルフォーレトイレットティッシュ
(54mx 12R)

商品価格 **498円**
(税込) 547円



商品番号 **6418**

大王製紙
ダブルトイレットペーパー
エルフォーレトイレットティッシュ
(27mx 12R)

商品価格 **498円**
(税込) 547円



商品番号 **6419**

大王製紙
エリエールイーナシングル
(100mx 12R)

商品価格 **780円**
(税込) 858円



商品番号 **6420**

大王製紙
エリエールイーナダブル
(50mx 12R)

商品価格 **780円**
(税込) 858円

通常ロールの2倍巻なので大変お得!!
ロール交換も半分でOK!

お届け日 **7/31** (水)

お鍋にポンと入れるだけ! 水なし簡単・便利!



うす家
さぬき小豆島の

手延べうどん



商品番号 **6451**

うす家 牛肉うどん
(510g x 2食入)
小麦・大豆・牛肉・ごま・ゼラチン

冷凍 商品価格 **750円**
(税込) 810円



商品番号 **6452**

うす家 天ぷらうどん
(565g x 2食入)
えび・小麦・乳・大豆・ゼラチン

冷凍 商品価格 **850円**
(税込) 918円



商品番号 **6453**

うす家 子きつねうどん
(520g x 2食入)
小麦・大豆・卵・ごま・ゼラチン

冷凍 商品価格 **750円**
(税込) 810円



商品番号 **6454**

うす家 カレーうどん
(510g x 2食入)
小麦・大豆・牛肉・ごま・ゼラチン

冷凍 商品価格 **750円**
(税込) 810円



商品番号 **6455**

うす家 天ぷらそば
(500g x 2食入)
そば・小麦・大豆・卵・えび・ごま・ゼラチン

冷凍 商品価格 **850円**
(税込) 918円

※パッケージ等が予告無く変更する場合がございます予めご了承下さいませ。

※同日の食材セットメニュー、調理済みお弁当をご利用のお客様は、単品1個より承ります。
※単品のみのご利用の場合は1週間のご利用金額(税抜1,000円)以上のご注文より承ります。

「マンマセレクション」 MANMA SELECTION



ご注文は、お電話 FAX 申込書 にて承ります。

※同日の食材セットメニュー、調理済みお弁当をご利用のお客様は、単品1個より承ります。
※単品のみのご利用の場合は1週間のご利用金額(税抜1,000円)以上のご注文より承ります。

ご注文番号は枠内4ケタ
0000をご確認ください。

お届け日
8/2 金

大ヒット商品!

ちょっと太目で
コシの強さと
のどごしの良さが
自慢の麺です。

夏季限定

匠の技でつくられた
太めでコシの強い
半田手延素麺ならではの
風味と歯ごたえを
お楽しみください。

商品
番号 2191

半田手延素麺
1箱〈100g×6束〉

常温 2年	アレルギー物質	卵	乳	小麦	大豆	ゼラチン	豚肉	かに
				●				

1箱
約6人前
乾麺
商品
価格 1,050円
(税込) 1,134円

ロング
ヒット商品

生姜が濃厚!!
食べたら
ドリップになる!!

たっぷりの生姜砂糖をつけた
甘辛いおせんべいです!

手作り

商品
番号 2192

高知県産搾りたて生姜使用

2袋

生姜せんべい
1箱〈160g×2袋〉

常温 120日	アレルギー物質	小麦	卵	ごま	大豆	鶏肉	豚肉	かに
		●	●					

商品
価格 1,100円
(税込) 1,188円

本当に美味しい逸品を
今回だけの 特価 でご用意!

長野県産の青大豆ときくらげを
信州産丸大豆醤油と三温糖で
味わい深く仕上げました。

信州産
国産椎茸入り

商品
番号 2193

青大豆とコリコリきくらげの旨煮
1セット〈120g×2袋〉

常温 180日	アレルギー物質	卵	乳	小麦	大豆	ゼラチン	豚肉	かに
				●				

商品
価格 1,000円
(税込) 1,080円

大分県産のがぼすの皮も
自家製蜜で炊き上げた
爽やかな柑橘の薫りが
広がるお菓子です。

大分県産

商品
番号 2194

新商品

1袋
100g

かぼすグラッセ
1袋〈100g〉

常温 120日

商品
価格 825円
(税込) 891円

ノンカフェイン

水出しでヒンヤリおいしい!

国産

商品
番号 2195

ごぼう茶
1袋〈30包〉

無漂白
ティーバッグ使用

30包

商品
価格 1,450円
(税込) 1,566円

青森県産ホワイト六片種使用

フルーツ感覚で
胃にもやさしい/
食べやすい

商品
番号 2196

熟成黒にんにく
1パック〈100g〉

常温 365日

商品
価格 1,100円
(税込) 1,188円

食卓をもっと笑顔で元気に!

fine meal
ファインミール



愛彩御膳
あいさいごぜん

ごはん
付き



愛彩華
あいさいはな

おかず
のみ

手作り! まごころ! 栄養バランス!

日替わり弁当

配送エリア限定

※献立内容は別チラシでご確認下さい。