



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	2/2 月	2/3 火	2/4 水	2/5 木	2/6 金	2/7 土	2/8 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

大阪老舗の本格

お好み焼

お届け日
2/6 金



ゆかり

海鮮焼



お店の味をご家庭で！

「冷凍お好み焼き」
ランキング

NO.1
獲得！

大阪ほんまもんの味
食べてみて～



1181

お好み焼き 海鮮焼

(いか・ほたて)

手焼き

〈1P〉 オリジナル
ソース付

小麦・卵・いか
ソース りんご

冷凍
90日

商品
価格

650 円
(税込) 702 円

今回のおすすめ
ミールキット！

Cook バリエ

P.11

佐賀のご当地グルメ
シシリアンライスをホットプレートで☆



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	11275	8,400円 (税込 9,070円)	11276	10,080円 (税込 10,884円)	11277	11,760円 (税込 12,698円)
3マンマ	11375	12,600円 (税込 13,605円)	11376	15,120円 (税込 16,326円)	11377	17,640円 (税込 19,047円)
4マンマ	11475	16,800円 (税込 18,140円)	11476	20,160円 (税込 21,768円)	11477	23,520円 (税込 25,396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。

※スラスももっとたべたいんやは、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。

チキンガーリックステーキ

カリカリベーコンサラダ・あさりのスイヨンスープ

35分 376kcal

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
ベーコン		●	●				
スイヨン	●						

曜日	月	火	水	木	金	土	日	人数	単品価格
商品番号	1129	1229	1329	1429	1529	1629	1729	2マンマ	1,760円 (税込 1,900円)
	1139	1239	1339	1439	1539	1639	1739	3マンマ	2,640円 (税込 2,851円)
	1149	1249	1349	1449	1549	1649	1749	4マンマ	3,520円 (税込 3,801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

●チキンガーリックステーキ

鶏もも肉 (120g)
(国産)
にんにく
ホールコーン
塩・こしょう
サラダ油
しょうゆ
みりん
酒
バター

2
1
60
少々
大1½
小2
大1
小1

3
2
90
少々
大2¼
大1
大1½
小1½

4枚
2片
120g
少々
大3
大1⅓
大2
小2

皮目をフォークでつき、塩・こしょうをふる
薄切り
ラップで包んで500Wで1分加熱

①

① フライパンにサラダ油を熱してにんにくを焼き、カリッとしたら取り出します。

② ①のフライパンを熱し、鶏肉を両面焼き、①を加えて鶏肉に絡め、お皿に盛ってホールコーンを添え、①を散らします。

●カリカリベーコンサラダ

カットベーコン
キャベツ
オリーブ油
塩・こしょう

20
100
大2
少々

30
150
大3
少々

40g
200g
大4
少々

短冊切り
お好みに切る

① フライパンにオリーブ油を熱し、ベーコンをカリカリになるまで焼きます。

② 耐熱容器にキャベツを入れ、①が熱いうちに上からかけ、塩、こしょうを加えて混ぜ合わせます。

●あさりのスイヨンスープ

ムキアサリ
ピーマン
スイヨン
水
スイヨン
塩・こしょう

20
1
1
400cc
1個分
少々

30
1
2
600cc
1½個分
少々

40g
1個
2個
800cc
2個分
少々

サッと水洗いする
お好みに切る

②

① 鍋にムキアサリ、ピーマン、②を入れて煮ます。

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、酒、バター、オリーブ油

2/2 (月)

お届け日 2/2 (月)

豆腐ハンバーグ

枝豆わかめご飯・薄揚げの味噌汁

30分 743kcal



メインのハンバーグは
豆腐を使ったヘルシーな
ハンバーグです。

商品名	商品番号	人数	単品価格
ちっこいおかん	1127	2マンマ	1,760円 (税込 1,900円)
	1137	3マンマ	2,640円 (税込 2,851円)
	1147	4マンマ	3,520円 (税込 3,801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
豆腐ハンバーグ	●						
ハンバーグソース	●						
スパゲティ	●						
スライスチーズ		●					

フラスもっとたべたいんや



北海道産昆布だし
枕崎産本枯節だし使用。

商品番号 1117 冷蔵 15日

福山コープ
十種具材の京風割烹茶碗蒸し 海老
<1P>

卵・えび・小麦・鶏肉・大豆

商品価格

298円
(税込) 321円

商品番号 1118 冷蔵 30日

マルシンフーズ
肉だんご 甘酢あん
<266g>

小麦・卵・乳・ごま・鶏肉・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

●豆腐ハンバーグ

豆腐ハンバーグ
ハンバーグソース
ミックスベジタブル
プチトマト
サラダ油
塩・こしょう

2

3

4個

4P
120g
8個
お好みで切る

少々

少々

少々

●枝豆わかめご飯

ムキ枝豆
わかめご飯の素
ご飯

20

30

40g

6
9
12g
サツと熱湯でゆでる

6

9

12g

●薄揚げの味噌汁

薄揚げ (冷凍)
小ねぎ
だし汁
味噌

1/2

1/2

1枚

2本
小口切り
短冊切り

1

1

2本

400cc

600cc

800cc

大2

大3

大4

① フライパンに油を熱し、豆腐ハンバーグを両面蒸し焼きにして焼き、お皿に盛りハンバーグソースを添えます。

② フライパンに油を熱し、ミックスベジタブルを炒め、塩、こしょうで調味し、①のお皿に盛ります。

① ムキ枝豆とわかめご飯の素をご飯と混ぜ合わせます。

① 鍋にだし汁を煮立て、薄揚げを加えて煮、味噌を溶き入れ、小ねぎを散らします。

今日のお買い物メモ サラダ油、こしょう、ご飯、だしの素、味噌

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。)

2/3 (火)

お届け日 2/2 (月)

かんたん八宝菜

たたきごぼう・豆腐と玉ねぎのスーフ

35分 380kcal

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
ムキエビ						●	
八宝菜の素	●						
フイヨン	●						

プラスもっとたべたいんや



商品番号 1217 冷凍 90日

大阪王将
炒めチャーハン
(1P)商品価格 330円
(税込) 356円年間販売数量 270万パックの
ロングセラー!噛めば噛むほど
味のでる竹輪です。

商品番号 1218 冷蔵 6日

カネテツデリカフーズ
珍比良 (わさびマヨネーズ付)
(8本入)商品価格 298円
(税込) 321円

商品名	商品番号	人数	単品価格
ちっこいおかん	1227	2マンマ	1,760円 (税込 1,900円)
	1237	3マンマ	2,640円 (税込 2,851円)
	1247	4マンマ	3,520円 (税込 3,801円)

本格中華白湯のたれで
仕上げる八宝菜は
本格的な味!
味付けもらくらく!

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

●かんたん八宝菜

豚肉切り落とし (国産)
ムキエビ
白菜
玉ねぎ
人参
ピーマン
キクラゲ
中華白湯のたれ (八宝菜の素)
サラダ油

60
40
1/4
小1
小1
1
適量
1

90
60
1/8
大1
小1
1
適量
1

120g
80g
1/2玉
大1個
大1本
2個
適量
2P

お好みに切る
背ワタを取る
ザク切り
乱切り (2/3使用)
短冊切り (2/3使用)
乱切り
ぬるま湯で戻す

① フライパンに油を熱し、豚肉、ムキエビ、キクラゲを炒め、白菜、人参、玉ねぎ、ピーマンを加えて炒め、八宝菜の素をからめます。

●たたきごぼう

ごぼう
すりごま
だし汁・砂糖
酢
塩

1/2
適量
各大1/2
大1
大1/2
少々

1/2
適量
各大1/2
大1
大1/2
少々

1本
適量
各大1
大3
少々

たたいてお好みに切り、酢水につける
①

① ごぼうが柔らかくなるまで熱湯でゆで、すりごま、①であえます。

●豆腐と玉ねぎのスーフ

絹ごし豆腐 (150g)
玉ねぎ
人参
フイヨン
水
フイヨン
塩
しょうゆ
酒

1
1
1
400cc
1個分
少々
小1/2
大1

1
〈主菜より〉
2
600cc
1 1/2個分
少々
小3/4
大1 1/2

1P
2個
800cc
2個分
少々
小1
大2

さいの目に切る
薄切り (1/3使用)
千切り (1/3使用)

① 鍋に②を入れて煮立て、豆腐、玉ねぎ、人参を入れて煮ます。

今日のお買い物メモ サラダ油・酢・だしの素・砂糖・塩・しょうゆ・酒

2/4 (水)

お届け日 2/4 (水)

一夜干しカレー

大根の煮物・小松菜のお浸し

30分 437kcal



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
竹輪	●						

フラスもっとたべたいんや



商品番号 1317 冷蔵 10日
橋本水産
一夜干しカレー
(1枚)

商品価格 298円
(税込) 321円



商品番号 1318 冷蔵 2日
飛竜
カレーうどん鍋
(180g)

乳・小麦・牛肉・ごま
大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン

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

●一夜干しカレー

一夜干しカレー
ポン酢しょうゆ

2

3

4枚

① 魚を焼いて、お好みでポン酢しょうゆをかけます。

●大根の煮物

大根 150
こんにゃく 120
竹輪 1
だし汁 200cc
砂糖・みりん 各大3/4
しょうゆ 大1 1/3
塩 少々

225

120

1 1/2

300cc

各大1

大2 2/3

少々

300g

250g

2本

お好みに切る

お好みに切る

お好みに切る

①

① 鍋に材料と①を入れて煮ます。

●小松菜のお浸し

小松菜 1/3
かつおパック 1
しょうゆ 大1

1/2

1

大1 1/2

3/4

2P

大2

熱湯でゆで、冷水に取ってザク切り

① 小松菜をしょうゆとかつおで和えます。

2/5 (木)

お届け日 2/4 (水)

カもち貝だくさんうどん

レンチンキャベツのツナあえ

20分 550kcal



ちっこいおかん

こころも体も(ぽっかぽっか!)
2品メニューだけど
ボリュームある
かもちうどん!

電子レンジ
500W
3分

OK!

商品名	商品番号	人数	単品価格
ちっこいおかん	1427	2マンマ	1,760円 (税込 1,900円)
	1437	3マンマ	2,640円 (税込 2,851円)
	1447	4マンマ	3,520円 (税込 3,801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
味付けあげ	●						

フラスもっとたべたいんや



小腹が空いた時、夕食の一品に



商品番号 1417 冷蔵 60日

吉野家
牛丼の具

<120g> × 2P

小麦・牛肉・大豆・りんご

商品価格

799円
(税込) 862円

商品番号 1418 冷蔵 7日

紀文
パリパリポテト 3種のチーズ
<12粒>

卵・乳・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

●カもち貝だくさんうどん
うどん 2
鶏もも肉角切り (国産) 80
切り餅 2
味付けあげ 2
小松菜 (冷凍) 40
うどんスープ 2

2

3

4玉

お好みに切る
お好みに切って、トースターで色がつくまで焼く

ザク切り

① 鍋にうどんだしを入れて煮立て、鶏もも肉を加えて火が通ったらうどんを加えて煮、小松菜、味付けあげ、餅をのせ盛り付けます。

●レンチンキャベツのツナあえ
ツナ缶 1
キャベツ 100
酒 大2
こしょう 少々
ポン酢しょうゆ 少々

1

1

2缶

ザク切り

①

① 耐熱容器にキャベツ、ツナをのせ、①をふりかけてラップをして、電子レンジで約3分加熱し、混ぜ合わせます。

2/6 (金)

お届け日 2/4 (水)

ささみの竜田揚げ梅しそ巻き

がんもの煮物・わかめの味噌汁

30分 546kcal



ちっこいおかん



梅肉をささみとしそで
巻いた、ひと口サイズの
竜田揚げです。

商品名	商品番号	人数	単品価格
ちっこいおかん	1527	2マンマ	1,760円 (税込 1,900円)
	1537	3マンマ	2,640円 (税込 2,851円)
	1547	4マンマ	3,520円 (税込 3,801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
ささみの竜田揚げ (梅しそ巻き)	●	●	●				

フラスもっとたべたいんや



商品番号 1517 冷凍 30日

ささみの竜田揚げ (うめしそ巻き)
<10個>商品価格 758円
(税込) 818円

中村屋のシェフがレストランの味にこだわって
仕上げたグラタン! クリーミーなペンネ! ソースは
3種類のオキユルチーズで1層味味が深く
仕上げました。

商品番号 1518 冷凍 30日

新宿中村屋
エビのペンネグラタン
<220g>

小麦・乳・卵・えび・大豆

商品価格 680円
(税込) 734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

● ささみの竜田揚げ梅しそ巻き ささみの竜田揚げ (うめしそ巻き) サラダ油	10	15	20個		① ささみの竜田揚げは凍ったまま、約170℃の油で4分揚げます。
● がんもの煮物 一口がんも キャベツ 人参 だし汁 砂糖・酒 しょうゆ	4 100 小1 200cc 各大1/2 大3/4	6 150 小1 300cc 各大3/4 大1	8個 200g 大1本 400cc 各大1 大1 1/2	ザク切り 乱切り ①	① がんも、キャベツ、人参を①で煮ます。 【電子レンジ調理の場合】 ① キャベツ以外の材料と①を耐熱容器に入れ、ふんわりとラップをして500Wで7分加熱し、キャベツを加えて更に3分加熱します。
● 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 サラダ油、だしの素、砂糖、酒、しょうゆ、味噌

2/7 (土)

お届け日 2/6 (金)

牛すき丼

ごぼうサラダ・大根の味噌汁

25分 614kcal



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			●				
ごぼうサラダ (80g)	●		●				

フラスもっとたべたいんや



商品番号 1617 冷蔵 7日

カネテツ
淡路島産玉ねぎの天ぷら
(5枚)

商品価格

298円
(税込) 321円

卵・小麦・魚肉すり身



商品番号 1618 冷蔵 7日

紀文
カニかまにしたらば
(2P)

商品価格

328円
(税込) 354円

卵・えび・かに・大豆

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

●牛すき丼

牛肩ローススライス
(豪州産)
玉ねぎ
糸こんにゃく
卵
サラダ油
だし汁
砂糖
しょうゆ
みりん・酒
ご飯

120
小1
100
2180
小1
100
3240g
大1個
200g
4個

お好みに切る
薄切り
食べやすい長さに切る

150cc
大1
大3
各大 $\frac{2}{3}$ 225cc
大1 $\frac{1}{2}$
大4 $\frac{1}{2}$
各大1300cc
大2
大6
各大1 $\frac{1}{3}$

①

① 鍋に油を熱し、牛肉、玉ねぎ、糸こんにゃくを炒め、①を加えて煮、丼に盛ったご飯に煮汁と共にかけ、卵をのせます。

●ごぼうサラダ

ごぼうサラダ (80g)
キャベツ
ドレッシング

1
1001
1502P
200g

千切り

① キャベツを器に盛り、ごぼうサラダをのせ、お好みのドレッシングをかけます。

●大根の味噌汁

大根
小ねぎ
だし汁
味噌

100
1
400cc
大2150
1
600cc
大3200g
2本
800cc
大4

短冊切り
小口切り

① 鍋にだし汁を煮立て、大根を煮、味噌を溶き入れ、小ねぎを散らします。

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、ドレッシング、味噌

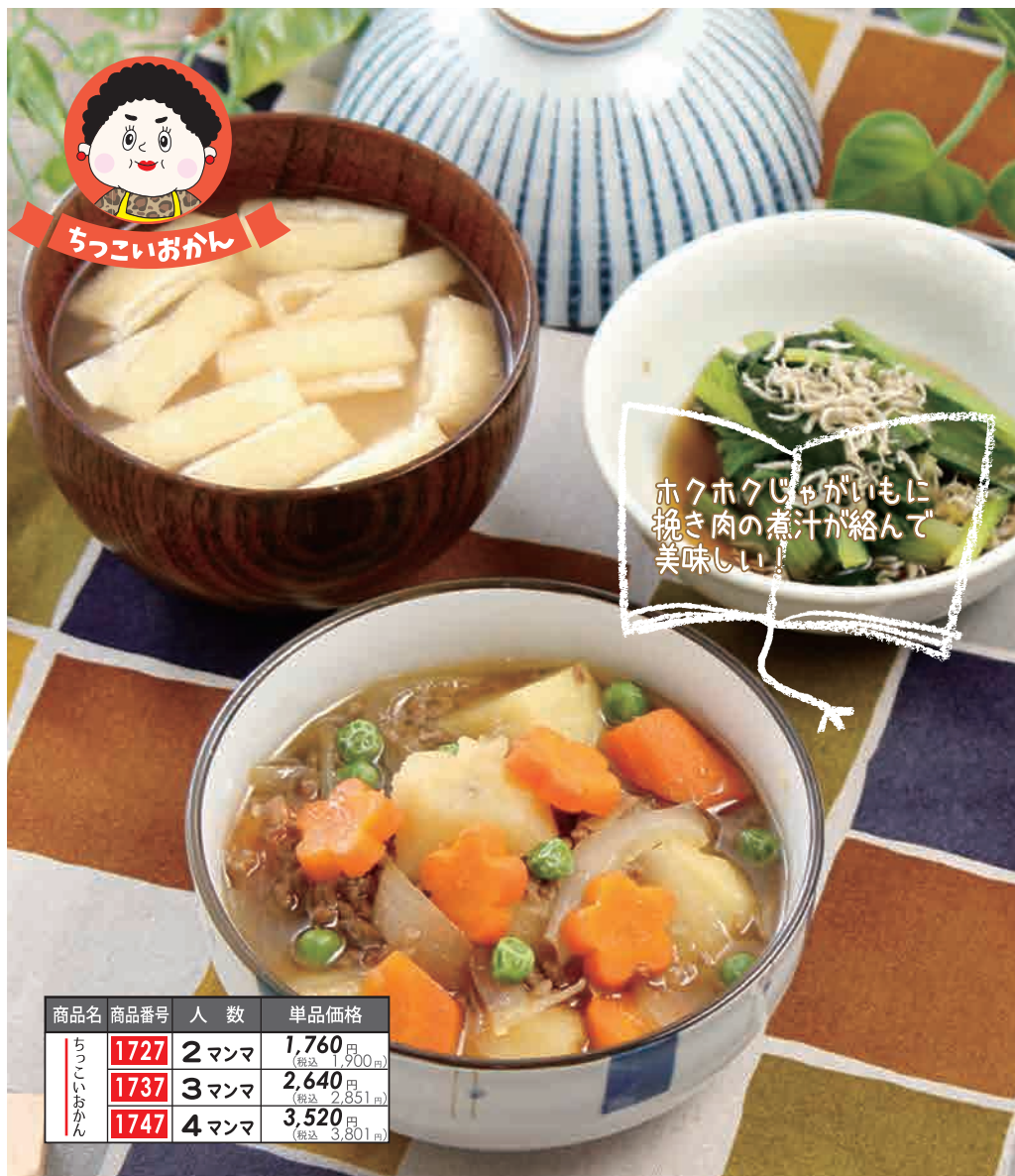
2/8 (日)

お届け日 2/6 (金)

じゃが芋のそぼろ煮

ちりめんと小松菜のお浸し・薄揚げの味噌汁

30分 430kcal



ホクホクじゃがいもに
挽き肉の煮汁が絡んで
美味しい！

商品名	商品番号	人数	単品価格
ちっこいおかん	1727	2マンマ	1,760円 (税込 1,900円)
	1737	3マンマ	2,640円 (税込 2,851円)
	1747	4マンマ	3,520円 (税込 3,801円)

フラスもっとたべたいんや



商品番号 1717

冷蔵 6日

ドリームフーズ
なにないの大粒肉しゅうまい
(8個入)

小麦・大豆・豚肉・鶏肉

商品価格

428円
(税込) 462円

まるで本物のホタテのような
食感と風味を再現した一口サイズの
ホタテ風味のかまぼこです。
バター焼きやサラダに



商品番号 1718

冷蔵 20日

カネハツ
ほぼホタテ
(6個)

卵・えび・かに・小麦・大豆

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

●じゃが芋のそぼろ煮

合挽肉 (国産)

じゃが芋

人参

玉ねぎ

グリーンピース

だし汁

砂糖

しょうゆ

酒・みりん

80

120

160g

6個

乱切り
お好みに切る
お好みに切る

3

5

大1本

大1個

小1

小1

大1個

大1個

小1

小1

大1個

大1個

適量

適量

適量

適量

200cc

300cc

400cc

大1½

大2¼

大3

大3

大2

大3

大4

大4

各大½

各大¾

各大¾

各大1

①

●ちりめんと小松菜のお浸し

小松菜 (冷凍)

ちりめん

だし汁

しょうゆ

塩

60

90

120g

20g

10

15

大4

大4

大2

大3

大1½

大1½

小2

大1

大1½

大1½

②

●薄揚げの味噌汁

薄揚げ (冷凍)

だし汁

味噌

½

½

1枚

短冊切り

400cc

600cc

800cc

大2

大3

大4

大4

① 合挽肉、じゃが芋、人参、玉ねぎを炒め、①を加えて煮、おろし際にグリーンピースを加え、一煮します。

① 小松菜、ちりめんを②で和えます。

① 鍋にだし汁を煮立て、薄揚げを入れて煮、味噌を溶き入れます。

Cook バリエ

佐賀県の名物シシリアンです☆
甘辛いお肉と生野菜がベストマッチ。

good!

20分
607kcal

今回あうちで楽しめる様に
ホットプレートを使用しました。
フライパンでも代用可能です。

Cook
B

シシリアンライス
をホットプレートで☆
佐賀のご当地グルメ

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	1122	1322	1522	2マンマ	1,760円 (税込 1,900円)
	1132	1332	1532	3マンマ	2,640円 (税込 2,851円)
	1142	1342	1542	4マンマ	3,520円 (税込 3,801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

●シシリアンライス

牛肩ローススライス
(豪州産) 160
卵 2
レタス 1/4
プチトマト 4
ホールコーン 40
にんにく 1
しょうゆ・酒・みりん 各大1
ごま油 各大1
ご飯 各大1
マヨネーズ 各大2

240
3
1/4
6
60
1
各大1 1/2
各大2

320g
4個
1/2玉
8個
80g
2片
①

お好みに切って④とにんにくに漬ける
食べやすい大きさに切る
お好みに切る
ラップで包んで500Wで1分加熱
すりおろす

- 1 熱したホットプレートに卵を割り入れ、目玉焼きを作り、取り出します。
- 2 ホットプレートにごま油を熱し、牛肉をたれごと炒め、取り出します。
- 3 ホットプレートにご飯をのせ、②、レタス、プチトマト、ホールコーン、①をトッピングし、マヨネーズをかけます。



Cook C
レンジで☆やわらか鶏のチリソース
フライパンでジャンボ焼き餃子

包まず豪快に！
包む手間いらずな、ジャンボ餃子です。
ひとつひとつ包む手間が要らずにお手軽で、
見た目のインパクト大◎



電子レンジ
500W
3分+4分

OK!

30分
585kcal

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
餃子の皮	●						
豆板醤	●						

	月	水	金	人数	単品価格
商品番号	1123	1323	1523	2マンマ	1,760円 (税込 1,900円)
	1133	1333	1533	3マンマ	2,640円 (税込 2,851円)
	1143	1343	1543	4マンマ	3,520円 (税込 3,801円)

※写真は2人分です。

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
● ジャンボ焼き餃子 合挽肉 (国産) 180 270 360g キャベツ 100 150 200g にんにく 2 3 4片 餃子の皮 20 30 40枚 餃子のタレ 2 3 4P 塩 少々 少々 少々 塩・こしょう 少々 少々 少々 酒・ごま油 各大1 各大1½ 各大2 しょうゆ・鶏がらスープの素 各小1 各小1½ 各小2 サラダ油				みじん切りにして塩をふり、水気をしぼる みじん切り(½使用) ①	① ボウルに合挽肉、キャベツ、にんにく、①を入れ、粘り気が出るまでよくこねます。 ② フライパンに油を薄くひき、半量の餃子の皮を重なるように広げて①を円状にのせ、残りの餃子の皮のふちに水を付けてのせ、タネの周りをしっかりと押さえます。 ③ ②を中火で3分焼き、50ml程度の水を入れ、フタをして水気がなくなるまで焼き、火からおろし、タレを添えます。
● やわらか鶏のチリソース 鶏胸肉 (国産) 180 270 360g 白ねぎ ½ ½ 1本 にんにく 1 1 2株 チンゲン菜 1 1 2株 豆板醤 1 2 2P ケチャップ・酒 各大2 各大3 各大4 ごま油 大1 大1½ 大2 鶏がらスープの素・片栗粉 各小1 各小1½ 各小2 豆板醤 1P分 1½P分 2P分				一口大に切る みじん切り みじん切り(½使用) 根を落とす ②	① チンゲン菜はラップで包み、500Wで2分加熱します。 ② 耐熱ボウルに鶏胸肉、白ねぎ、にんにく、①を入れて混ぜ、ふんわりとラップをして500Wで4分加熱し、全体を軽く混ぜ合わせて再度4分加熱し、お皿に盛って①を添えます。

今日のお買い物メモ 塩、こしょう、酒、ごま油、しょうゆ、鶏がらスープの素、サラダ油、ケチャップ、片栗粉



Cook バリエ

Cook



Cook
D

くるくる花畑鍋



25 分
462kcal

	月	水	金	人数	単品価格
商品番号	1124	1324	1524	2マンマ	1,760円 (税込 1,900円)
	1134	1334	1534	3マンマ	2,640円 (税込 2,851円)
	1144	1344	1544	4マンマ	3,520円 (税込 3,801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

● くるくる花畑鍋

豚バラ肉薄切り
(国産) 200
大根 200
人参 小1
白菜 1/2
えのき 100
水菜 適量
だし汁 800cc
しょうゆ 小2
塩 小1/2
ポン酢しょうゆ

300
300
小1
1/2
100
適量
1200cc
大1
小3/4

400g
400g
大1本
1/2玉
100g
適量
1600cc
大1 1/3
小1

縦に広げて巻く
薄切りにして巻く
薄切りにして巻く
ザク切り
根元を落としてほぐす
ザク切り

①

① 鍋に①を入れて混ぜ、白菜を敷き詰め、その上に豚バラ肉、大根、人参をのせ、隙間にえのきと水菜を差し込みます。

② フタをして中火で10分程度加熱し、豚肉に火が通ったら、ポン酢しょうゆをつけてお召し上がり下さい。



「単品マーケット」 SEPARATELY MARKET

肉・ハム・ソーセージ・水産

お届け日 **2/2** (月)

特価!!



商品番号 **5001** 冷凍 10日

国産
鶏胸肉
(500g)

商品価格 ~~598円~~ (税込) 645円

商品価格 **470円**
(税込) 507円



商品番号 **5002** 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 **1,798円**
(税込) 1,941円



商品番号 **5003** 冷凍 10日

国産
牛肩ロース薄切り
(140g)

商品価格 **850円**
(税込) 918円



商品番号 **5004** 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 **898円**
(税込) 969円



商品番号 **5005** 冷凍 10日

京都府産
日吉豚モモスライス
(180g)

商品価格 **698円**
(税込) 753円



商品番号 **5006** 冷凍 10日

国産
豚ローステキカツ
(80g×2枚)

商品価格 **498円**
(税込) 537円



商品番号 **5007** 冷凍 10日

鹿児島県産
茶美豚切り落とし
(200g)

商品価格 **598円**
(税込) 645円



商品番号 **5011** 冷蔵 20日

伊藤ハム
チーズイン
(71g×2P) JAN490123-490850(2B)

乳・豚肉・鶏肉・大豆・ゼラチン

商品価格 ~~400円~~ (税込) 432円

商品価格 **350円**
(税込) 378円



商品番号 **5012** 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・ゼラチン

商品価格 **298円**
(税込) 321円



商品番号 **5013** 冷蔵 20日

伊藤ハム お肉屋さんの惣菜
厚切りハムカツ
(183g)

卵・乳・小麦
豚肉・大豆

商品価格 **398円**
(税込) 429円



商品番号 **5014** 冷蔵 20日

伊藤ハム お肉屋さんの惣菜
メンチカツ
(183g)

卵・乳・小麦
豚肉・大豆

商品価格 **398円**
(税込) 429円



商品番号 **5015** 冷蔵 20日

伊藤ハム 朝のフレッシュ
ロースハム
(37g×3連)

卵・乳・豚肉・大豆

商品価格 **348円**
(税込) 375円



商品番号 **5016** 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)

卵・乳・豚肉・大豆

商品価格 **348円**
(税込) 375円



商品番号 **5017** 冷蔵 20日

伊藤ハム
ロイヤルポールウインナー
(10本入)

卵・乳・小麦・牛肉
豚肉・大豆

商品価格 **458円**
(税込) 494円



商品番号 **5021** 冷凍 10日

アラスカ産
赤魚味噌漬
(60g×2切)
小麦・大豆

商品価格 ~~498円~~ (税込) 537円

商品価格 **450円**
(税込) 486円



商品番号 **5022** 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 **5023** 冷凍 10日

ノルウェー産他
サバフィレ
(90g×2枚)

商品価格 **398円**
(税込) 429円



商品番号 **5024** 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 **5025** 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 **398円**
(税込) 429円



商品番号 **5026** 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 **5027** 冷凍 10日

やまや
たらこ
(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・こんにゃく・練り物

お届け日 **2/4** (水)

みかんより甘みが強くコクのある味わいと「ポンカン」ならではの独特な甘い香りが魅力！



商品番号 **5031**
愛媛県産地
ポンカン
(L~2L) 2~3個

商品価格 ~~980円~~
(税込) 1,058円
850円
(税込) 918円



商品番号 **5032**
大阪府産他
小松菜
(約150g)

商品価格 **198円**
(税込) 213円



商品番号 **5033**
北海道産他
大根
(1/2本)

商品価格 **150円**
(税込) 162円



商品番号 **5034**
熊本県産他
ミニトマト
(150g)

商品価格 **398円**
(税込) 429円



商品番号 **5035**
北海道産他
メークイン
(800g)

商品価格 **598円**
(税込) 645円



商品番号 **5036**
群馬県産他
キャベツ
(1/4玉)

商品価格 **120円**
(税込) 129円



商品番号 **5037**
フィリピン産他
バナナ
(3~5本)

商品価格 **198円**
(税込) 213円

特売!



商品番号 **5041** 冷蔵4日
京禅庵
とろける揚げ出しとうふ
(6個入)
大豆

商品価格 ~~298円~~
(税込) 321円
258円
(税込) 278円



商品番号 **5042** 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 **5043** 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 **5044** 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 **5045** 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 **5046** 冷蔵30日
山太
板こんにゃく
(250g)

商品価格 **100円**
(税込) 108円



商品番号 **5047** 冷蔵30日
山太
糸こんにゃく
(200g)

商品価格 **100円**
(税込) 108円



商品番号 **5051** 冷蔵5日
伏見蒲鉾
えび入紅しょうが揚
(6個入)
小麦・卵・大豆

商品価格 ~~358円~~
(税込) 386円
258円
(税込) 278円



商品番号 **5052** 冷蔵5日
カネツツデリカフーズ
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 **5053** 冷蔵5日
カネツツデリカフーズ
蒲鉾(赤)
(80g)

商品価格 **150円**
(税込) 162円



商品番号 **5054** 冷蔵10日
カネツツ
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 **5055** 冷蔵6日
ミツカン
なっとういち超小粒
(45gx3段)

商品価格 **128円**
(税込) 138円



商品番号 **5056** 冷蔵6日
ミツカン 金のつぶ
たまご醤油たれ
(40gx3段)

商品価格 **128円**
(税込) 138円

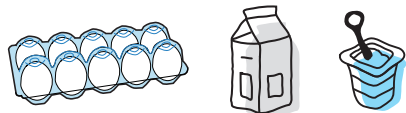


商品番号 **5057** 冷蔵5日
タカノフーズ
しそ海苔納豆
(40gx3段)

商品価格 **128円**
(税込) 138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 **2/2** (月)



商品番号 **5061** 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 **5062** 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 **5063** 冷蔵 8日

愛知県産他
うすらのたまご
(10個入)
卵

商品価格 **140円**
(税込) 151円



商品番号 **5064** 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 **5065** 冷蔵 15日

紀文
半熟 煮たまご
(2個)
卵

商品価格 **240円**
(税込) 259円



商品番号 **5071** 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 **5072** 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 **5073** 冷蔵 60日

カゴメ
グリーンスムージー
(1000ml)
卵

商品価格 **498円**
(税込) 537円



商品番号 **5074** 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 **5075** 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 **5076** 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 **5077** 冷蔵 7日

明治
スルガリアヨーグルトLB81
(プレーン)
(400g)
乳

商品価格 **210円**
(税込) 226円



商品番号 **5078** 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 **5079** 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 **5080** 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 **5081** 冷蔵 20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 **5082** 冷蔵 7日

大山乳業
白パラ牛乳
(900ml)
乳

商品価格 **530円**
(税込) 572円



商品番号 **5083** 冷蔵 7日

大山乳業
白パラカフェオレ
(900ml)
乳

商品価格 **550円**
(税込) 594円



商品番号 **5084** 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)
卵

商品価格 **145円**
(税込) 156円



商品番号 **5085** 冷蔵 60日

らくれん
スタミンお徳用
(65ml × 10本入)
卵

商品価格 **250円**
(税込) 270円



商品番号 **5086** 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 **5087** 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 **5088** 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 **5089** 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 **5090** 冷蔵 14日

雪印メグミルク
MBP ドリンク (糖類オフ・低カロリー)
(100g) × 12本
乳

商品価格 **1,656円**
(税込) 1,788円



商品番号 **5091** 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 **5092** 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 **5093** 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 **5094** 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 **5095** 常温 60日

明治
ザバスプロテイン脂肪0 パナナ
(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 **2/2** (月)



商品番号 **5111** 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 **5112** 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 **5113** 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 **5114** 常温
4日

神戸屋
板チョコデニッシュ
(4個入)

商品価格 **220円**
(税込) 237円



商品番号 **5115** 常温
4日

神戸屋
果樹園のアッフルデニッシュ
(4個入)

商品価格 **220円**
(税込) 237円



商品番号 **5116** 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 **5117** 常温
4日

ボローニャ
メーフルデニッシュ
(1.5斤)

商品価格 **1,250円**
(税込) 1,350円



商品番号 **5118** 常温
4日

ボローニャ
クルミデニッシュ
(1.5斤)

商品価格 **1,400円**
(税込) 1,512円



商品番号 **5119** 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 **5120** 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



商品番号 **02**

マンマダイシン
マンマ特選米
(5kg)

商品価格 **3,980円**
(税込) 4,298円



商品番号 **12**

新潟県産
朱鷺と暮らす郷
(2kg)

商品価格 **3,250円**
(税込) 3,510円



商品番号 **18**

新潟県産
魚沼産
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 100%
(5kg)

商品価格 **4,780円**
(税込) 5,162円



少量の2kg

商品番号 **16**

丹波産
ミルキークリーン
(2kg)

商品価格 **2,980円**
(税込) 3,218円



商品番号 **5131**

三井製糖 スプーン印
上白糖
(1kg)

商品価格 **325円**
(税込) 351円



商品番号 **5132**

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 **5133**

ハナマルキ無添加
香り熟成こうじみそ
(750g)

商品価格 **398円**
(税込) 429円



商品番号 **5134**

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 **5135**

天眞醤油
ぼん酢
(1800ml)

商品価格 **1,720円**
(税込) 1,857円



商品番号 **5136**

ジェフダスラ
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 **5137**

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 **5138**

味の素
マヨネーズライトタイプ
(1kg)

商品価格 **780円**
(税込) 842円



商品番号 **5139**

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 **5140**

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 **5141**

ジェフダ
サラダ油
(1500g)

商品価格 **758円**
(税込) 818円



商品番号 **5142**

日清オイル
香りひき立つごま油
(250g)

商品価格 **498円**
(税込) 537円



商品番号 **5143**

ミツカン
カンタン酢
(1000ml)

商品価格 **558円**
(税込) 602円



商品番号 **5144**

ジェフダスラ
みりん風調味料
(1800ml)

商品価格 **550円**
(税込) 594円



商品番号 **5145**

ジェフダスラ
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 **2/2** (月)

電子レンジで簡単！ ヘルシーおかずシリーズ



商品番号 **5161** 冷凍 60日 レンジ
赤魚の煮付け
297kcal 蛋白質 14.0g
脂質 13.7g 炭水化物 28.2g
食塩 2.4g
商品価格 **650円**
(税込) 702円



商品番号 **5162** 冷凍 60日 レンジ
和風カツの卵とし
275kcal 蛋白質 13.4g
脂質 14g 炭水化物 25.5g
食塩 2.6g
商品価格 **650円**
(税込) 702円



商品番号 **5163** 冷凍 60日 レンジ
トマトソースのチーズハンバーグ
283kcal 蛋白質 15.2g
脂質 12.5g 炭水化物 27.1g
食塩 2.5g
商品価格 **650円**
(税込) 702円



商品番号 **5164** 冷凍 60日 レンジ
エビカツ
306kcal 蛋白質 10.5g
脂質 14.1g 炭水化物 33.9g
食塩 1.8g
商品価格 **650円**
(税込) 702円



商品番号 **5165** 冷凍 60日 レンジ
牛肉のスタミナ炒め
329kcal 蛋白質 11.9g
脂質 20.5g 炭水化物 25.5g
食塩 2.3g
商品価格 **650円**
(税込) 702円



商品番号 **5166** 冷凍 60日 レンジ
鶏のから揚げ
420kcal 蛋白質 14.7g
脂質 24.8g 炭水化物 33.8g
食塩 2.5g
商品価格 **650円**
(税込) 702円



商品番号 **5167** 冷凍 60日 レンジ
白身魚のすりおろし野菜ソース
293kcal 蛋白質 15.5g
脂質 13.5g 炭水化物 27.0g
食塩 2.1g
商品価格 **650円**
(税込) 702円



うまい！たべたい！
おいでまい！
新登場！
電子レンジで
お弁当！
商品番号 **5171** 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 **5172** 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 **980円**
(税込) 1,058円



商品番号 **5173** 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 **980円**
(税込) 1,058円



商品番号 **5174** 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 **5175** 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 **2/4** (水)



商品番号 **5176** 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 **5177** 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 **5178** 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 **5179** 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 **5180** 常温 120日
大丸商事
韓国のり〈お徳用〉
(8切6枚 × 12袋詰)
商品価格 **498円**
(税込) 537円

お届け日 **2/4** (水)



商品番号 **5501**
サンガリア
つぶみオレンジ
(190gx 30本)
1本あたり
80円

商品価格 **3,600円**
(税込) 3,888円
商品価格 **2,400円**
(税込) 2,592円



商品番号 **5502**
アサヒ
カルピスウォーター
(350mlx 24本)
商品価格 **2,060円**
(税込) 2,224円



商品番号 **5503**
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 **5504**
コカコーラボトラーズ
コカコーラ
(350mlx 24本)
商品価格 **2,280円**
(税込) 2,462円



商品番号 **5505**
伊藤園
天然ミネラル麦茶
(2Lx 6本)
商品価格 **1,068円**
(税込) 1,153円



商品番号 **5506**
伊藤園
茶の間緑茶
(2Lx 6本)
商品価格 **1,068円**
(税込) 1,153円



商品番号 **5507**
尾鷹路
熊野古道の水 (鉱水)
(2Lx 6本)
商品価格 **598円**
(税込) 645円



「単品マーケット」 SEPARATELY MARKET

日用雑貨・雑貨

お届け日 **2/2** (月)

商品番号 **5401**

花王
キュキュット
(240ml)

商品価格 **150円**
(税込) 165円

商品番号 **5402**

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 **5403**

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 **5404**

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 **550円**
(税込) 594円

商品番号 **5405**

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 **5406**

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 **5407**

HEIKO
アルミホイル
(30cm x 50m)

商品価格 **398円**
(税込) 437円

商品番号 **5408**

クレシア
スコッティキッチンタオル
(75組 x 3箱)

商品価格 **398円**
(税込) 429円

商品番号 **5409**

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 **5410**

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 **5411**

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 **5412**

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 **5413**

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 **5414**

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 **5415**

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 **5416**

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 **5417**

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 **5418**

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 **5419**

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 **5420**

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 **2/4** (水)

鳴門金時 100%使用



商品番号 **5451**

鳴門のいも屋

芋棒 (400g)

冷凍
60日

商品価格

798円

(税込) 861円

自然の恵みで育てられたなると金時を皮つきで
スティック状にカットし食べやすくしました。
餡を絡ませ胡麻をまぶして、素材の味を香ばしい風味を
お楽しみ頂けます。

「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
2/6 金



商品
番号 **1191**

叙々苑

焼肉ライスバーガー（特製）
〈120g〉×2

アレルギー物質	小麦	乳	卵	アーモンド	大豆	えび	かに
	●	●	●	●	●		

商品
価格 **880**円
(税込) 950円



商品
番号 **1192**

宝塚いろは

オムそば
〈1P〉

アレルギー物質	小麦	乳	卵	豚肉	大豆	りんご
	●	●	●	●	●	●

商品
価格 **750**円
(税込) 810円



商品
番号 **1193**

サンラヴィアン

本格濃厚チーズブレ
〈1P〉

アレルギー物質	小麦	乳	卵	りんご	大豆	えび	かに
	●	●	●	●	●		

商品
価格 **550**円
(税込) 594円



商品
番号 **1194**

宝塚いろは

オムそばめし
〈1P〉

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

商品
価格 **750**円
(税込) 810円



商品
番号 **1195**

四陸

具だくさん八宝菜
〈170g〉

アレルギー物質	えび	小麦	卵	いか	ごま	大豆	鶏肉
	●	●	●	●	●	●	●

商品
価格 **680**円
(税込) 734円



商品
番号 **1196**

加寿屋

かすうどん
〈1P〉

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

商品
価格 **600**円
(税込) 648円

大阪王将
OSAKA KINGS

今週のまんま一押し SELECT!

肉原料を使用せず、餃子の旨みを追求した逸品。
具材は大豆たん白、キャベツ、ニラ、にんにく、しょうがと
畑から取れるものに限定しました。

商品
番号 **1197**

大阪王将
大地の恵 餃子

(簡易包装) 小麦・ごま・大豆・りんご
60個入

商品
価格 ~~1,200~~円

商品
価格

500円
(税込) 540円

58%
off