



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	9/8 月	9/9 火	9/10 水	9/11 木	9/12 金	9/13 土	9/14 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・月 3日分のお届け	休業日	休業日

今週の
めっちゃうまいやん

お届け日
9/12金

京都一の老舗中華そば専門店

「新福菜館」

特製炒飯

焦がし醤油風味と香ばしさがたまらない!!



4181

京都・たかばし

新福菜館特製炒飯
(230g)

小麦・卵・大豆・豚肉

冷凍
180日

商品
価格

598円

(税込) 645円



4182

京都・たかばし

新福菜館特製餃子

(17gx 12粒)

小麦・大豆

商品
価格

598円

(税込) 645円

冷凍
180日

秘伝のタレを餃子餡に
練り込みました。



新福菜館中華そば

新福菜館名物 黒スープの中華そばを再現!

うまい!

4183

京都・たかばし

新福菜館中華そば

(1食入)

小麦・大豆

冷凍
180日

商品
価格

598円

(税込) 645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
D

レンジで豚ばらチャーシュー丼
さっぱりトマトの冷奴・味噌汁



献立レスキューちっこいおかん

一日分からも注文出来ます



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)

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。



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

- 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。

スラスもっとたべたいんや、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)にてご確認ください。

※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。

サーモンのホイル焼き

海藻サラダ・わかめの味噌汁

25分 383kcal

曜日	月	火	水	木	金	土	日	人数	単品価格
商品番号	4129	4229	4329	4429	4529	4629	4729	2マンマ	1,598円 (税込 1,725円)
	4139	4239	4339	4439	4539	4639	4739	3マンマ	2,352円 (税込 2,540円)
	4149	4249	4349	4449	4549	4649	4749	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

●サーモンのホイル焼き

銀鮭切身 (80g)
えのき茸
しめじ
小ねぎ
すりごま
味噌
酒・みりん
ごま油
しょうゆ
こしょう
バター

2
40
40
1
適量
大2
各大1
大1/2
小1/4
少々

3
60
60
2
適量
大3
各大1/2
大3/4
小1/3
少々

4切
80g
80g
2本
適量
大4
各大2
大1
小1/2
少々

根元を切る
小房に分ける
小口切り

①

- ① アルミホイルの中央に魚、えのき、しめじをのせ、すりごまと①をかけ、バターをのせて包みます。
- ② オーブントースターで10～15分焼き、アルミホイルを開いて小ねぎを散らします。

●海藻サラダ

海藻ミックス
絹ごし豆腐 (150g)
人参
ドレッシング

4
2
小1

6
3
小1

8g
4P
大1本

サッと洗い、水で戻す
水気を切ってお好みに切る
千切り

- ① 海藻ミックス、豆腐、人参を器に盛り、お好みでドレッシングをかけます。

●わかめの味噌汁

カットわかめ
だし汁
味噌

2
400cc
大2

3
600cc
大3

3g
800cc
大4

水で戻す

- ① 鍋にだし汁を入れて煮立て、わかめを加えて煮、味噌を溶き入れます。

今日のお買い物メモ 味噌、酒、みりん、ごま油、しょうゆ、こしょう、バター、ドレッシング、だしの素

9/8 (月)

お届け日 9/8 (月)

つゆだく牛丼

ざるうどん

25分 613kcal



ちっこいおかん

大人気の定番メニュー♪
しっかり味の簡単牛丼と
ざるうどんのセット。

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 (税込 1,725円)
	4137	3マンマ	2,352円 (税込 2,540円)
	4147	4マンマ	3,076円 (税込 3,322円)
金のおかん	4128	2マンマ	1,798円 (税込 1,941円)
	4138	3マンマ	2,652円 (税込 2,864円)
	4148	4マンマ	3,476円 (税込 3,754円)

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

ちっこいおかんのお肉を
国産牛に
変更出来るよ！

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
細うどん	●						
冷やしだし(ストレート)	●						

フラスもっとたべたいんや



商品番号 4117 冷蔵 2日

ざるうどんセット

〈細うどん、冷やしだし、刻みのり〉
各 1P

商品価格

150円
(税込) 162円

脂ののった鮮度のよいさんまを
ふっくらと焼き、コクのある
秘伝のタレで丁寧に炊き上げました。



商品番号 4118 冷蔵 20日

カネハツ
さんま蒲焼
(70g)

小麦・大豆

商品価格

398円
(税込) 429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

●つゆだく牛丼

牛肩ローススライス
(豪州産)
玉ねぎ 小1
人参 小1
サラダ油
だし汁 150cc
砂糖 大1
しょうゆ 大3
みりん・酒 各大3
ご飯

120
小1
小1

180
大1
小1

240g
大1個
大1本

お好みに切る
細切り
細切り

①

① 鍋に油を熱して牛肉、玉ねぎ、人参を炒め、①を加えて煮、丼に盛ったご飯に煮汁と共にかけます。

●ざるうどん

細うどん 2
冷やしだし (ストレート) 2
刻みのり 1
生姜 適量
小ねぎ 1

2

3

4玉

4P
2P
適量
すりおろす
小口切り

① うどんはサツと熱湯に通して水洗いし、水気を切つてざるに盛ります。

② ①に刻みのり、小ねぎ、生姜、冷やしだしを添えます。

今日のお買い物メモ サラダ油、だしの素、砂糖、しょうゆ、みりん、酒、ご飯

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。 フラス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。)

9/9 (火)

お届け日 9/8 (月)

鶏肉のしょうゆネーズ焼き

ポテトサラダ・焼きししゃも

25分 642kcal



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
ロースハム		●	●				

フラスもっとたべたいんや



商品番号 4217 冷蔵 10日

国産
鶏もも肉
(130g) 1枚商品価格
298円
(税込) 321円

商品番号 4218 冷蔵 3日

紀文
たこ天
(5枚入)
卵・大豆商品価格
258円
(税込) 278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

●鶏肉のしょうゆネーズ焼き 鶏もも肉 (130g) (国産) 玉ねぎ しょうゆ・酒 サラダ油 マヨネーズ 塩・こしょう	2 小1 各大1½ 大2⅓ 少々	3 小1 各大2 大1 少々	4枚 大1個 各大2⅓ 大1½ 少々	厚みを均等にし、①に漬ける お好みに切る ①	① 油を熱したフライパンで玉ねぎを焼き、塩、こしょうをふってお皿に盛ります。 ② フライパンに油を熱して鶏肉を入れ、ふたをしてじっくり焼き、漬け汁とマヨネーズを混ぜ合わせて鶏肉に絡め、食べやすく切ってお皿に盛ります。
●ポテトサラダ ジャが芋 (L) ミックスベジタブル ロースハム マヨネーズ 塩・こしょう	2 40 1 大2 少々	3 60 2 大3 少々	4個 80g 2枚 大4 少々	角切り 500Wで2分加熱 小さく切る ②	① ジャが芋はふんわりとラップをして500Wで3分加熱し、熱いうちにつぶします。 ② ①にミックスベジタブル、ロースハム、②を加えて混ぜ合わせます。
●焼きししゃも ししゃも	4	6	8尾		① 魚を焼きます。

今日のお買い物メモ しょうゆ、酒、サラダ油、マヨネーズ、塩、こしょう

9/10 (水)

お届け日 9/10 (水)

ぶりの照り焼き

肉じゃが・大根サラダ

25分 585kcal



和食の定番、ブリの照り焼きは、
ブりに甘辛いタレがよく絡み、
ごはんが進む味付けになって
います。

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)

フラスもっとたべたいんや



商品番号 4317 冷凍 10日

長崎県産他
ブリ切身
<80g×1切>

商品価格

298円
(税込) 321円

切らずに使えて簡単便利！
塩分25%カットで
体に優しい。



商品番号 4318 冷蔵 30日

ニッスイ
切らずに使えるサラダチキン
減塩 <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

●ぶりの照り焼き

ブリ切身 (80g)
しょうゆ・みりん
ごま油

2
各大23
各大34切
各大4①に漬ける
①① フライパンにごま油を熱してブリをこんがり焼き、
漬け汁を加えてからめます。

●肉じゃが

牛肉切り落とし
(国産)
じゃが芋
グリーンピース
だし汁
砂糖
しょうゆ・みりん

50
3
適量
150cc
大1
各大1½

75
5
適量
225cc
大1½
各大2¼

100g
6個
適量
300cc
大2
各大3

一口大に切る
②

① 鍋に牛肉、じゃが芋、②を加えて煮、おろし際にグリン
ピースを加えてひと煮します。

●大根サラダ

大根
人参
刻みのり
ドレッシング

150
小1
1

225
小1
2

300g
大1本
2P

千切り
千切り

① 大根、人参を器に盛り、ドレッシングをかけて刻み
のりをのせます。

今日のお買い物メモ しょうゆ、みりん、ごま油、だしの素、砂糖、ドレッシング

9/11 (木)

お届け日 9/10 (水)

豚肉の和風焼き

白菜漬け・わかめスープ

20分 310kcal



お肉も野菜も摂れて
バランスのいいメニューです。

商品名	商品番号	人数	単品価格
ちっこいおかん	4427	2マンマ	1,598円 (税込 1,725円)
	4437	3マンマ	2,352円 (税込 2,540円)
	4447	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
わかめスープ	●	●					

フラスもっとたべたいんや



商品番号 4417 冷凍 10日

国産
豚ローススライス
<150g>

商品
価格

398円
(税込) 429円



商品番号 4418 常温 90日

アマノフーズ
いつものお味噌汁
減塩5種セット
<5種各2個>計10食
(なす、とうふ、なめこ、赤だし、根菜)

商品価格 1,100円
(税込) 1,188円
950円
(税込) 1,026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

●豚肉の和風焼き

豚ローススライス
(国産)
椎茸
玉ねぎ
ししとう
しょうゆ
酒・みりん
サラダ油
塩・こしょう

160
4
小1
4
大1
各大1/2
少々

240
6
小1
6
大1 1/2
各大3/4
少々

320g
8枚
大1個
8本
大2
各大1
少々

①に漬ける
お好みに切る
お好みに切る
①

- フライパンに油を熱して椎茸、玉ねぎ、ししとうを焼き、塩、こしょうをふり、取り出します。
- フライパンに油を足して豚肉を焼き、漬け汁をまわし入れてからめ、お皿に盛って①を添えます。

●白菜漬け

白菜漬
しょうゆ

1/2

1

1P

お好みに切る

- 白菜漬は、水気をしぼって器に盛ります。

●わかめスープ

わかめスープ

2

3

4P

- わかめスープ1Pにつき、180ccのお湯を注ぎます。

9/12 (金)

お届け日 **9/10 (水)**

有頭えびフライ

きのこの煮物・じゃが芋の味噌汁

25分 499kcal



大人も子どもも
大好きなエビフライ。

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)

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
有頭えびフライ	●		●			●	
タルタルソース			●				

プラスもっとたべたいんや



商品番号 **4517** 冷凍 30日

有頭エビフライ
(3尾入)

商品価格

398円
(税込) 429円



オリジナルケチャップ付き
電子レンジ対応で簡単!



商品番号 **4518** 冷凍 30日

ポムの樹
ポムの樹のオムライスポムオム
(230g 袋)

商品価格

480円
(税込) 518円

小麦・乳・卵・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

●有頭えびフライ

有頭えびフライ
キャベツ
タルタルソース
サラダ油

4
100
2

6
150
3

8尾
200g
4P

千切り

① えびフライは凍ったまま、170～180℃の油で6～7分揚げてお皿に盛り、キャベツを添えてタルタルソースをかけます。

●きのこの煮物

えのき茸
しめじ
玉ねぎ
だし汁
砂糖・酒
しょうゆ

40
40
小1
150cc
各大1/2
大1

60
60
大1
225cc
各大3/4
大1 1/2

80g
80g
大1個
300cc
各大1
大2

根元を切る
小房に分ける
細切り
①

① 鍋に①を入れて煮立て、えのき茸、しめじ、玉ねぎを加えて煮ます。

●じゃが芋の味噌汁

じゃが芋
みつば
だし汁
味噌

1
2
400cc
大2

2
3
600cc
大3

2個
4本
800cc
大4

半月切り
ザク切り

① 鍋にじゃが芋、だし汁を入れて煮、味噌を溶き入れ、みつばを加えます。

今日のお買い物メモ サラダ油、だしの素、砂糖、酒、しょうゆ、味噌

9/13 (土)

お届け日 9/12 (金)

きじ焼き風鶏めし

スタミナやっこ・小松菜の味噌汁

30分 747kcal



ちっこいおかん

こってり味のたれと山椒の風味が食欲をそそります。

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)

フラスもっとたべたいんや



噛めば噛むほど味の出る竹輪
わさびマヨネーズが付いて
おつまみにもぴったり！



商品番号 4617 冷蔵 7日

カネテツ
珍比良
(8本)

卵・小麦・大豆・魚肉すり身

商品価格

298円
(税込) 321円

もちもち、ふわふわ！
新鮮なイカを使い風味豊に
仕上げました。



商品番号 4618 冷蔵 2日

長崎杉蒲
いか入りしゅうまい
(5個)

小麦・えび・ごま・大豆・豚肉・りんご

商品価格

398円
(税込) 429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

●きじ焼き風鶏めし

鶏もも肉 (100g)

2

3

4枚

皮目をフォークでつき、塩、こしょうをふる
小房に分ける

40

60

80g

しめじ

2

3

4P

粉山椒

塩・こしょう

少々

少々

少々

サラダ油

しょうゆ・みりん

各大3

各大4½

各大6

①

●スタミナやっこ

木綿豆腐 (150g)

2

3

4P

ちりめん

10

15

20g

白ねぎ

⅓

½

½本

にんにく

1

2

2片

ごま油

大2

大3

大4

塩・こしょう

少々

少々

少々

しょうゆ

大1

大1½

大2

酢

大½

大¾

大1

②

●小松菜の味噌汁

小松菜

⅓

⅓

¾ワ

だし汁

400cc

600cc

800cc

味噌

大2

大3

大4

ザク切り

① 油を熱したフライパンに鶏肉を入れ、ふたをして
蒸し焼きにし、食べやすく切ります。② フライパンでしめじを焼き、①と①を加えて煮詰め
、山椒とともにご飯と混ぜ合わせます。① フライパンにごま油を熱し、ちりめんとにんにくを
炒め、②で調味します。

② 豆腐を器に盛り、①をかけて白ねぎをのせます。

① 鍋にだし汁を入れて煮立て、小松菜を加えて煮、
味噌を溶き入れます。

今日のお買い物メモ 塩、こしょう、サラダ油、しょうゆ、みりん、ご飯、ごま油、酢、だしの素、味噌

9/14 (日)

お届け日 9/12 (金)

ミニロールキャベツ

あさりのレモン風味蒸し・目玉焼き

25分 388kcal

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
ミニロールキャベツ	●						
パイオン	●						
卵			●				



フラスもっとたべたいんや



商品番号 4717 冷蔵 10日

農水フーズ
トーストピッツア
(3枚入)

卵・乳・小麦
大豆・豚肉・りんご

商品価格 398円
(税込) 429円



商品番号 4718 冷凍 60日

大阪王将
若鶏のから揚げ
(400g)

小麦・卵・乳
大豆・鶏肉

商品価格 680円
(税込) 734円

優しい味わいのスープと
ロールキャベツで
ご飯が進みます。

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 (税込 1,725円)
	4737	3マンマ	2,352円 (税込 2,540円)
	4747	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

●ミニロールキャベツ ミニロールキャベツ 人参 玉ねぎ パイオン 水 ブイヨン 塩・こしょう	8 小1 大1 1 400cc 1個分 少々	12 小1 大1 2 600cc 1½個分 少々	16個 大1本 特大1個 2個 800cc 2個分 少々	お好みに切る(2/3使用) お好みに切る(2/3使用) ①	① 鍋に①を入れ、玉ねぎ、人参、ミニロールキャベツを加えて煮、塩、こしょうで味を調えます。
●あさりのレモン風味蒸し ムキアサリ 玉ねぎ 人参 アスパラガス レモン果汁 酒 塩・こしょう	40 2 2 少々	60 (主菜より) (主菜より) 3 3 少々	80g 4本 4P 少々	水洗いする 細切り(1/3使用) 細切り(1/3使用) お好みに切る	① 鍋にムキアサリ、玉ねぎ、人参、アスパラガスを入れ、酒を加えて蒸し焼きにし、塩、こしょうで調味してレモン果汁をかけます。
●目玉焼き 卵 サラダ油 塩・こしょう	2	3	4個		① フライパンに油を熱して卵を割り入れて焼き、塩こしょうをふります。

今日のお買い物メモ 塩、こしょう、酒、サラダ油

＼選べる／ Cook バリエ

わが家のきまぐれ Cooking

料理がもっと楽しくなる！
いつもとちょっとちがった
バリエーション豊富な
メニューをお届け。

Cook
A

チリコンカン、バターライス、れんこんとピーマンのグリル
大豆のチリコンカン風ワンプレート

人気のチリコンカンをカフェ風
ワンプレートに。
バターライスは電子レンジを
使って簡単にできるように、
アレンジしました。

25分
668kcal

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
トマト煮込みソース (70g)	●	●					

	月	水	金	人数	単品価格
商品番号	4121	4321	4521	2マンマ	1,598円 (税込 1,725円)
	4131	4331	4531	3マンマ	2,352円 (税込 2,540円)
	4141	4341	4541	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

● 大豆のチリコンカン

豚挽肉 (国産)	80	120	160g
ゆで大豆 (80g)	1	2	2P
玉ねぎ	小1	小1	大1個
にんにく	1	1	2片
刻みパセリ	1	1	1P
ブイヨン	1	2	2個
トマト煮込みソース (70g)	1	2	2P
オリーブ油	少々	少々	少々
塩・こしょう	1個分	1½個分	2個分
ブイヨン	100cc	150cc	200cc
水			①

みじん切り (½使用)
みじん切り
(⅓使用)

① フライパンにオリーブ油を熱し、豚挽肉、玉ねぎ、にんにくを炒め、塩、こしょうをふります。

② ①にゆで大豆とトマト煮込みソース、①を加えて煮込み、最後にパセリを散らします。

● バターライス

玉ねぎ		(主菜より)	
刻みパセリ		(主菜より)	
バター	大1	大1½	大2
塩・こしょう	少々	少々	少々
ご飯	2膳分	3膳分	4膳分

みじん切り (½使用)
(⅔使用)

① 耐熱容器に玉ねぎを入れ、ふんわりとラップをして500Wで2分加熱します。

② ①にご飯、パセリ、④を入れて混ぜ合わせます。

● れんこんとピーマンのグリル

れんこん厚切り	6	9	12枚
ピーマン	1	2	2個
サラダ油			
塩・こしょう	少々	少々	少々
しょうゆ	小1	小1½	小2

お好みに切る

① フライパンに油を熱し、れんこんとピーマンをこんがり焼き、塩、こしょうをふり、しょうゆを加えて炒め合わせます。

今日のお買い物メモ オリーブ油、塩、こしょう、バター、ご飯、サラダ油、しょうゆ



Cook バリエ



Cook
B

わかめスープ ホットプレートで石焼風ビンバ

石焼ビンバの石鍋がなくても
ホットプレートで代用して
あつあつ石焼ビンバが出来ちゃう！

25 分
539kcal

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
白菜キムチ	●					●	
わかめスープ	●	●					

	月	水	金	人数	単品価格
商品番号	4122	4322	4522	2マンマ	1,680円 (税込 1,814円)
	4132	4332	4532	3マンマ	2,475円 (税込 2,673円)
	4142	4342	4542	4マンマ	3,240円 (税込 3,499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

- **ホットプレートで石焼風ビンバ**
- 牛肩ローススライス (豪州産) 180 270 360g
- 人参 大1 大1 大2本
- 太もやし 200 200 400g
- 焼肉のたれ 2 3 4P
- 小松菜 2/3 1 17
- 白菜キムチ (40g) 1 2 2P
- しょうゆ 大2 大3 大4
- ごま油 大1 大1 1/2 大2
- 鶏がらスープの素 小2 大1 大1 1/3
- ごま油
- ご飯

お好みに切って焼肉のたれにつける
細切り

ザク切り

①

- ① 人参、太もやし、小松菜をそれぞれふんわりとラップをして500Wで2分加熱し、①を混ぜ合わせます。
- ② ホットプレートにごま油を熱し、牛肉をたれと一緒に炒め、取り出します。
- ③ ②のホットプレートにご飯を敷き、①、②、白菜キムチをのせ、ご飯におこげができる程度まで加熱し、全体を混ぜながらお召し上がりください。

- **わかめスープ**
- わかめスープ 2 3 4P

- ① わかめスープ1Pにつき、180ccのお湯を注ぎます。



Cook C

ツナとほうれん草のバターコーン
ヘルシー☆豆腐クリームの明太ドリア

なめらかな豆腐クリームと明太子が
相性抜群☆豆腐を使うのでヘルシー。

作るのが面倒なクリームソースを
火を使わずにぽぽっと簡単に。

20 分
512kcal

	月	水	金	人 数	単品価格
商品番号	4123	4323	4523	2 マンマ	1,598 円 (税込 1,725 円)
	4133	4333	4533	3 マンマ	2,352 円 (税込 2,540 円)
	4143	4343	4543	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
●豆腐クリームの明太ドリア 絹ごし豆腐 (150g) 2 1 4P 明太子 1 1 2P ナチュラルチーズ 40 60 80g 刻みパセリ 1 1 1P 塩・こしょう 少々 少々 少々 牛乳 大2 大3 大4 バター 大1 大1½ 大2 塩・こしょう 少々 少々 少々 ご飯 2膳分 3膳分 4膳分				水気を切る ほぐしておく ① ②	① ボウルに絹ごし豆腐と①を入れ、なめらかなクリーム状になるまで混ぜ合わせます。 ② ご飯に②を混ぜ合わせて耐熱皿に盛り、①と明太子、チーズをのせ、トースターでこんがりするまで焼き、パセリを散らします。
●ツナとほうれん草のバターコーン ツナ缶 1 1 2缶 ほうれん草 ⅓ ½ ⅔ワ ホールコーン 40 60 80g 塩・こしょう 少々 少々 少々 しょうゆ 小1 小1½ 小2 バター 大1 大1½ 大2				ザク切り ①	① ほうれん草とホールコーンを耐熱容器に入れ、ふんわりとラップをして500Wで2分半加熱し、ツナと①を加えて混ぜ合わせます。

今日のお買い物メモ 塩、こしょう、牛乳、バター、ご飯、しょうゆ



Cook D

さっぱりトマトの冷奴・味噌汁

レンジで豚ばらチャーシュー丼

レンジで
豚バラ
チャーシュー丼

ジューシーな豚バラ肉と
甘辛ダレが白いご飯に
合う～！

15 分
725kcal

温泉卵の作り方
 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！(卵の大きさで時間前後します。)

お届け日が遅く

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
卵			●				

	月	水	金	人数	単品価格
商品番号	4124	4324	4524	2マンマ	1,598円 (税込 1,725円)
	4134	4334	4534	3マンマ	2,352円 (税込 2,540円)
	4144	4344	4544	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
● 豚ばらチャーシュー丼 豚バラスライス (国産) 生姜 卵 小ねぎ しょうゆ・みりん・酒 砂糖 片栗粉 ご飯		140 適量 2 1	210 適量 3 2	280g 適量 4個 2本 各大4 大1 小1/2	お好みに切る すりおろす 温泉卵を作る 小口切り ①	① 耐熱容器に豚バラ肉、生姜、①を入れてよく混ぜ合 わせ、ふんわりとラップをして500Wで5分加熱します。 (豚肉に火が通っていない場合は加熱時間を延長して ください。) ② 器にご飯を盛り、①と温泉卵をのせ、小ねぎを散ら します。
● さっぱりトマトの冷奴 絹ごし豆腐 (150g) プチトマト 青じそ 白ごま ポン酢しょうゆ		2 4 2 適量	3 6 3 適量	4P 8個 4枚 適量	人数分に切り分ける お好みに切る 千切り	① 豆腐、プチトマト、青じそ、卵をのせ、白ごまを散ら します。
● 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。



「単品マーケット」 SEPARATELY MARKET

肉・ハム・ソーセージ・水産

お届け日 **9/8** (月)

特価!!



商品番号 **8001** 冷凍 10日
国産
鶏手羽元
(6本入)

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



商品番号 **8002** 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 **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
(80gx 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 朝のグルメファミリー
ポロニアソーセージ
(310g)

卵・乳・小麦・えび・かに・牛肉・豚肉

商品価格 ~~420円~~ (税込) 453円
商品価格 **378円**
(税込) 408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)

卵・乳・小麦・鶏肉
大豆・セラチン

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 (ハーフ)
(110g)

卵・乳・小麦・鶏肉
大豆・セラチン

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)

卵・乳・小麦・鶏肉
大豆・セラチン

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
(37gx 3連)

卵・乳・豚肉・大豆

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
(34gx 3連)

卵・乳・豚肉・大豆

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
(71gx 2P)

乳・豚肉・鶏肉
大豆・セラチン

商品価格 **398円**
(税込) 429円



商品番号 **8021** 冷凍 10日
橋本水産
一夜干しカレイ
(2枚入)

商品価格 ~~498円~~ (税込) 537円
商品価格 **450円**
(税込) 486円



商品番号 **8022** 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 **8023** 冷凍 10日
ノルウエー産他
サバフィーレ
(90gx 2枚)

商品価格 **398円**
(税込) 429円



商品番号 **8024** 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 **8025** 冷凍 10日
ノルウエー産他
ししゃも
(150g)

子持ち / 有無混合

商品価格 **398円**
(税込) 429円



商品番号 **8026** 冷蔵 3日
宮崎県産他
しらす干し
(40g)

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
(50g)

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 **9/10** (水)



甘みと酸味の爽やかなバランスがよく
あっさり食べられる豊水は食後の
デザートにも最適です。

商品
番号 **8031**
千葉県産他
豊水梨
(2個)

商品
価格 **898** 円
(税込) 969 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



新鮮な玉子に、特製たれ付き！
なめらか食感に仕上げました。

商品
番号 **8041** 冷蔵
10日
ヤマト食品
なめらか玉子とうふ
(80g×3P入)
小麦・大豆

商品
価格 ~~198~~ 円
(税込) 213 円
商品
価格 **158** 円
(税込) 170 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
山太
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
山太
糸こんにやく
(200g)

商品
価格 **100** 円
(税込) 108 円



キャベツ、紅生姜がたっぷり入った
お好み焼き風練り天です
ソース、マヨネーズをかけて
お召し上がり下さい

商品
番号 **8051** 冷蔵
3日
堀川
紅生姜たっぷりキャベツ天
(3枚入)
大豆

商品
価格 ~~298~~ 円
(税込) 321 円
商品
価格 **228** 円
(税込) 246 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 **138** 円
(税込) 149 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
(45g×3段)

商品
価格 **128** 円
(税込) 138 円



商品
番号 **8056** 冷蔵
6日
ミツカン 金のつぶ
たまご醤油たれ
(40g×3段)

商品
価格 **128** 円
(税込) 138 円



商品
番号 **8057** 冷蔵
5日
タカノフーズ
しそ海苔納豆
(40g×3段)

商品
価格 **128** 円
(税込) 138 円



「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 **9/8** (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 **328**円
(税込) 354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 **358**円
(税込) 386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 **398**円
(税込) 429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

コップ1杯
200mlで
1日の1/3分
野菜を摂取



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

らくれん
ごくごくのむヨーグルト
(たっぷりカルシウム+ビタミンD)
<900g>
乳

商品価格 **270**円
(税込) 291円



商品番号 **8077** 冷蔵 7日

明治
フルガリアヨーグルトLB81
(スレーン)
<400g>
乳

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>
乳

商品価格 **158**円
(税込) 170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連コーヒーゼリー
<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>
乳

商品価格 **178**円
(税込) 192円



商品番号 **8082** 冷蔵 7日

大山乳業
白バラ牛乳
<900ml>
乳

商品価格 **530**円
(税込) 572円



商品番号 **8083** 冷蔵 7日

大山乳業
白バラカフェオレ
<900ml>
乳

商品価格 **550**円
(税込) 594円



商品番号 **8084** 冷蔵 14日

メグミルク
まろやかクリームコーヒーゼリー
<110g>
乳

商品価格 **145**円
(税込) 156円



商品番号 **8085** 冷蔵 10日

らくれん
スタミンお徳用
<65ml×10本入>
乳

商品価格 **250**円
(税込) 270円



商品番号 **8086** 冷蔵 12日

明治
飲む R-1 ヨーグルト
<112ml> × 12本
乳

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
乳

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
乳

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
乳

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
乳

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
乳

商品価格 **840**円
(税込) 907円



商品番号 **8092** 冷蔵 7日

明治
スロピオ LG ヨーグルト
<112g> × 6個
乳

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
乳

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
乳

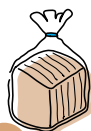
商品価格 **225**円
(税込) 243円



商品番号 **8095** 常温 60日

明治
ザバスプロテイン脂肪0バナナ
<200ml> × 12本
乳

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 **9/8** (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

ボローニャ
ジュニアメースル
(0.75斤)

商品
価格 **700円**
(税込) 756円



商品
番号 **8117**

常温
4日

ボローニャ
ジュニアチョコ
(0.75斤)

商品
価格 **700円**
(税込) 756円



商品
番号 **8118**

常温
4日

ボローニャ
くすみデニッシュ
(1.5斤)

商品
価格 **1,400円**
(税込) 1,512円



商品
番号 **8119**

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 **1,100円**
(税込) 1,188円



商品
番号 **8120**

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%複数産原料米)



商品
番号 **02**

マンマダイニング
マンマ特選米
(5kg)

商品
価格 **3,980円**
(税込) 4,298円



商品
番号 **07**

新潟県
朱鷺と暮らす郷
(2kg)

商品
価格 **3,250円**
(税込) 3,510円

新潟県佐渡産こしひかり



商品
番号 **08**

新潟県産
魚沼産こしひかり
(2kg)

商品
価格 **3,580円**
(税込) 3,866円



商品
番号 **11**

無洗米こしひかり
(5kg)

商品
価格 **4,780円**
(税込) 5,162円



商品
番号 **16**

丹波産
ミルキークイーン
(2kg)

商品
価格 **2,980円**
(税込) 3,218円



商品
番号 **8131**

三井製糖 スーン印
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
ぼん酢
(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 500gx 2)
1kg

商品
価格 **750円**
(税込) 810円

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



商品
番号 **8137**

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 **9/8** (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
クリームコロッケオーロラソース

325kcal 蛋白質 11.0g
脂質 19.0g 炭水化物 27.8g
食塩 2.4g
商品価格 **650円**
(税込) 702円



商品番号 **8162** 冷凍 60日 レンジ
あんかけちゃんぽん風

288kcal 蛋白質 13.3g
脂質 13.1g 炭水化物 21.0g
食塩 2.5g
商品価格 **650円**
(税込) 702円



商品番号 **8163** 冷凍 60日 レンジ
鶏肉のスイートチリソース

318kcal 蛋白質 15.6g
脂質 15.8g 炭水化物 25.6g
食塩 2.3g
商品価格 **650円**
(税込) 702円



商品番号 **8164** 冷凍 60日 レンジ
みそカツ

297kcal 蛋白質 12.6g
脂質 15.5g 炭水化物 24.3g
食塩 2.0g
商品価格 **650円**
(税込) 702円



商品番号 **8165** 冷凍 60日 レンジ
チキン南蛮宮崎風

519kcal 蛋白質 15.0g
脂質 30.0g 炭水化物 46.1g
食塩 2.5g
商品価格 **650円**
(税込) 702円



商品番号 **8166** 冷凍 60日 レンジ
チキンカツの梅マヨソース

310kcal 蛋白質 12.6g
脂質 15.5g 炭水化物 23.3g
食塩 2.4g
商品価格 **650円**
(税込) 702円



商品番号 **8167** 冷凍 60日 レンジ
鶏つくねのやみつき味噌だれ

317kcal 蛋白質 14.6g
脂質 14.6g 炭水化物 32.7g
食塩 2.5g
商品価格 **650円**
(税込) 702円



商品番号 **8171** 常温 180日
JA香川
おいでまい
(180gx 3P)

商品価格 **398円**
(税込) 429円



商品番号 **8172** 常温 5ヶ月
アマノフーズ
にゅうめん
(4種 × 各1袋) 1箱
商品価格 **1,150円**
(税込) 1,242円



商品番号 **8173** 常温 5ヶ月
アマノフーズ
海鮮雑炊
(4種 × 各1袋) 1箱
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
(200gx 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
(200gx 5P)
商品価格 **680円**
(税込) 734円

お届け日 **9/10** (水)



商品番号 **8176** 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



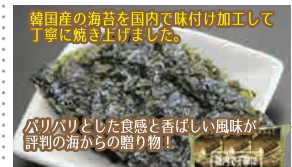
商品番号 **8177** 常温 120日
日清食品
カップヌードル
(85gx 20個)
商品価格 **3,980円**
(税込) 4,298円



商品番号 **8178** 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 **8179** 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 **8180** 常温 120日
大丸商事
韓国のりくお徳用
(8切6枚 × 12袋詰)
商品価格 **498円**
(税込) 537円

お届け日 **9/10** (水)



商品番号 **8501**
南日本酪農共同
スコール
(185gx 30本)

計30缶のセット
商品価格 **1,980円**
(税込) 2,138円



商品番号 **8502**
サンガリア
つぶみオレンジ
(190gx 30本)
商品価格 **2,400円**
(税込) 2,592円



商品番号 **8503**
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 **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**
尾鷹路
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 **9/8** (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)
(820ml)

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)190 x 350 x 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)650 x 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**

P&G
レノア
リフレッシュグリーンの香り
(840ml)

商品価格 **798円**
(税込) 877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
シングルトイレットペーパー
エルフォーレトイレットティッシュ
(54m x 12R)

商品価格 **498円**
(税込) 547円

商品番号 **8418**

大王製紙
ダブルトイレットペーパー
エルフォーレトイレットティッシュ
(27m 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
(100m 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
(50m x 12R)

商品価格 **780円**
(税込) 858円

お届け日 **9/10** (水)

新珠 羽二重餅

餅粉と砂糖を原料としたシンプルな餅菓子です。

きめ細かいもちりとした食感と
上品な甘さをお楽しみ下さい。

黒砂糖を練り込み
きなこをたっぷりまぶしました。

天然のよもぎを練り込みました。

バイヤーおすすめ!

商品番号 **8451**

新珠食品
羽二重餅
(10個)

商品価格 **680円**
(税込) 734円

商品番号 **8452**

新珠食品
きなこ羽二重餅
(10個)

商品価格 **680円**
(税込) 734円

商品番号 **8453**

新珠食品
よもぎ羽二重餅
(10個)

商品価格 **680円**
(税込) 734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
9/8 金

パネトーネ種を使用したバター風味のパイ生地に
シナモン風味を効かせたアップルパイダイス入りの
ジャムを包んで焼き上げました。

商品
番号 4191

コモ

賞味期限長～ゆ～!

アップルパイ

<70g> × 3個

常温 40日	アレルギー物質	小麦	卵	乳	りんご	大豆	鶏肉	かき
		●	●	●	●	●		

商品
価格

650円
(税込) 702円

もちり食感の生地になっりのこしあんが
入ったたい焼きまんじゅうです。
おやつにぴったりサイズ♪

商品
番号 4193

多田製菓

もちりたい焼き あんこ

<10個入>

常温 40日	アレルギー物質	小麦	卵	乳	さば	大豆	鶏肉	豚肉
		●	●	●	●	●		

商品
価格

780円
(税込) 842円

コシともちりとした食感が特長のフィットチーネと
2種類のチーズパウダーで濃厚感を出した、
シェフ監修のカルボナーラソースの組合せです。

商品
番号 4195

Oliveto

生パスタ新カルボナーラ

<260g>

冷凍 60日	アレルギー物質	小麦	乳	卵	大豆	鶏肉	豚肉	ゼラチン
		●	●	●	●	●	●	●

商品
価格

458円
(税込) 494円



商品
番号 4192

千房

お好み焼きねぎ焼

<2枚>

冷凍 90日	アレルギー物質	小麦	卵	えび	牛肉	いか	大豆	山芋	りんご	魚醤
		●	●	●	●	●	●	●	●	●

商品
価格

1,080円
(税込) 1,166円

商品
価格

980円
(税込) 1,058円



商品
番号 4194

千房

お好み焼きもちチーズ

<2枚>

冷凍 90日	アレルギー物質	小麦	乳	卵	豚肉	大豆	山芋	りんご
		●	●	●	●	●	●	●

商品
価格

1,080円
(税込) 1,166円

商品
価格

980円
(税込) 1,058円



商品
番号 4196

神戸三田屋

グラタン（自家製ベーコン入り）

<180g>

冷凍 60日	アレルギー物質	小麦	乳	卵	牛肉	大豆	鶏肉	豚肉	ゼラチン
		●	●	●	●	●	●	●	●

商品
価格

680円
(税込) 734円

商品
価格

680円
(税込) 734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