

2024 12/30 ~ 2025 1/5  
vol.501-2



※今回、早目の締切になっております。ご協力の程よろしくお願い致します。

この号のご注文は **12月16日** までに  
お願いします。

メニュー日	12/30 月	12/31 火	1/1 水	1/2 木	1/3 金	1/4 土	1/5 日
お届け日	月・火・水 木・金・土・日 7日分のお届け	12/31(火)~1/5(日)の期間は冬季休業となります。					

**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

今週の  
**めっちゃうまいやん**

お届け日  
**12/30**月



**4181** あらたま

# 紅白あん餅

《(白・つぶあん) 4個 / (紅・こしあん) 4個》

常温 大豆  
1月4日

商品価格 **980** 円  
(税込) 1,058 円

今回のおすすめ  
**ミールキット!**

**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。



大阪王将 点心鍋

**4182** あらたま

# 紅白あん餅

《(白・つぶあん) 4個 / (紅・こしあん) 4個》

常温 商品価格 ~~1,960~~ 円  
1月4日 (税込) 2,116 円

**x2P** 商品価格 **1,850** 円  
(税込) 1,998 円



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	41275	6,990円 (税込 7,545円)	41276	8,388円 (税込 9,054円)	41277	9,786円 (税込 10,563円)
3マンマ	41375	10,260円 (税込 11,080円)	41376	12,312円 (税込 13,296円)	41377	14,364円 (税込 15,512円)
4マンマ	41475	13,380円 (税込 14,450円)	41476	16,056円 (税込 17,340円)	41477	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、ちっこいおかの食材の一部がグレードアップします。

プラスもったべたいんやは、単品だけでもご注文頂けます。

※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。



普通のお鍋に飽きたら  
**点心鍋!!**  
こだわり抜いた特製スープ付

## 大阪王将点心鍋

15分 557kcal

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
点心鍋セット	●	●				●	

餃子・焼売・小籠包・水餃子  
4つの点心を堪能しよう!!

曜日	月	火	人数	単品価格
商品番号	4129	4229	2マンマ	1,598円 (税込 1,725円)
	4139	4239	3マンマ	2,352円 (税込 2,540円)
	4149	4249	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

### ●大阪王将点心鍋

4種の点心 (餃子・焼売  
小籠包・えび水餃子)

特製スープ

豚バラスライス (国産)

白菜

白ねぎ

椎茸

人参

水

各2個

各3個

各4個

お好みに切る

ザク切り

斜め切り

お好みに切る

お好みに切る

お好みに切る

80

120

160g

1/6

1/6

1/8玉

1/2

1/2

1本

2

3

4枚

小1

小1

小1本

650cc

1300cc

1300cc

① 鍋に水、特製スープを入れて煮立て、豚肉、人参、椎茸、白ねぎ、白菜を加えて煮、4種の点心の具も加えて煮ます。



みには玉子を入れて雑炊に、チーズをのせてリゾットも美味しい♡



ラーメンも合うよ!

# 12/30 (月)

お届け日 **12/30 (月)**

## しっとりやわらか塩麹ポーク

かぼちゃの黒ごま和え・若鶏とほうれん草のスープ

20分 435kcal



ちっこいおかん

しっとりやわらかなポークが  
ご飯によく合う！  
忙しい晩ご飯におすすめ♪

商品名	商品番号	人数	単品価格
ちっこいおかん	4127	2マンマ	1,598円 <small>(税込 1,725円)</small>
	4137	3マンマ	2,352円 <small>(税込 2,540円)</small>
	4147	4マンマ	3,076円 <small>(税込 3,322円)</small>

### フラスもっとたべたいんや



そのまま食べても、  
いろいろな料理にトッピング！



商品番号 **4117** 冷蔵 3日

カネテツ  
ほぼカニ  
1P

卵・えび・かに・小麦・大豆



商品価格 **298円**  
(税込) 321円

食べやすいように皮をむいています  
温めるとより一層美味しい！



商品番号 **4118** 常温 180日

笑顔  
むき甘栗  
〈60g〉×2P



商品価格 **298円**  
(税込) 321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
<b>●しっとりやわらか塩麹ポーク</b> 豚ローススライス (国産) 塩麹タレ漬け 水菜 和風ドレッシング	200 1	300 1	400g 2P	ザク切り	① フライパンに油を熱し、豚肉を焦がさない様に焼き、水菜と一緒に皿に盛ります。
<b>●かぼちゃの黒ごま和え</b> かぼちゃ 黒ごま 砂糖 しょうゆ	1/8 1 大1/2 大2/3	1/6 1 大2/3 大1	1/4 1P 大1 大1 1/3	お好みに切って、電子レンジ加熱(500W約3分) ①合わせておく	① かぼちゃに黒ごまをふり、①を加えてあえます。
<b>●若鶏とほうれん草のスープ</b> 鶏もも肉角切り (10gカット) ほうれん草 (冷凍) ホールコーン ブイヨン 水 ブイヨン 塩 しょうゆ	40 40 20 1 400cc 1 少々 少々	60 60 30 2 600cc 1 1/2 少々 少々	80g 80g 40g 2個 800cc 2個 少々 少々	サッと熱湯でゆでる ②	① 鍋に水、ブイヨン、ほうれん草、コーンを煮立て、鶏もも肉を加えてアクを取り、ほうれん草、コーンを加えてさっと煮、②で調味します。

今日のお買い物メモ 和風ドレッシング、砂糖、しょうゆ、塩

# 12/31

(火)

## 年越しそば・うどん

五目釜めし

30分 566kcal

お届け日 **12/30**(月)

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
五目釜めしの素	●						
たぬきそば	●			●			
きつねうどん	●						



ちっこいおかん

おそばが苦手な方は  
うどんでも年越し!

電子レンジ  
500W  
4分30秒

OK!

年越しはまんまのおそばを  
電子レンジで簡単便利!

電子レンジ  
500W  
4分30秒

OK!

おそばにするうどんにする?  
どちらでも選べる  
嬉しいセット!  
レンジで簡単らくらく!

商品名	商品番号	人数	単品価格
ちっこいおかん	4227	2マンマ	1,598円 <small>(税込 1,725円)</small>
	4237	3マンマ	2,352円 <small>(税込 2,540円)</small>
	4247	4マンマ	3,076円 <small>(税込 3,322円)</small>

### フラスもっとたべたいんや



夕食に1品フラス!



商品番号 **4217** 冷蔵12日

ヤマト食品  
海鮮茶碗蒸し  
国内産かに入  
り  
<2P> [卵・鶏肉・えび]

商品価格 **596円**  
(税込) 643円



夕食の一品に大粒餃子を  
もちもち皮がたまらない!

商品番号 **4218** 冷蔵6日

ドリームフーズ  
デカ盛り! 黒豚入りぎょうざ  
<35g×14>

商品価格 **428円**  
(税込) 462円

乳・小麦・大豆・豚肉・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
●年越しそば たぬきそば・きつねうどん	2	3	4P		<ol style="list-style-type: none"> <li>フタを開け、内容物を取り出します。</li> <li>つゆ、めん、具材を容器に移し、フタを閉じ、電子レンジ500Wで約4分30秒加熱し、お好みで薬味(ねぎ、七味)を入れます。</li> </ol>
●五目釜めし 五目釜めしの素 米	1 2合	1 3合	1P 3合		<ol style="list-style-type: none"> <li>お米は通常の水加減にします。</li> <li>五目釜めしの素を入れたら軽くかき混ぜ、すぐに炊飯します。</li> </ol>

今日のお買い物メモ 米

1/1 (水)

# 迎春すき焼き

お届け日 **12/30**(月)

◇ 25分 438cal



おせちにあきたら  
まんまのすき焼きを

謹賀新年

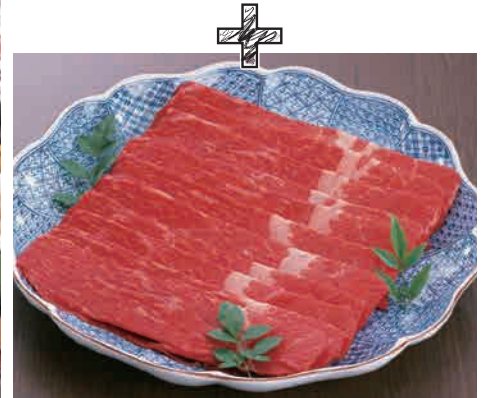
グレードアップ  
**GRADE UP**  
金のおかん

国産  
牛肩ローススライス

ちっこいおかんの肉を  
国産牛に  
変更出来るよ!

商品名	商品番号	人数	単品価格
ちっこいおかん	4327	2マンマ	1,598円 (税込 1,725円)
	4337	3マンマ	2,352円 (税込 2,540円)
	4347	4マンマ	3,076円 (税込 3,322円)
金のおかん	4328	2マンマ	2,400円 (税込 2,592円)
	4338	3マンマ	3,600円 (税込 3,888円)
	4348	4マンマ	4,800円 (税込 5,184円)

## スラスもってたべたいんや



商品番号 **4317** 冷凍 50日

国産  
牛肩ローススライス  
<150g>

商品価格 **850円**  
(税込) 918円



商品番号 **4318** 冷凍 50日

国産  
黒毛和牛肩ローススライス  
<150g>

商品価格 **2,450円**  
(税込) 2,646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

●すき焼き

材料	2マンマ	3マンマ	4マンマ	下ごしらえ
牛肩ローススライス (豪州産)	160	240	320g	お好みに切る
焼豆腐	1/2	1	1丁	角切り
糸こんにゃく	100	200	200g	食べやすく切る
白菜	1/6	1/8	1/8玉	ザク切り
玉ねぎ	小1	大1	大1個	くし形切り
うどん	1	2	2玉	
水	50cc	75cc	100cc	
砂糖	大4	大6	大8	
しょうゆ	70cc	105cc	140cc	①
酒	大2	大3	大4	
サラダ油				

① 鍋に油を熱し、牛肉を炒め、白菜、玉ねぎ、糸こんにゃくを加えて炒め、①で煮、焼豆腐、うどんを加えて煮ます。

# 1/2 (木)

お届け日 **12/30**(月)

## 筑前煮

インゲンのマヨネーズ和え・味噌汁

25分 314kcal



## フラスもっとたべたいんや



商品番号 **4417** 冷蔵 30日  
 大阪王将 炒めチャーハン (2P)  
 小麦・卵・大豆・豚肉 商品価格 **590円**  
(税込) 637円



袋のまま熱湯で5分程度温めていただくかフライパン、トースターで温めてお召し上がり下さい。  
 商品番号 **4418** 冷蔵 30日  
 村田蒲鉾 ふぐ天 (真空) (3枚)  
 卵 商品価格 **358円**  
(税込) 386円

煮物ミックスで作る  
 簡単レシピ!  
 ササッと作って  
 美味しい煮物を

商品名	商品番号	人数	単品価格
ちっこいおかん	<b>4427</b>	2マンマ	1,598円 (税込 1,725円)
	<b>4437</b>	3マンマ	2,352円 (税込 2,540円)
	<b>4447</b>	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
<b>●筑前煮</b> 鶏もも肉角切り (国産) 100g 和風煮物ミックス 200g こんにゃく 120g だし汁 220cc 砂糖・酒・みりん 各大1½ しょうゆ 大3	150g 300g 250g 330cc 各大2¼ 各大4½	200g 400g 250g 440cc 各大3 大6	① ②	お好みに切る 一口大に切って下ゆでする	① 鍋に油を熱して鶏肉、こんにゃくを炒めます。 ② ①に和風煮物ミックスと②を加えて煮込みます。
<b>●いんげんのマヨネーズ和え</b> インゲン 120g 塩 大2 小2 マヨネーズ 大3 小3 酢 大4 小4 しょうゆ 大1 小1	180g 大3 小3 大4 小4	240g 大4 小4 大1 小1	③	塩を加えた熱湯でゆで、お好みに切る	① インゲンを③で和えます。
<b>●味噌汁</b> ごぼう 1/3 人参 小1 だし汁 400cc 味噌 大2	1/3 小1 600cc 大3	1/2本 小2本 800cc 大4	短冊切り	① 鍋にだし汁、ごぼう、人参を加えて煮、味噌を溶き入れます。	

今日のお買い物メモ **だしの素・砂糖・酒・みりん・しょうゆ・マヨネーズ・酢・味噌**

# 1/3 (金)

お届け日 **12/30**(月)

## すき家の牛丼

コロッケ・味噌汁

25分 533kcal



おせちに飽きたら  
すき家の牛丼!  
みんなで食べると  
美味しい♡

商品名	商品番号	人数	単品価格
ちっこいおかん	4527	2マンマ	1,598円 (税込 1,725円)
	4537	3マンマ	2,352円 (税込 2,540円)
	4547	4マンマ	3,076円 (税込 3,322円)

### フラスもっとたべたいんや



商品番号 **4517** 冷蔵 10日

カネハツ  
黒ごま根菜サラダ  
<65g> × 2P

小麦・卵・大豆・りんご・ごま

商品価格

**300円**  
(税込) 324円



商品番号 **4518** 冷蔵 30日

カネハツ  
野菜の炊き合わせ  
<340g>

小麦・大豆

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

#### ●すき家の牛丼

すき家の牛丼

2 3 4P

① 牛丼の具は凍ったまま、開けずに蒸気口のある面を必ず上にし、耐熱皿にのせて電子レンジ500W約4分加熱します。

② 湯煎の場合：凍ったまま沸騰したお湯に入れ、約6分温めます。

#### ●コロッケ

コロッケ

2 3 4個

① コロッケは凍ったまま、約170℃の油で約3~4分焦がさない様に揚げます。

#### ●味噌汁

カットわかめ  
だし汁  
味噌

適量  
200cc  
大2

適量  
300cc  
大3

適量  
400cc  
大4

① 鍋にだし汁、わかめを加えて煮、味噌を溶き入れます。

# 1/4 (土)

お届け日 **12/30**(月)

## ちゃんぽん

えび海鮮餃子・春巻き  
20分 736kcal

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
ちゃんぽん	●	●	●				
えび海鮮餃子	●	●	●				
五目野菜春巻	●						



今日ほあったかちゃんぽん! 簡単メニューを

商品名	商品番号	人数	単品価格
ちっこいおかん	4627	2マンマ	1,598円 (税込 1,725円)
	4637	3マンマ	2,352円 (税込 2,540円)
	4647	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 **4617** 冷蔵 60日

具付チャンポン 1P  
小麦・乳・卵

商品価格 **298円**  
(税込) 321円



商品番号 **4618** 冷蔵 10日

カネハツ いわし生姜煮 <125g>  
小麦・大豆

商品価格 **358円**  
(税込) 386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

<p>● <b>ちゃんぽん</b> チャンポンセット (具付麺・スープ)</p>	2	3	4P		<p>① 鍋に水(1人当たり約270cc)と添付のスープを入れ、沸騰したら冷凍麺の具材を上にして入れます。 ② 麺をほぐしながら、沸騰するまで2~3分加熱します。</p>
<p>● <b>えび海鮮餃子</b> えび海鮮餃子</p>	4	6	8個		<p>① えび海鮮餃子は凍ったまま、蒸し器で約8分蒸します。</p>
<p>● <b>春巻き</b> 五目野菜春巻</p>	4	6	8個		<p>① 春巻きは凍ったまま、170℃の油で4~5分揚げます。</p>

今日のお買い物メモ



# 1/5 (日)

## カレーライス

### 豆のサラダ

15分 441kcal

お届け日 **12/30**(月)



商品名	商品番号	人数	単品価格
ちっこいおかん	4727	2マンマ	1,598円 <small>(税込 1,725円)</small>
	4753	3マンマ	2,352円 <small>(税込 2,540円)</small>
	4747	4マンマ	3,076円 <small>(税込 3,322円)</small>

おうちでホテルカレーを  
楽しめるメニュー  
みんな大好きなカレーの日

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
ホテルカレー							
豆と野菜のサラダ							

### フラスもっとたべたいんや



商品番号 **4717** 冷蔵 60日

大阪王将  
若鶏のから揚げ  
(300g)

乳・小麦  
鶏肉・大豆

商品価格 **780円**  
(税込) 842円



商品番号 **4718** 冷蔵 15日

蒲一  
いかいっぱい  
(2個入)

卵

商品価格 **498円**  
(税込) 537円

厳選した白身魚に、  
新鮮な粗びきいかとフレッシュな  
玉ネギをブレンドした天ぷらです。

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

● **カレーライス**

ホテルカレー  
(中辛)

2 3 4P

① カレーライスは

● **豆のサラダ**

豆と野菜のサラダ

1 2 2P

① サラダを器に盛ります。



# 「単品マーケット」 SEPARATELY MARKET

肉・ハム・ソーセージ・水産

お届け日 **12/30** (月)

**特価!!**



商品番号 **8001** 冷凍10日  
鹿児島県産  
茶美豚切り落とし  
(200g)

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



商品番号 **8002** 冷凍10日  
国産  
黒毛和牛サーロインステーキ  
(150g×1枚)

商品価格 **1,598円**  
(税込) 1,725円



商品番号 **8003** 冷凍10日  
国産  
鶏ささみ  
(5本入)

商品価格 **398円**  
(税込) 429円



商品番号 **8004** 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 **8005** 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 **8006** 冷凍10日  
国産  
豚ローステキカツ味噌漬  
(80g×4枚)

商品価格 **760円**  
(税込) 820円



商品番号 **8007** 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 **8011** 冷蔵20日  
伊藤ハム  
マジウインナー  
(216g) 標準24本入  
卵・乳成分・豚肉・鶏肉・大豆

商品価格 ~~398円~~ (税込) 429円  
商品価格 **358円**  
(税込) 386円



商品番号 **8012** 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 **8013** 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 **8014** 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 **8015** 冷蔵20日  
伊藤ハム 朝のフレッシュ  
ロースハム  
(37g×3連)

商品価格 **348円**  
(税込) 375円



商品番号 **8016** 冷蔵20日  
伊藤ハム 朝のフレッシュ  
ハーフベーコン  
(34g×3連)

商品価格 **348円**  
(税込) 375円



商品番号 **8017** 冷蔵20日  
伊藤ハム  
チーズイン  
(71g×2P)

商品価格 **398円**  
(税込) 429円



商品番号 **8021** 冷蔵10日  
久保水産  
しまあじみりん干  
(8尾)

商品価格 ~~324円~~ (税込) 349円  
商品価格 **298円**  
(税込) 321円



商品番号 **8022** 冷凍10日  
チリ産他  
銀鮭(無塩)  
(60g×2切)

商品価格 **498円**  
(税込) 537円



商品番号 **8023** 冷凍10日  
ノルウェー産他  
サバフィーレ  
(90g×2枚)

商品価格 **398円**  
(税込) 429円



商品番号 **8024** 冷凍10日  
アラスカ産他  
カラスガレイ切身  
(70g×3切)

商品価格 **798円**  
(税込) 861円



商品番号 **8025** 冷凍10日  
ノルウェー産他  
ししゃも  
(150g)

商品価格 **298円**  
(税込) 321円



商品番号 **8026** 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 **8027** 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・こんにやく・練り物

お届け日 **12/30** (月)



太陽と海の恵をいっぱい浴びたみかん  
甘みと酸味の絶妙なバランス。

商品番号 **8031**  
和歌山県産他  
みかん  
(S~M) 600g

商品価格 ~~760円~~ (税込) 820円  
商品価格 **698円** (税込) 753円



商品番号 **8032**  
大阪府産他  
小松菜  
(約 150g)

商品価格 **198円** (税込) 213円



商品番号 **8033**  
兵庫県産他  
玉ねぎ  
M (500g)

商品価格 **298円** (税込) 321円



商品番号 **8034**  
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 **8035**  
徳島県産他  
なすび  
(5本入)

商品価格 **358円** (税込) 386円



商品番号 **8036**  
愛媛県産他  
キウイ (グリーン)  
(3玉)

商品価格 **398円** (税込) 429円



商品番号 **8037**  
フィリピン産他  
バナナ  
(3~5本)

商品価格 **248円** (税込) 267円



便利さ、おいしさが口コミで広まり大人気商品に。  
特許製法により、大豆の旨みだけを凝縮。  
濃厚なコクを味わえます。

賞味期限がなが〜い。  
うま〜い。  
ストックお豆腐

商品番号 **8041** 冷蔵 6ヶ月  
森永  
絹こしとうふ  
(250gx 12丁入)  
大豆

商品価格 **1,950円** (税込) 2,106円



商品番号 **8042** 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 **8043** 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 **8044** 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 **8045** 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 **8046** 冷蔵 30日  
山大  
板こんにやく  
(250g)

商品価格 **100円** (税込) 108円



商品番号 **8047** 冷蔵 30日  
山大  
糸こんにやく  
(200g)

商品価格 **100円** (税込) 108円



まるで本物のタラバカニのような  
食感と風味を再現した一口サイズの  
カニ風味かまぼこです。

商品番号 **8051** 冷蔵 20日  
カネテツ  
ほぼタラバ  
(6個)  
小麦・卵・大豆

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



商品番号 **8052** 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 **8053** 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 **8054** 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 **8055** 冷蔵 6日  
ミツカン  
なっとういち超小粒  
(45gx 3段)

商品価格 **100円** (税込) 108円



商品番号 **8056** 冷蔵 6日  
ミツカン 金のつぶ  
国産ひきわりなっとう  
(40gx 3段)

商品価格 **105円** (税込) 113円



商品番号 **8057** 冷蔵 5日  
タカノフーズ  
しそ海苔納豆  
(40gx 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。



# 「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 **12/30** (月)



商品番号 **8061** 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 **8062** 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 **8063** 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 **8064** 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 **8065** 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 **8071** 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 **8072** 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 **8073** 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 **8074** 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 **8075** 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 **8076** 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 **8077** 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 **8078** 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 **8079** 冷蔵 7日

タケヤ  
3連スリン  
(65g × 3)  
卵・乳・ゼラチン

商品価格 **149**円  
(税込) 160円



商品番号 **8080** 冷蔵 7日

タケヤ  
3連コーヒゼリー  
(65g × 3)  
フレッシュ: 乳・大豆

商品価格 **149**円  
(税込) 160円



商品番号 **8081** 冷蔵 6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 **8082** 冷蔵 7日

大山乳業  
白パラ牛乳  
(900ml)

商品価格 **530**円  
(税込) 572円



商品番号 **8083** 冷蔵 7日

大山乳業  
白パラカフェオレ  
(900ml)

商品価格 **550**円  
(税込) 594円



商品番号 **8084** 冷蔵 9日

大山乳業  
白パラ飲むヨーグルト  
(180ml × 6本入)

商品価格 **980**円  
(税込) 1,058円



商品番号 **8085** 冷蔵 10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 **8086** 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 **8087** 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 **8088** 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 **8089** 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 **8090** 冷蔵 14日

雪印メグミルク  
MBP ドリンク (糖類オフ)  
(100g) × 12本

商品価格 **1,656**円  
(税込) 1,788円



商品番号 **8091** 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 **8092** 冷蔵 7日

明治  
スロビオ LG ヨーグルト  
(112g) × 6個

商品価格 **840**円  
(税込) 907円



商品番号 **8093** 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 **8094** 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 **8095** 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 **12/30** (月)



商品番号 **8111** 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 **8112** 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 **8113** 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 **8114** 常温  
4日

神戸屋  
あげぱん番長連合  
(4個入)

商品価格 **220円**  
(税込) 237円



商品番号 **8115** 常温  
4日

神戸屋  
フチハムマヨ  
(6個入)

商品価格 **220円**  
(税込) 237円



商品番号 **8116** 常温  
4日

Bo-LoGNE  
ポロニーヤ  
ジュニアメープル  
(0.75斤)

商品価格 **550円**  
(税込) 594円



商品番号 **8117** 常温  
4日

Bo-LoGNE  
ポロニーヤ  
ジュニアチョコ  
(0.75斤)

商品価格 **550円**  
(税込) 594円



商品番号 **8118** 常温  
4日

Bo-LoGNE  
ポロニーヤ  
くるみデニッシュ  
(1.5斤)

商品価格 **1,150円**  
(税込) 1,242円



商品番号 **8119** 常温  
4日

Bo-LoGNE  
ポロニーヤ  
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 **8120** 常温  
4日

Bo-LoGNE  
ポロニーヤ  
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 **2,750円**  
(税込) 2,970円



商品番号 **07**

新潟県産  
朱鷺と暮らす郷  
(5kg)

商品価格 **3,580円**  
(税込) 3,866円



商品番号 **08**

新潟県産  
魚沼産こしひかり  
(5kg)

商品価格 **3,980円**  
(税込) 4,298円



商品番号 **11**

無洗米こしひかり  
(5kg)

商品価格 **3,450円**  
(税込) 3,726円



商品番号 **16**

少量の2kg  
丹波産  
ミルクキーン  
(2kg)

商品価格 **1,580円**  
(税込) 1,706円



商品番号 **8131**

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 **8132**

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 **8133**

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 **8134**

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 **8135**

天眞醤油  
ほん酢  
(1800ml)

商品価格 **1,720円**  
(税込) 1,857円



商品番号 **8136**

ジェフダスラス  
徳用和風だし (かつお風味)  
(顆粒 500g x 2)  
1kg

商品価格 **750円**  
(税込) 810円



商品番号 **8137**

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 **8138**

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 **8139**

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 **8140**

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 **8141**

ジェフダ  
サラダ油  
(1500g)

商品価格 **758円**  
(税込) 818円



商品番号 **8142**

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 **8143**

ミツカン  
カンタン酢  
(1000ml)

商品価格 **558円**  
(税込) 602円



商品番号 **8144**

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 **8145**

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。



# 「単品マーケット」 SEPARATELY MARKET

冷凍・ストック・ドリンク

お届け日 **12/30**(月)

電子レンジで簡単！  
ヘルシーおかずシリーズ



商品番号 **8161** 冷凍 60日 レンジ

酢豚

319kcal 蛋白質 14.1g  
脂質 16.2g 炭水化物 28.3g  
食塩 2.5g

商品価格 **650円**  
(税込) 702円



商品番号 **8162** 冷凍 60日 レンジ

エビカツ

290kcal 蛋白質 11.7g  
脂質 14g 炭水化物 30.5g  
食塩 2.9g

商品価格 **650円**  
(税込) 702円



商品番号 **8163** 冷凍 60日 レンジ

サーモンフライのナツドリ

328kcal 蛋白質 11.7g  
脂質 17.9g 炭水化物 29.9g  
食塩 1.9g

商品価格 **650円**  
(税込) 702円



商品番号 **8164** 冷凍 60日 レンジ

トマトソースのチーズハンバーグ

310kcal 蛋白質 14.7g  
脂質 12.8g 炭水化物 33.4g  
食塩 2.3g

商品価格 **650円**  
(税込) 702円



商品番号 **8165** 冷凍 60日 レンジ

和風カツの卵とじ

275kcal 蛋白質 13.4g  
脂質 14g 炭水化物 23.3g  
食塩 2.6g

商品価格 **650円**  
(税込) 702円



商品番号 **8166** 冷凍 60日 レンジ

鶏のから揚げ

423kcal 蛋白質 14.8g  
脂質 24.8g 炭水化物 34.5g  
食塩 2.5g

商品価格 **650円**  
(税込) 702円



商品番号 **8167** 冷凍 60日 レンジ

広東風かに玉

267kcal 蛋白質 20.9g  
脂質 16.2g 炭水化物 20.9g  
食塩 2.3g

商品価格 **650円**  
(税込) 702円



無菌パック

幸南食糧 × 近畿大学農学部共同開発商品

商品番号 **8171** 常温 90日

幸南食糧  
金賞健康米のごはん

〈180g×3P〉×2

商品価格 **960円**  
(税込) 1,036円



商品番号 **8172** 常温 3ヶ月

アマノフーズ

にゆうめん (とろみ醤油・ましまし柚子  
まろやか鶏だし・五種の野菜)

〈4種×各1袋〉

商品価格 **1,150円**  
(税込) 1,242円



商品番号 **8173** 常温 3ヶ月

アマノフーズ

海鮮雑炊 (かに・さけ  
たらこ・貝柱)

〈4種×各1袋〉

商品価格 **1,150円**  
(税込) 1,242円



商品番号 **8174** 常温 1年

ニチレイ  
(甘口) レストラン用ビーフカレー

〈200g×5P〉

商品価格 **680円**  
(税込) 734円



商品番号 **8175** 常温 1年

ニチレイ  
(中辛) レストラン用ビーフカレー

〈200g×5P〉

商品価格 **680円**  
(税込) 734円

お届け日 **12/30**(月)



商品番号 **8176** 常温 120日

日清食品  
焼そば UFO

〈130g×12個〉

商品価格 **2,480円**  
(税込) 2,678円



商品番号 **8177** 常温 120日

日清食品  
カップヌードル

〈85g×20個〉

商品価格 **3,980円**  
(税込) 4,298円



商品番号 **8178** 常温 120日

日清食品  
シーフードヌードル

〈85g×20個〉

商品価格 **3,980円**  
(税込) 4,298円



商品番号 **8179** 常温 120日

日清食品  
どん兵衛

〈97g×12個〉

商品価格 **2,480円**  
(税込) 2,678円



商品番号 **8180** 常温 120日

大丸商事  
韓国のお徳用

〈8切6枚×12袋詰〉

商品価格 **498円**  
(税込) 537円

お届け日 **12/30**(月)



水出しでもお湯出しでも ok  
香ばしいむぎ茶をどうぞ。

商品番号 **8501**

伊藤園  
香り薫るむぎ茶 ティーバック  
(54袋)

商品価格 **198円**  
(税込) 218円



商品番号 **8502**

サンガリア  
おいしいトマト 100%

〈190g×30本〉

商品価格 **1,800円**  
(税込) 1,944円



商品番号 **8503**

アサヒ  
ワンダ金の微糖

〈185g×30本〉

商品価格 **2,670円**  
(税込) 2,883円



商品番号 **8504**

コカコーラボトラーズ  
コカコーラ

〈350ml×24本〉

商品価格 **1,980円**  
(税込) 2,138円



商品番号 **8505**

伊藤園  
天然ミネラル麦茶

〈2L×6本〉

商品価格 **948円**  
(税込) 1,023円



商品番号 **8506**

伊藤園  
茶の間緑茶

〈2L×6本〉

商品価格 **948円**  
(税込) 1,023円



商品番号 **8507**

尾路路  
熊野古道の水 (鉱水)

〈2L×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 **12/30** (月)

商品番号 **8401**  
花王  
キュキュット  
(240ml)  
商品価格 **150円**  
(税込) 165円

商品番号 **8402**  
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 **8403**  
花王  
液体洗濯用洗剤 (詰替え)  
アタック抗菌 EX  
(1590g)  
商品価格 **798円**  
(税込) 877円

商品番号 **8404**  
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 **8405**  
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 **8406**  
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 **8407**  
HEIKO  
アルミホイル  
(30cm x 50m)  
商品価格 **398円**  
(税込) 437円

商品番号 **8408**  
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 **8409**  
ハウスホールドジャパン  
ポリ袋スタイルボックス  
(KB-02)190x 350x マチ 190mm  
(100枚入)  
商品価格 **172円**  
(税込) 189円

商品番号 **8410**  
ハウスホールドジャパン  
ポリ袋 (半透明) 45リットル  
(KH-54)650x 800mm  
(50枚入)  
商品価格 **361円**  
(税込) 397円

商品番号 **8411**  
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 **8412**  
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 **8413**  
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 **8414**  
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 **8415**  
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 **8416**  
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 **8417**  
大王製紙  
シングルトイレトペーパー  
エルフォーレトイレトティッシュ  
(54枚 x 12R)  
商品価格 **498円**  
(税込) 547円

商品番号 **8418**  
大王製紙  
ダブルトイレトペーパー  
エルフォーレトイレトティッシュ  
(27枚 x 12R)  
商品価格 **498円**  
(税込) 547円

商品番号 **8419**  
大王製紙  
エリエールイーナシングル  
(100枚 x 12R)  
商品価格 **780円**  
(税込) 858円

商品番号 **8420**  
大王製紙  
エリエールイーナダブル  
(50枚 x 12R)  
商品価格 **780円**  
(税込) 858円

お届け日 **12/30** (月)

華味鳥の肉質は程よい歯ごたえがあり、  
鶏特有のにおいを抑えているので、お肉の味が  
博多、中州に本店を構え、大阪、東京にも  
店舗展開する「水たき料理 華味鳥」の冷たい  
スープと素材をご家庭でお楽しみいただけます。



今夜は、温か〜いお鍋。



商品番号 **8451**  
**水たき** (水たき濃縮スープ・華味鳥切り身・華味鳥つくね・ちゃんぽん麺)  
(2~3人前)  
商品価格 **1,780円**  
(税込) 1,922円  
冷凍 60日

商品番号 **8452**  
**もつ鍋** (もつ鍋濃縮スープ・牛小腸・華味鳥つくね・ちゃんぽん麺・にんにくスライス・唐辛子)  
(2~3人前)  
商品価格 **1,980円**  
(税込) 2,138円  
冷凍 60日

商品番号 **8453**  
**赤から鍋セット** (赤から濃縮スープ・牛小腸・華味鳥つくね・ちゃんぽん麺)  
(2~3人前)  
商品価格 **1,850円**  
(税込) 1,998円  
冷凍 60日

※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。 **15**

# 「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。




**×30本**

1本あたり **80円**

商品番号 **4191** サンガリア

つづみオレンジ  
(190g×30本)

商品価格 **2,400円**  
(税込) 2,592円

商品価格 ~~3,600円~~  
(税込) 3,888円



**×30本**

1本あたり **60円**

商品番号 **4192** サンガリア

ラムネ  
(190g×30本)

商品価格 **1,800円**  
(税込) 1,944円

商品価格 ~~3,600円~~  
(税込) 3,888円



**×30本**

1本あたり **60円**

商品番号 **4193** サンガリア

スキットとレモンC  
(190g×30本)

商品価格 **1,800円**  
(税込) 1,944円

商品価格 ~~3,600円~~  
(税込) 3,888円



**×30本**

1本あたり **60円**

商品番号 **4194** サンガリア

ふわっとメロンクリームソーダ  
(190g×30本)

商品価格 **1,800円**  
(税込) 1,944円

商品価格 ~~3,600円~~  
(税込) 3,888円



**×30本**

1本あたり **80円**

商品番号 **4195** サンガリア

みつくちゅじゅーちゅ  
(190g×30本)

商品価格 **2,400円**  
(税込) 2,592円

商品価格 ~~3,600円~~  
(税込) 3,888円



**×30本**

1本あたり **60円**

商品番号 **4196** サンガリア

ミラクルボディV  
(190g×30本)

商品価格 **1,800円**  
(税込) 1,944円

商品価格 ~~3,600円~~  
(税込) 3,888円

**今週のまんま一押し SELECT!**

商品番号 **4197**

尾鷹名水  
熊野古道水  
(500ml) × 24本

1本 **60円**

商品価格 ~~2,400円~~  
(税込) 2,592円

商品価格 **1,440円**  
(税込) 1,555円

**40% off**