



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	7/13 月	7/14 火	7/15 水	7/16 木	7/17 金	7/18 土	7/19 日
お届け日	月・火 2日分 お届け	休業日	水・木・金 3日分 お届け	休業日	土・日・月 3日分 お届け	休業日	休業日

今週の めっちゃうまいやん

常温で日持ちする便利な生麺

きねうち麺

お届け日
7/17 金

上品な関西風うどんは、本醸造うすくち醤油ベースに、かつお節、昆布、しいたけのだしを取り、本みりんを加えました。ふんわりトロリとした食感に、もっちりしたコシが特長です。

4181

サンサス

きねうちなつかしうどん

(2食入)

小麦・大豆・さば

常温
80日

商品
価格

550 円

(税込) 594 円

そば粉100%の十割そばです。つなぎも食塩も不使用のヘルシー志向の一品！本醸造しょうゆの深みと数種類のだしで仕込んだ本格的なつなぎそばの美味しさを一層引き立てます。

4183

サンサス

十割ざるそば

(2食入)

麺：そば
スープ：大豆・さば

常温
80日

商品
価格

550 円

(税込) 594 円

厳選したそば粉100%・グルテンフリーの十割そばです。

4185

サンサス

カレーそば

(2食入)

麺：小麦・そば
スープ：大豆・小麦
鶏肉・豚肉・りんご

商品
価格

550 円

(税込) 594 円

常温
80日

4182

サンサス

梅ぶっかけうどん

(2食入)

小麦・大豆

常温
80日

商品
価格

550 円

(税込) 594 円

爽やかな梅の酸味と、まろやかなかつお出汁の旨味がきいたつゆにシコシコの歯ごたえとツルツルしたのどごしの細うどんを使用。そのままでも、お好みの具材をのせてお召し上がり下さい。

焼きあじだしの旨味とすだちの爽やかな酸味がきねうちうどんにぴったり！北海道小麦100%

4184

サンサス

冷かけすだちうどん

(2食入)

小麦・大豆

常温
80日

商品
価格

550 円

(税込) 594 円

コリコリした食感が特長のそば粉入り冷麺です。本場韓国風の極細冷麺は冷たいスープやサラダ風にアレンジにもよく合います。

4186

サンサス

冷麺

(2食入)

麺：小麦・そば
スープ：大豆・小麦
鶏肉・豚肉・りんご

商品
価格

550 円

(税込) 594 円

常温
80日

今回のおすすめ
ミールキット！

Cook バリエ
P.10~P.13

P.12

Cook C

やみつきちキンのワンプレート
コンソメスープ

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	8,400円 (税込 9,070円)	41276	10,080円 (税込 10,884円)	41277	11,760円 (税込 12,698円)
3マンマ	41375	12,600円 (税込 13,605円)	41376	15,120円 (税込 16,326円)	41377	17,640円 (税込 19,047円)
4マンマ	41475	16,800円 (税込 18,140円)	41476	20,160円 (税込 21,768円)	41477	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。



人気のサーモンねぎとろ丼は具をご飯にのせるだけの超簡単メニュー。

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。

サーモンねぎとろ丼

じゃが芋の具たくさん汁

20分 548kcal

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	1,760円 (税込 1,900円)
	4139	4239	4339	4439	4539	4639	4739	3マンマ	2,640円 (税込 2,851円)
	4149	4249	4349	4449	4549	4649	4749	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

●サーモンねぎとろ丼

サーモンねぎとろ丼の具
刻みのり
ご飯
しょうゆ

2
1

3
2

4P
2P

解凍しておく

① 器に盛ったご飯にサーモンねぎとろ丼をのせ、刻みのりを散らし、お好みでしょうゆをかけます。

●じゃが芋の具たくさん汁

豚肉切り落とし
(国産)
じゃが芋
人参
玉ねぎ
だし汁
味噌

40
1

60
1

80g
2個

お好みに切る
お好みに切る
お好みに切る
お好みに切る

小1
小1

小1
小1

大1本
大1個

400cc
大2

600cc
大3

800cc
大4

① 鍋にだし汁を煮立て、材料を入れて煮、味噌を溶き入れます。

7/13 (月)

お届け日 7/13 (月)

ささみチーズカツ

ナポリタン・ビーフコンソメスープ

30分 768kcal

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
ささみチーズカツ	●	●					
スパゲティ	●						
ベーコン		●	●				
ビーフコンソメスープ	●	●					

プラスもっとたべたいんや



商品番号 4117 冷蔵 30日

マンマオリジナル
ささみチーズカツ
(120g × 2枚)

商品価格

598円
(税込) 645円

商品番号 4118 冷蔵 30日

カネハツ
サラダに! まめ
(125g) × 2P
大豆

商品価格

398円
(税込) 429円ささみチーズカツは
マンマオリジナル

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	1,760円 (税込 1,900円)
	4137	3マンマ	2,640円 (税込 2,851円)
	4147	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

●ささみチーズカツ

ささみチーズカツ
(120g)
キャベツ
サラダ油2
1003
1504個
200g

千切り

① フライパンに多めの油を熱し、凍ったままのささみチーズカツを揚げ焼きし、器に盛ってキャベツを添えます。

●ナポリタン

スパゲティ
玉ねぎ
カットベーコン
ピーマン
バター
塩
塩・こしょう
ケチャップ160
小1
30
1/2
少々
大2240
小1
45
1
少々
大3320g
大1個
60g
1個
少々
大4塩を加えた熱湯でゆで、水気を切る
くし形切り
お好みに切る
お好みに切る

①

① フライパンにバターを熱し、玉ねぎ、ピーマン、ベーコンを炒め、スパゲティを加えて更に炒め、①で調味します。

●ビーフコンソメスープ

2

3

4P

① ビーフコンソメスープ1Pにつき、150ccの熱湯で溶きます。

今日のお買い物メモ サラダ油、バター、塩、こしょう、ケチャップ

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。)

7/14 (火)

お届け日 7/13 (月)

豚肉のおろし和え

人参のツナ炒め

20分 401kcal



豚肉を大根おろしと一緒にざっぱりと。

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	1,760円 (税込 1,900円)
	4237	3マンマ	2,640円 (税込 2,851円)
	4247	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 4217 冷蔵 10日

国産
豚ローススライス
(150g)

商品価格

458円
(税込) 494円

商品番号 4218 冷蔵 20日

名城食品
冷し中華
(2人前)

商品価格

298円
(税込) 321円

小麦・卵・ごま・大豆・豚肉

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

●豚肉のおろし和え

豚ローススライス
(国産) 160
大根 100
ピーマン 2
しょうゆ 大1
みりん・酒 各大1/2
サラダ油 各大1/2
塩・こしょう 少々

240
150
3
大1 1/2
各大3/4
少々

320g
200g
4個
大2
各大1
少々

食べやすく切り、①に漬ける
すりおろす
お好みに切る

①

① フライパンに油を熱し、ピーマンをサッと炒めて塩、こしょうをふり、取り出します。

② ①のフライパンに油を足し、豚肉を炒めて大根おろしと和え、器に盛って①を添えます。

●人参のツナ炒め

人参 小1
ツナ缶 1/2
玉ねぎ 小1
刻みパセリ 1/2
バター
塩・こしょう

小1
1
小1
1

大1本
1缶
大1個
1P

短冊切り
解凍する
みじん切り

① 人参は500Wで約2分加熱します。

② フライパンにバターを熱して玉ねぎを炒め、ツナ、①を加えて更に炒め、塩、こしょうで調味し、パセリを散らします。

7/15 (水) タラのホイル焼き

小松菜のソテー

20分 339kcal

お届け日 7/15 (水)



ちっこいおかん

具材と調味料をホイルに包んで、あとはオーブントースターにお任せ！待ってる間にもう一品作れば時間も無駄になりません。

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	1,760円 (税込 1,900円)
	4337	3マンマ	2,640円 (税込 2,851円)
	4347	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
ベーコン		●	●				

フラスもっとたべたいんや



つめたく冷して、いただく茶碗蒸しのどし爽やかな清涼感をお楽しみ下さい。



商品番号 4317 冷蔵 15日

ふじや食品
冷やし茶碗むし
<110g×4P>

小麦・卵・大豆

商品価格

398円
(税込) 429円

添付の焼塩で食べるあっさり味のしそ餃子！



商品番号 4318 冷蔵 7日

ドリームフーズ
しそ餃子
<16個入>

小麦・大豆・豚肉・鶏肉

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

●タラのホイル焼き

タラ切身 (80g)
アスパラガス
しめじ
塩・こしょう
バター
しょうゆ・みりん

2
2
40
少々
各大½

3
3
60
少々
各大¾

4切
4本
80g
少々
各大1

塩、こしょうをふって①に漬ける
お好みに切る
小房に分ける
①

① 30cm角のアルミホイルの中央にバターを塗り、タラ、アスパラガス、しめじをのせて包み、オーブントースターで約15分焼きます。

●小松菜のソテー

小松菜
カットベーコン
ホールコーン
塩・こしょう
バター

½
20
40
少々

¾
30
60
少々

1ワ
40g
80g
少々

お好みに切る
お好みに切る

① フライパンにバターを熱し、ベーコン、小松菜、コーンの順に炒め、塩、こしょうで調味します。

今日のお買い物メモ 塩、こしょう、バター、しょうゆ、みりん

7/16 (木)

お届け日 **7/15 (水)**

きのこの炊き込みごはん

豚ポン和え・さっぱり冷や汁

35分 763kcal



きのこたっぷり♪
素材を楽しむ炊き込みご飯☆

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	1,760円 (税込 1,900円)
	4437	3マンマ	2,640円 (税込 2,851円)
	4447	4マンマ	3,520円 (税込 3,801円)

プラスもっとたべたいんや

いかの歯応えと旨味が
クセになる一品です。

商品番号 **4417** 冷蔵 5日

伏見蒲鉾
レモンで美味しい
(63g・レモン果汁付)
卵・小麦

商品価格 **258円**
(税込) 278円

まるでうなぎの蒲焼き！うなる美味しさ
電子レンジ約1分で直火焼きて、
香ばしい！

商品番号 **4418** 冷蔵 7日

一正
うなぎ次郎
(2枚)
卵・小麦・いか
大豆・セラチン

商品価格 **458円**
(税込) 494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

●きのこの炊き込みごはん

えのき茸	40	60	80g	根元を切る 小房に分ける 薄切り 熱湯にさっと通して薄切り 細切り ① ②
しめじ	40	60	80g	
椎茸	1	2	2枚	
薄揚げ(冷凍)	1/2	1/2	1/2枚	
人参	小1	小1	大1本	
酒・しょうゆ	各大1/2	各大3/4	各大1	
米	1.5合	2合	3合	
だし汁	300cc	400cc	600cc	
薄口しょうゆ	大1 1/2	大2	大3	
酒	大1	大1 1/2	大2	
みりん	大1 1/2	大2 2/3	大1	
塩	小1 1/3	小1 1/2	小3/4	

- ① えのき、しめじ、椎茸、人参、薄揚げに①をふりかけてよく混ぜ合わせます。
- ② 洗った米に②と①を合わせて炊き上げます。

●豚ポン和え

太もやし	100	150	200g
豚肉切り落とし (国産)	60	90	120g
刻みのり	1	2	2P
ポン酢しょうゆ			
サラダ油			

- ① 油を熱したフライパンで豚肉を焼き、太もやしを加えて更に炒めます。
- ② ①を器に盛って刻みのりをちらし、ポン酢しょうゆをかけます。

●さっぱり冷や汁

木綿豆腐 (150g)	1/2	1	1P	角切り 小口切り
きゅうり	1	1	1本	
すりごま	1/2	1	1P	
だし汁	400cc	600cc	800cc	
味噌	大2	大3	大4	

- ① 鍋にだし汁を煮立て、豆腐を加えて煮、きゅうり、すりごまを加えてひと煮し、味噌を溶き入れ、冷蔵庫でしばらく冷やします。

今日のお買い物メモ 酒、しょうゆ、米、だしの素、薄口しょうゆ、みりん、塩、ポン酢しょうゆ、サラダ油、味噌

7/17 (金)

お届け日 7/15 (水)

大阪王将焼き餃子

金華スープの醤油ラーメン

30分 625kcal



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	1,760円 (税込 1,900円)
	4537	3マンマ	2,640円 (税込 2,851円)
	4547	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
大阪王将餃子	●	●					
金華スープの醤油ラーメン	●		●				

フラスもっとたべたいんや



商品番号	4517	冷凍 30日
ポムの樹 ポムオムオムライス (230g)		
小麦・卵・乳・さば 大豆・鶏肉・豚肉		
商品価格	480円	(税込) 518円



商品番号	4518	冷蔵 6日
ドリームフーズ 黒豚入り 大粒にら餃子 (5個)		
小麦・大豆・豚肉・鶏肉・ごま		
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
●大阪王将焼き餃子 大阪王将餃子 餃子のタレ サラダ油	12 2	18 3	24個 4P		① フライパンに油を熱し、一度火を消して凍ったままの餃子を並べ、強火で1分焼き目をつけます。 ② カップ1/2弱(80cc)の水を①に入れ、フタをして中火で約4分焼きながら蒸します。 ③ フタを取り、中火で水気がなくなるまで焼き上げます。
●金華スープの醤油ラーメン 大阪王将金華スープの醤油ラーメン	2	3	4P		① 【鍋調理の場合】鍋に水300mlを入れ沸騰したら凍ったままの具付き麺を上にして入れ、麺をほぐしながら約1分30秒加熱します。 ② 沸騰したら火を止め、スープを入れ、良くかき混ぜ器に盛ります。 ① 【電子レンジ調理の場合】凍ったままの具付き麺を外袋から外し、内袋に入ったまま耐熱皿にのせて、500W約4分40秒加熱します。 ② 液体スープを器に入れ、沸騰したお湯300mlでよくかきまぜ溶かし、温めた麺を器にほぐしながら入れます。

今日のお買い物メモ サラダ油

7/18 (土)

お届け日 7/17 (金)

イカと野菜のオイスター炒め

蒸しシューマイ 豆腐の海藻サラダ

25分 271kcal

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
中華オイスターソース	●						
ひとくち焼売	●						



お手軽に中華を楽しみたい時に、サッとできる簡単レシピ。おいしく作るポイントは長く炒めすぎないようにすること。

簡単ソースが付いて旨み UP!

商品名	商品番号	人数	単価価格
ちっこいおかん	4627	2マンマ	1,760円 (税込 1,900円)
	4637	3マンマ	2,640円 (税込 2,851円)
	4647	4マンマ	3,520円 (税込 3,801円)

プラスもっとたべたいんや



商品番号 4617 冷凍 90日

大阪王将
炒めチャーハン
1P

小麦・卵・大豆・豚肉

商品価格

330円
(税込) 356円

湯葉に豚肉・木耳・青梗菜・椎茸に海老も入ったたっぷり具材を温めてご飯にかけるだけで手軽に湯葉入り中華丼が出来上がります。



商品番号 4618 冷凍 30日

梅の花
中華風湯葉あん
(1P)

小麦・乳・えび
大豆・鶏肉・豚肉

商品価格

550円
(税込) 594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

●イカと野菜のオイスター炒め
ムキイカ短冊 (カット)
キャベツ
キクラゲ
玉ねぎ
人参
中華オイスターソース
中華オイスターソース
ごま油

100
100
適量
小1
小1
1
1P分

150
150
適量
小1
小1
1
1P分

200g
200g
適量
大1個
大1本
2P
2P分

ザク切り
ぬるま湯で戻してお好みに切る
くし型切り
短冊切り

① 玉ねぎと人参は電子レンジ500Wで3分加熱します。
② フライパンにごま油を熱し、ムキイカ、キャベツ、キクラゲを炒め、①を加えて更に炒め、中華オイスターソースで調味します。

●蒸しシューマイ

ひとくち焼売

6

9

12個

① 焼売は電子レンジ500Wで約2分加熱します。

●豆腐の海藻サラダ

海藻ミックス
絹こし豆腐 (150g)
ドレッシング

4
2

6
3

8g
4P

水で戻し、水気を切る
お好みに切る

① 海藻ミックス、豆腐を器に盛り、お好みのドレッシングをかけます。

7/19 (日)

お届け日 **7/17 (金)**

鶏ささ身と玉ねぎの香味だれ

五目煮

25分 515kcal



ささ身を使うことで、ヘルシーメニューに！

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	1,760円 (税込 1,900円)
	4737	3マンマ	2,640円 (税込 2,851円)
	4747	4マンマ	3,520円 (税込 3,801円)

フラスもっとたべたいんや



夕食にフラスワン！
お弁当にも便利！



商品番号 4717

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

ふんわり美味しい、はんぺん！
ツナの旨みとオニオンの甘みが
クセになる！具たっぷり♪



商品番号 4718

冷蔵 7日

一正
ツナマヨ風味 サンドはんぺん
(4個)

卵・乳・小麦・大豆・鶏肉
やまいも・ゼラチン

商品価格

228円
(税込) 246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

●鶏ささ身と玉ねぎの香味だれ

鶏ささ身 (国産)
玉ねぎ
れんこん薄切り
生姜
にんにく
しょうゆ・酒
酢・しょうゆ
砂糖・ごま油・水
片栗粉
サラダ油

6
大1
60
適量
1
各小2
各大2
各大1

9
大1
90
適量
1
各大1
各大3
各大1½

12本
大2個
120g
適量
2片
各大1½
各大4
各大2

筋を取ってそぎ切りにし、①に漬ける
薄くスライスし、水にさらす (½使用)
お好みに切る
みじん切り
みじん切り

①
㊟

① 鶏ささみは水分を軽くふいて片栗粉をまぶし、油を熱したフライパンでこんがりと焼きます。
② ①にれんこんを加えてサッと炒め、㊟とにんにく、生姜を加えてひと煮立ちさせ、器に盛って玉ねぎをのせます。

●五目煮

一口がんも
玉ねぎ
しめじ
人参
かぼちゃ
だし汁
砂糖
しょうゆ
酒

6
40
小1
⅛
200cc
大¾
大2¼
大1½

9
(主菜より)
60
小1
⅛
300cc
大1
大3⅓
大2¼

12個
80g
大1本
¼玉
400cc
大1½
大4½
大3

お好みに切る (½使用)
小房に分ける
乱切り
一口大に切る

㊟

① 鍋に㊟を入れて煮立て、一口がんも、玉ねぎ、しめじ、人参、かぼちゃを加えて煮ます。

今日のお買い物メモ しょうゆ、酒、酢、砂糖、ごま油、片栗粉、サラダ油、だしの素

Cook バリエ

Cook
B

レンジでかぼちゃのそぼろあん
さっぱりコク旨☆揚げだしのつけ素麺

トマトと生姜の風味でさっぱり食べられる、
彩りの良いのつけ麺です。そうめんだけでは
栄養が偏りがちですが、肉や野菜と一緒に
おいしく食べられるひと品です。

麺つゆ
付

簡単・便利

カット済み
野菜入ってます。

電子レンジ
500W
8分

OK!

25分
665kcal

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
めんつゆ（ストレート）	●						
素麺	●						

	月	水	金	人数	単品価格
商品番号	4122	4322	4522	2マンマ	1,760円 (税込 1,900円)
	4132	4332	4532	3マンマ	2,640円 (税込 2,851円)
	4142	4342	4542	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

●揚げだしのつけ素麺

素麺	2	3	4束
豚肉切り落とし (国産)	80	120	160g
オクラ	4	6	8本
なすび	1	2	2本
プチトマト	4	6	8個
生姜	適量	適量	適量
めんつゆ（ストレート）	3P分	5P分	6P分
めんつゆ（ストレート）	3P分	4½P分	6P分
片栗粉			
サラダ油			

熱湯でゆでて水で洗い、水気を切る
片栗粉を薄くまぶす
お好みに切る
お好みに切る
お好みに切る
すりおろす

① めんつゆと生姜、プチトマトを混ぜ合わせ、冷蔵庫で冷やしておきます。

② フライパンに1cm程度の油を熱し、豚肉、オクラ、なすびを揚げ焼きし、①に浸し、素麺の上につゆごと盛り付けます。

●レンジでかぼちゃのそぼろあん

かぼちゃ	200	300	400g
鶏ミンチ（国産）	100	150	200g
しょうゆ	大1½	大2¼	大3
砂糖	小2	大1	大1⅓
水	100cc	150cc	200cc
片栗粉	大½	大¾	大1
水	大1	大1½	大2

カット済み

カット済み食材



① 耐熱ボウルに鶏ミンチと①を入れて混ぜ、かぼちゃを皮を上にして入れます。

② ふんわりとラップをかけ、500Wで8分加熱します。

③ ②に②を加えて混ぜ、5分ほどおいて味をなじませます。



Cook C

コンソメスープ
やみつきちキンのワンプレート

袋に入れてもむだけの簡単やみつきちキンとシンプルなおカレーライスがよく合います。

小えびのオーロラサラダ

カレーライス

やみつきちキン

30分
996kcal

※おまけが満載です。

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			●				
ムキエビ						●	
ビーフコンソメスープ	●	●					

	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
●やみつきちキン 鶏もも肉角切り (国産) 200 にんにく 2 刻みパセリ 1/2 ケチャップ 大4 砂糖・みりん・しょうゆ 各大1 マヨネーズ 小2 塩・こしょう 少々 サラダ油 少々	300	400g		みじん切り (1/2使用) (1/2使用) ①	① ビニール袋等に鶏肉とにんにく、①を入れて揉みこみ、油を熱したフライパンで焼き、お皿に盛ってパセリを散らします。
●ガーリックライス にんにく 2 刻みパセリ 3 卵 3 塩・こしょう 少々 ご飯 2膳分 バター 3膳分	(主菜より) (主菜より)			みじん切り (1/2使用) (1/2使用)	① フライパンにバターを熱し、にんにくを炒め、ご飯を加えて炒め合わせ、塩、こしょうで調味し、器に盛ります。 ② 卵は目玉焼きを作り、①にのせ、パセリを散らします。
●小えびのオーロラサラダ ムキエビ 40 キャベツ 100 きゅうり 1/2 塩 大3 マヨネーズ 大2 ケチャップ 大2	60	80g		背ワタを取り、熱湯でゆでる 千切りにして塩をふり、しぼる 塩をふって板ずりし、小口切り ② 合わせておく	① ムキエビ、キャベツ、きゅうりを器に盛り、②をかけます。
●コンソメスープ ビーフコンソメスープ 2	3	4P			① コンソメスープ1Pにつき、150ccの熱湯で溶きます。

今日のお買い物メモ ケチャップ、砂糖、みりん、しょうゆ、マヨネーズ、塩、こしょう、サラダ油、ご飯、バター



Cook D

レンジで中華スープ
ジャージャー麺

暑い夏の定番メニュー。
肉みその旨味で食欲UP。

電子レンジ
500W
4分
OK!

中華スープは電子レンジで簡単に。

20分
586kcal

ジャージャー麺の具付
簡単・時短。

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
中華麺	●		●				
ジャージャー麺の具	●						
カニスティック							●

	月	水	金	人数	単品価格
商品番号	4124	4324	4524	2マンマ	1,760円 (税込 1,900円)
	4134	4334	4534	3マンマ	2,640円 (税込 2,851円)
	4144	4344	4544	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
● ジャージャー麺 中華麺 2 白ねぎ 1/3 きゅうり 1/2 ジャージャー麺の具 2	3 1/3 1 3	3 1/3 1 3	4玉 1/2本 1本 4P	サッと熱湯に通して水気を切る 千切り 塩をふって板ずりし、千切り	① ジャージャー麺の具は、沸騰したお湯に袋のまま入れ、約3分間温めて下さい。 ③ 器に中華麺を盛り、 ① をかけてきゅうり、白ねぎをのせます。
● レンジで中華スープ 太もやし 100 小ねぎ 1 カニスティック 2 カットわかめ 2 鶏がらスープの素 小2 水 200cc ごま油	150 2 3 3 大1 300cc	200g 2本 4本 3g 大1 1/3 400cc	小口切り 細く裂く 水で戻す ①	① マグカップに1人分ずつ材料、①を入れ、500Wで4分加熱し、お好みでごま油をたらしませす。	



「単品マーケット」 SEPARATELY MARKET

肉・ハム・ソーセージ・水産

お届け日 **7/13** (月)

特価!!



商品番号 **8001** 冷凍 10日
国産
豚ローススライス
(60g) x 5P

商品価格 ~~880円~~
(税込) 950円
商品価格 **750円**
(税込) 810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 x 1枚)

商品価格 **1,798円**
(税込) 1,941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 **698円**
(税込) 753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 **8006** 冷凍 10日
国産
豚ロースステーキ味噌漬
(80g x 4枚)

商品価格 **850円**
(税込) 918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 **898円**
(税込) 969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



フランクフルトの醍醐味そのままに
食べやすいサイズで、豪快な食感!

旨さパキッと!

商品番号 **8011** 冷蔵 20日
伊藤ハム
まるごと美味しいフランクフルト
(285g)
小麦・卵・乳・牛肉・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン

商品価格 ~~500円~~
(税込) 540円
商品価格 **428円**
(税込) 462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・ゼラチン

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 (ハース)
(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 **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・ゼラチン

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
(37g x 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
(34g x 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
71g x 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 **8021** 冷凍 10日
宮城県産他
カジキ西京漬
(80g x 3切)
小麦・大豆

商品価格 ~~650円~~
(税込) 702円
商品価格 **598円**
(税込) 645円



商品番号 **8022** 冷凍 10日
チリ産他
銀鮭 (無塩)
(60g x 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
サバフィレ
(90g x 2枚)

商品価格 **598円**
(税込) 645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 x 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)
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・こんにゃく・練り物

お届け日 **7/15** (水)

果肉がしっかりしている「あかつき」は糖度が高く、酸味が少なく果汁が多いのが特徴です。



商品番号 **8031**

長野県産他
あかつき (桃)
(2個入)

商品価格 **798円**
(税込) 861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 **398円**
(税込) 429円



商品番号 **8035**

徳島県産他
なすび
(3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 **498円**
(税込) 537円



商品番号 **8037**

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!

商品価格 **248円**
(税込) 267円



サッとトースターで
焼いてお醤油をかけても美味しい!

商品番号 **8041**

マルツネ
生しほりがんも
(6個入)
大豆

商品価格 **258円**
(税込) 278円
198円
(税込) 213円



商品番号 **8042**

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**

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**

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**

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**

山板
こんにゃく
(250g)

商品価格 **100円**
(税込) 108円



商品番号 **8047**

山糸
こんにゃく
(200g)

商品価格 **100円**
(税込) 108円



そのまま食べて美味しい!
9種類の練り物セット!

商品番号 **8051**

川上食品
盛合せ 晩酌盛
(9個)
大豆

商品価格 **548円**
(税込) 591円
498円
(税込) 537円



商品番号 **8052**

カネツテリカラフーズ
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**

カネツテリカラフーズ
蒲鉾 (赤)
(80g)

商品価格 **150円**
(税込) 162円



商品番号 **8054**

堀川
サラダアラスカ
(10本入)

商品価格 **158円**
(税込) 170円



商品番号 **8055**

タカノフーズ
おかめ納豆 極小粒カップ3
(30gx3段)

商品価格 **128円**
(税込) 138円



商品番号 **8056**

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 **8057**

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 **7/13** (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 **220**円
(税込) 237円



商品番号 **8064** 冷蔵 8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 **8065** 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 **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>
スムージー

商品価格 **498**円
(税込) 537円



商品番号 **8074** 冷蔵 7日

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>
ヨーグルト

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>
ヨーグルト

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
牧场の朝ヨーグルト
<70g × 3>
ヨーグルト

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>
ヨーグルト

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>
デザート

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>
コーヒー

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>
牛乳

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>
カフェオレ

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>
デザート

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>
飲料

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
ヨーグルト

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
ヨーグルト

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
ヨーグルト

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
ヨーグルト

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
飲料

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
ヨーグルト

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
ヨーグルト

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
ヨーグルト

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
飲料

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
飲料

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 **7/13** (月)

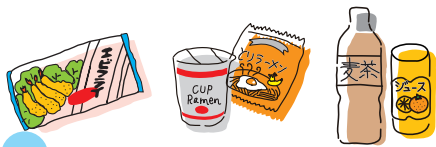
商品番号 8111 常温 4日 神戸屋 匠の逸品 もちふわ食パン (4枚切) 商品価格 175円 (税込) 189円	商品番号 8112 常温 4日 神戸屋 匠の逸品 もちふわ食パン (5枚切) 商品価格 175円 (税込) 189円	商品番号 8113 常温 4日 神戸屋 匠の逸品 もちふわ食パン (6枚切) 商品価格 175円 (税込) 189円	商品番号 8114 常温 4日 神戸屋 あげぱん番長連合 (4個入) 商品価格 220円 (税込) 237円	商品番号 8115 常温 4日 神戸屋 スチハムマヨ (6個入) 商品価格 220円 (税込) 237円
商品番号 8116 常温 4日 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 くるみデニッシュ (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

商品番号 8131 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 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 780円 (税込) 842円	商品番号 8139 キッコーマン デルモンテチャップ (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 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
商品番号 8146 ジェフダベージュック 胡麻クリーミードレッシング (1L) 商品価格 880円 (税込) 950円	商品番号 8147 ジェフダベージュック シーザーサラダドレッシング (1L) 商品価格 880円 (税込) 950円	商品番号 8148 ジェフダベージュック 青じそノンオイルドレッシング (1L) 商品価格 780円 (税込) 842円	商品番号 8149 ジェフダ フレンチドレッシング ホワイト (1L) 商品価格 780円 (税込) 842円	商品番号 8150 ジェフダ フレンチドレッシング 赤ライト (1L) 商品価格 780円 (税込) 842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 **7/13** (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
サバのカレーマヨ焼き
320kcal 脂質 14.2g
糖質 18.9g 炭水化物 25.7g
食塩 2.2g
商品価格 **650円**
(税込) 702円

商品番号 **8163** 冷凍 60日 レンジ
牛肉のチャフチェ
319kcal 脂質 11.2g
糖質 17.6g 炭水化物 32.2g
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 脂質 12.6g
糖質 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 脂質 15.0g
糖質 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
まろやかキーマカレー
301kcal 脂質 10.3g
糖質 14.9g 炭水化物 30.4g
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
さわら竜田の貝だし煮
297kcal 脂質 12.4g
糖質 18.1g 炭水化物 19.3g
食塩 2.2g
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
約2分！
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 3ヶ月
アマノフーズ
にゅうめん
(とろみ醤油・すまし・柚子
まろやか鶏だし・五種の野菜)
(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 3ヶ月
アマノフーズ
海鮮雑炊
(かに・さけ
たちこ・貝柱)
(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 **7/15** (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
韓国産の海苔を国内で豚付け加工して
丁寧に焼き上げました。
パリパリとした食感と香ばしい風味が
評判の海からの贈り物！
商品価格 **498円**
(税込) 537円

お届け日 **7/15** (水)

5種類の果実と
まろやかな味わい
大瓶はまれのフーリ
じゅーちゅー
の味
喫茶店
商品番号 **8501**
サンガリア
みくちゅじゅーちゅー
(190gx 30本入)
商品価格 **2,980円**
(税込) 3,218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 **3,200円**
(税込) 3,456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
(350mlx 24本)
商品価格 **2,280円**
(税込) 2,462円

商品番号 **8505**
伊藤園
天然ミネラル麦茶
(2Lx 6本)
商品価格 **1,188円**
(税込) 1,283円

商品番号 **8506**
伊藤園
お〜いお茶 PUREGREEN
(2Lx 6本)
商品価格 **1,188円**
(税込) 1,283円

商品番号 **8507**
尾鷹路
熊野古道の水 (鉱水)
(2Lx 6本)
世界遺産・尾鷹路・熊野古道水は天然水を
精密フィルターで非加熱濾過した
ナチュラルミネラルウォーターです。
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 **7/13** (月)

商品番号 **8401**

花王
キュキュット
(240ml)

商品価格 **198円**
(税込) 213円

商品番号 **8402**

花王
キュキュット (詰替え)
(1380ml)

商品価格 **758円**
(税込) 818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 **850円**
(税込) 918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 **550円**
(税込) 594円

商品番号 **8405**

花王
ワイドハイター EX (詰替え)
(820ml)

商品価格 **550円**
(税込) 594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 **598円**
(税込) 645円

商品番号 **8407**

HEIKO
アルミホイル
(30cm x 50m)

商品価格 **598円**
(税込) 645円

商品番号 **8408**

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 **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 **298円**
(税込) 321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 **550円**
(税込) 594円

商品番号 **8411**

nepia
Genki! パンツ
(Lサイズ (44枚入))

商品価格 **1,480円**
(税込) 1,598円

商品番号 **8412**

nepia
Genki! パンツ
(Bigサイズ (38枚入))

商品価格 **1,480円**
(税込) 1,598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 **850円**
(税込) 918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 **458円**
(税込) 494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 **358円**
(税込) 386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 **550円**
(税込) 594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 **550円**
(税込) 594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 **850円**
(税込) 918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 **850円**
(税込) 918円

お届け日 **7/15** (水)

札幌で人気のハンバーグ店 フアィヤーハンバーグ

商品番号 **8451**

簡単すぐ美味しい!!
ポイル調理

焼き上げフアィヤーバーグ

冷凍 180日
《ソース付》180g

卵・乳・小麦
牛肉・大豆・豚肉

商品価格

598円
(税込) 645円

創業 2011 年、札幌市でオープンしたハンバーグ専門店。
この道 40 年以上のハンバーグ職人監修の元
丁寧に作り上げたハンバーグが自慢です。

※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
7/17金

和三盆の黒わらび餅

優しい甘さのトロッと和スイーツの中で溶けるようなトロッとの食感と和三盆の上品な甘さと優しい後味に癒される極上スイーツ

商品番号 4191

徳島産業

黒わらび餅
<6個>

アレルギー物質	小麦	乳	卵	牛肉	鶏肉	豚肉	りんご
●	●	●	●	●	●	●	●

商品価格 1,188円
(税込) 1,283円

お弁当や夕食に！スティック状にカットした柔らかいお肉をわふわの衣で包んだ旨味たっぷりの鳥天です。
お好みで天つゆやポン酢、塩をつけてお召し上がりいただくバリエーションが広がります。

商品番号 4192

秋川牧園

とり天
<170g>

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

商品価格 598円
(税込) 645円

ふわふわの衣に、秋川牧園の工場で作ったやさしい味わいの甘酢なれがしっかりしみ込んだチキン南蛮。

商品番号 4193

秋川牧園

甘酢のやわらかチキン南蛮
<150g>

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

商品価格 598円
(税込) 645円

秋川牧園の鶏むね肉を使用した醤油味のからあげが、創業50周年となる2022年にリニューアル。さらにおいしくやわらかくなりました。

商品番号 4194

秋川牧園

からあげ
<150g>

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

商品価格 598円
(税込) 645円

叙々苑

国産牛・国産米を使用し
素材や味にこだわった贅沢なライスバーガー！

商品番号 4195

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 1,080円
(税込) 1,166円

あんかけ焼きそば

野菜や肉などお好みの食材の甘味と旨味が凝縮された、店東風の優しい味わい。解凍後も食に絡み付き、熱々のとろりとした歯ごたえをお楽しみいただけます。
一度食べたら虜になる美味しさ！

電子レンジ
600W 約8分

商品番号 4196

きらく

喜神楽館名物 あんかけ焼きそば
<460g パック>

アレルギー物質	小麦	卵	大豆	鶏肉	豚肉	えび	かに
●	●	●	●	●	●	●	●

商品価格 1,180円
(税込) 1,274円

大阪王将

今週のまんま一押 SELECT!

商品番号 4197

大阪王将
天津飯の具
<10P>

小麦・乳・卵・大豆・えび
かに・鶏肉・りんご

な、なんと半額！

商品価格 2,400円
(税込) 2,592円

商品価格 1,200円
(税込) 1,296円

業務用まとめ10P
(冷蔵包装)

1食120円

冷凍
60日