

2026
vol.544-2

8/24 ~ 8/30



この号の
ご注文は

8月17日月

までに
お願いします。

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

メニュー日	8/24 月	8/25 火	8/26 水	8/27 木	8/28 金	8/29 土	8/30 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

お届け日

8/28 金



港 minato みなとシフォン
CHIFFON

シフォンケーキ

1952年港町神戸で関西初サイフォンカフェとして創業。
以来、珈琲に合う洋菓子をお客様方に楽しんでいただいております。
濃厚で味わい深いクリームをじっくり焼き上げたふわふわの
シフォン生地が自慢です。

ひとつひとつ焼き上げたふわふわ食感の
シフォン生地に優しい甘味のクリームを
たっぷりはさみました。
定番人気のプレーン味です。

今回のおすすめ

ミールキット!

Cook バリエ

P.10~P.13

P.10



Cook
A

全部レンジ・豚バラキャベツのだんだん蒸し
牛ねぎチャーハン

2181

神戸エビアン

シフォンケーキ プレーン

〈2個〉

冷凍
90日

乳・卵・小麦・大豆

商品
価格

780 円

(税込) 842 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



OSAKA



コースでのご注文ならめっちゃお得！

	商品番号	5 (月～金) 日間コース	商品番号	6 (月～土) 日間コース	商品番号	7 (月～日) 日間コース
2マンマ	21275	8,400円 (税込 9,070円)	21276	10,080円 (税込 10,884円)	21277	11,760円 (税込 12,698円)
3マンマ	21375	12,600円 (税込 13,605円)	21376	15,120円 (税込 16,326円)	21377	17,640円 (税込 19,047円)
4マンマ	21475	16,800円 (税込 18,140円)	21476	20,160円 (税込 21,768円)	21477	23,520円 (税込 25,396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

- 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ご利用頂けます。

※目安となるご飯の量とエネルギー(お茶碗1杯 165g=約 270kcal)

※お料理キットは原則としてメニュー日中にご使用下さい。

※お届け材料内の

●水色文字の調味料等はご家庭でご用意下さい。

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

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

フリーチェンジメニュー

各曜日のメニューと変更または追加が出来ます。



豚肉と小松菜の炒め物

えびシューマイ・白菜のスープ

25分 337kcal

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
えびシューマイ	●		●			●	
バイオン	●						

曜日	月	火	水	木	金	土	日	人数	単品価格
商品番号	2129	2229	2329	2429	2529	2629	2729	2マンマ	1,760円 (税込 1,900円)
	2139	2239	2339	2439	2539	2639	2739	3マンマ	2,640円 (税込 2,851円)
	2149	2249	2349	2449	2549	2649	2749	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

●豚肉と小松菜の炒め物

豚ローススライス
(国産)
小松菜
人参
太もやし
サラダ油
塩・こしょう
砂糖
しょうゆ
酒

120
1/3
小1
100
少々
小1/2
小1
大1/2

180
1/2
小1
150
少々
小3/4
小1 1/2
大3/4

240g
2/3フ
大1本
200g
少々
小1
小2
大1

食べやすい大きさに切る
ザク切り
短冊切り

①

① フライパンに油を熱して豚肉を炒め、人参、もやし、小松菜の順に加えて炒め、①で調味します。

●えびシューマイ

えびシューマイ

6

9

12個

① えびシューマイは凍ったまま、耐熱皿にのせ、少量の水をかけてふんわりとラップをし、500Wで2分半加熱します。

●白菜のスープ

白菜
バイオン
水
バイオン
しょうゆ
塩・こしょう

1/10
1
400cc
1個分
小1/2
少々

1/10
2
600cc
1 1/2個分
小3/4
少々

1/10玉
2個
800cc
2個分
小1
少々

ザク切り

②

① 鍋に②を入れて煮立て、白菜を加えて煮ます。

今日のお買い物メモ サラダ油、塩、こしょう、砂糖、しょうゆ、酒

8/24 (月)

お届け日 8/24 (月)

牛肉のポン酢しょうゆ

大豆煮・うす揚げの味噌汁

30分 421kcal



プラスもっとたべたいんや



商品番号 2117 冷蔵 10日

豪州産
牛肩ローススライス
<150g>

商品価格

650円
(税込) 702円

夕食の一品やお弁当にも！



商品番号 2118 冷蔵 10日

大丸松下
美味しい昆布豆
<140g>

商品価格

368円
(税込) 397円

お届けする材料

2マンマ

3マンマ

4マンマ

下ごしらえ

作り方

●牛肉のポン酢しょうゆ
牛肩ローススライス
(豪州産)
大根
青じそ
塩・こしょう
ポン酢しょうゆ
サラダ油

140	210	280g
100	150	200g
2	3	4枚
少々	少々	少々

食べやすく切って、塩こしょうをふる
すりおろす
千切り

① フライパンに油を熱して牛肉を焼き、器に盛って大根おろしと青じそを添え、ポン酢しょうゆをかけます。

●大豆煮

ゆで大豆	60	90	120g
里芋	6	9	12個
刻み昆布	5	8	10g
だし汁	200cc	300cc	400cc
砂糖・酒	各大1	各大1½	各大2
しょうゆ	大1½	大2¼	大3

①

① 鍋に材料と①を入れて煮ます。

●うす揚げの味噌汁

薄揚げ (冷凍)	½	½	1枚
カットわかめ	2	3	3g
だし汁	400cc	600cc	800cc
味噌	大2	大3	大4

熱湯をかけて油抜きし、短冊切り
水で戻す

① 鍋にだし汁を入れて煮立て、薄揚げ、わかめを加えてひと煮し、味噌を溶き入れて調味します。

今日のお買い物メモ 塩、こしょう、ポン酢しょうゆ、サラダ油、だしの素、砂糖、酒、しょうゆ、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。)

8/25 (火)

お届け日 8/24 (月)

京風がんもの煮物

豆腐ステーキ・キャベツサラダ

30分 488kcal



がんもの煮物、
豆腐ステーキ、サラダの
ヘルシーなセット。

商品名	商品番号	人数	単品価格
ちっこいがん	2227	2マンマ	1,760円 (税込 1,900円)
	2237	3マンマ	2,640円 (税込 2,851円)
	2247	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
京風がんも	●						

フラスもっとたべたいんや



商品番号 2217 冷蔵 20日

マルシン
チーズメンチカツ
(108g)

乳・小麦

商品価格

298円
(税込) 321円

商品番号 2218 冷蔵 2日

更征食品
割子そば
(200g)

小麦・乳・蕎麦

商品価格

150円
(税込) 162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

●京風がんもの煮物

鶏胸肉 (国産)	180	270	360g	お好みに切る
京風がんも	4	6	8個	お好みに切る
れんこん厚切り	6	9	12個	お好みに切る (2/3使用)
人参	小1	小1	大1本	お好みに切る
インゲン	適量	適量	適量	お好みに切る
サラダ油				
だし汁	400cc	600cc	800cc	
砂糖・しょうゆ	各大2	各大3	各大4	
塩	小1/2	小3/4	小1	
酒・みりん	各大1	各大1/2	各大2	

●豆腐ステーキ

木綿豆腐 (150g)	2	3	4P	水気を切って人数分に切る (1人3切)
太もやし	100	150	200g	
サラダ油				
塩・こしょう	少々	少々	少々	
酒・しょうゆ・みりん	各大1	各大1/2	各大2	
マヨネーズ				

●キャベツサラダ

キャベツ	100	150	200g	千切り
人参		(主菜より)		千切り (1/3使用)
ドレッシング				

① 鍋に油を熱して鶏肉を炒め、だし汁とれんこん、人参、がんもを加えて煮立て、②を加えて更に煮、おろし際にインゲンを加えてひと煮します。

① フライパンに油を熱してもやしを炒め、塩、こしょうで調味して取り出し、器に盛ります。

② フライパンに油を足し、豆腐を両面こんがり焼き、①を加えてからめて①に盛り、マヨネーズをかけます。

① キャベツ、人参を器に盛り、お好みのドレッシングをかけます。

今日のお買い物メモ サラダ油、だしの素、砂糖、しょうゆ、塩、酒、みりん、こしょう、マヨネーズ、ドレッシング

8/26 (水)

舌ビラメのムニエル

スープパスタ・サラダ on 玉子

25分 316kcal

お届け日 **8/26 (水)**



ちっこいおかん

フレンチの定番のムニエルを簡単に。
バター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	2327	2マンマ	1,760円 (税込 1,900円)
	2337	3マンマ	2,640円 (税込 2,851円)
	2347	4マンマ	3,520円 (税込 3,801円)

スラスもっとたべたいんや



コシともっ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。



電子レンジ



ボイル



商品番号

2317

冷凍

30日

oliveto
生パスタ新カルボナーラ
(260g)

小麦・乳・卵

商品価格

458円

(税込) 494円

たっぷりごぼうの食感と
甘みが美味しい！
温めて、焼いてさらに美味しい。



商品番号

2318

冷蔵

3日

川上
惣菜きんぴらごぼう
(4枚)

卵・小麦・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

●舌ビラメのムニエル

舌ビラメ (80g)
ミックスベジタブル
塩・こしょう
小麦粉
バター

2

80

少々

3

120

少々

4枚

160g

少々

塩・こしょうをふり、小麦粉をまぶす

① フライパンにバターを熱し、魚を焼いてお皿に盛り
ます。

② ミックスベジタブルもバターで炒め、塩、こしょうで
調味し、①に添えます。

●スープパスタ

ツイストマカロニ
玉ねぎ
刻みパセリ
ブイヨン
塩
バター
水
ブイヨン
塩・こしょう

20

小1

1

1

1

400cc

1個分

少々

30

小1

1

2

600cc

1½個分

少々

40g

大1個

1P

2個

塩を加えた熱湯でゆでる
薄切り(⅔使用)

① 鍋にバターを熱して玉ねぎを炒め、④とマカロニ
を加えて煮、パセリを散らします。

●サラダ on 玉子

レタス (大)
の場合
¼ ½ 玉
卵
レタス (小)
玉ねぎ
ドレッシング

1

½

2

½

〈副菜より〉

2個

1玉

ゆでて殻をむき、お好みに切る
食べやすい大きさにちぎる
スライスして水にさらす(⅓使用)

① レタス、玉ねぎ、ゆで卵を器に盛り、お好みのドレ
ッシングをかけます。

今日のお買い物メモ 塩、こしょう、小麦粉、バター、ドレッシング

8/27 (木)

お届け日 8/26 (水)

豚肉のオニオンソース

だし巻き・ピーマンのきんぴら

30分 499kcal



ちっこいおかん



「おろし玉ねぎだれ」があれば、あとは焼くだけで肉と相性抜群のごちそうが完成!

商品名	商品番号	人数	単品価格
ちっこいおかん	2427	2マンマ	1,760円 (税込 1,900円)
	2437	3マンマ	2,640円 (税込 2,851円)
	2447	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
卵			●				

フラスもっとたべたいんや



商品番号 2417 冷蔵 10日

国産
豚ロース薄切り
(150g)

商品価格

450円
(税込) 486円

弾力がある歯ごたえの良い
太ゆで麺焼きそばです。



商品番号 2418 冷蔵 15日

名城食品 広島オタフクソース付
濃厚甘口ソース太麺焼そば
(2食入)

商品価格

328円
(税込) 354円小麦・卵・えび・大豆・鶏肉
豚肉・もも・りんご

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

●豚肉のオニオンソース

豚ロース薄切り
(国産)
玉ねぎ
キャベツ
塩・こしょう
サラダ油
砂糖
酢・しょうゆ

160
小1
100
少々
大 $\frac{2}{3}$
各大1

240
小1
150
少々
大1
各大 $\frac{1}{2}$

320g
小1個
200g
少々
大 $1\frac{1}{3}$
各大2

お好みに切り、塩こしょうをふる
すりおろす
千切り

①

① フライパンに油を熱して豚肉を焼き、キャベツとともに皿に盛ります。

② フライパンをサッと拭き、玉ねぎと①を加えてひと煮立ちさせ、①にかけます。

●だし巻き

卵
大根
だし汁
塩
薄口しょうゆ
みりん
サラダ油

2
100
50cc
小 $\frac{1}{3}$
小 $\frac{1}{4}$
小 $\frac{1}{3}$

3
100
75cc
小 $\frac{1}{2}$
小 $\frac{1}{3}$
小1

4個
150g
100cc
小 $\frac{2}{3}$
小 $\frac{1}{2}$
小 $1\frac{1}{3}$

②

溶きほぐして、②を混ぜ合わす
すりおろす

① 卵焼き器に油を熱してだし巻きを作ります。

●ピーマンのきんぴら

ピーマン
人参
ごま油
しょうゆ・みりん

2
小1
各大 $\frac{2}{3}$

3
小1
各大1

4個
大1本
各大 $1\frac{1}{3}$

細切り
細切り

③

① フライパンにごま油を熱してピーマンと人参を炒め、③を加えて炒め合わせます。

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

8/28 (金)

お届け日 8/26 (水)

ふわとろ親子丼

すだちうどん

25分 707kcal



ちっこいおかん

親子丼はたれ付だから
調味料いらずで楽ちん☆

商品名	商品番号	人数	単品価格
ちっこいおかん	2527	2マンマ	1,760円 (税込 1,900円)
	2537	3マンマ	2,640円 (税込 2,851円)
	2547	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
丼のたれ	●						
卵			●				
うどん	●						
冷やしだし (ストレート)	●						
天かす	●		●				

フラスもっとたべたいんや



じっくり3つ3つ丁寧に焼き上げ、上質な小倉を使用したあんぱんです。しっとりふわふわの米粉ぱんと甘すぎず粒あんの相性は懐かしく優しいお味に仕上げました。



商品番号 2517

解凍後 4日

八天堂
極あんぱん
(2P)

小麦・乳・卵

商品価格

550円
(税込) 594円

コリコリとした、いかとたこの食感がクセになる。そのままで、サッと焼いても！



商品番号 2518

冷蔵 6日

カネテツ
海鮮いかたこ
(3枚)卵・小麦・いか
大豆・魚肉すり身

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

●ふわとろ親子丼

鶏もも肉角切り
(国産)
玉ねぎ
丼のたれ
刻みのり
卵
ご飯
水

160
小1
1
1
2
120cc

240
小1
2
2
3
180cc

320g
大1個
2P
2P
4個
240cc

お好みに切る
薄切り

① 鍋に水と丼のたれを入れて煮立て、鶏肉と玉ねぎを煮ます。

② ①に卵をまわし入れ、半熟程度で火を止めて丼に盛ったご飯の上にかけて、刻みのりを散らします。

●すだちうどん

細うどん
冷やしだし
(ストレート)
すだち
天かす
小ねぎ

2
2
1
10
1

3
3
2
15
2

4玉
4P
2個
20g
2本

サッと熱湯に通して水洗いし、水気を切る
お好みに切る
小口切り

① 器にうどんと冷やしだしを入れ、すだち、天かすをのせ、小ねぎを散らします。

8/29 (土)

お届け日 8/28 (金)

ピーマンの肉詰めフライ

大根の煮物・冷奴

25分 385kcal

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
ピーマンの肉詰めフライ	●		●				

プラスもっとたべたいんや



商品番号 2617 冷凍 30日

ピーマンの肉詰めフライ
(5個入)

商品価格

398円
(税込) 429円

湯葉の衣で揚げた長州鶏の唐揚げと蓮根、パプリカ、さつま芋の彩り野菜を黒酢あんで絡めました。



商品番号 2618 冷凍 30日

梅の花
長州鶏湯葉唐揚げと彩り野菜の黒酢あん
(1P)

商品価格

550円
(税込) 594円

小麦・大豆・牛肉・豚肉

商品名	商品番号	人数	単品価格
ちっこいおかん	2627	2マンマ	1,760円 (税込 1,900円)
	2637	3マンマ	2,640円 (税込 2,851円)
	2647	4マンマ	3,520円 (税込 3,801円)

ピーマンの肉詰めは子供から大人まで人気のひと品。

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

●ピーマンの肉詰めフライ

ピーマンの肉詰めフライ(40g)
キャベツ
サラダ油
ケチャップ・トンカツソース

6
100
各大2

9
150
各大3

12個
200g
各大4

千切り
①

① ピーマンの肉詰めフライは、凍ったまま170℃の油でゆっくり6～7分揚げ、お皿に盛って④をかけ、キャベツを添えます。

●大根の煮物

大根
干し椎茸
ムキアサリ
だし汁
砂糖・酒
しょうゆ

200
2
20
200cc
各大1
大1½

300
3
30
300cc
各大1½
大2½

400g
4枚
40g
400cc
各大2
大3

お好みに切り、500Wで3分加熱
ぬるま湯で戻し、お好みに切る
サッと水洗いする
④

① 鍋に④を煮立て、大根、干し椎茸、ムキアサリを加えて煮ます。

●冷奴

絹こし豆腐(150g)
かつおパック
しょうゆ

2
1

3
1

4P
2P

お好みに切る

① 豆腐を器に盛り、かつおをのせてしょうゆをかけます。

今日のお買い物メモ サラダ油、ケチャップ、トンカツソース、だしの素、砂糖、酒、しょうゆ

8/30 (日)

お届け日 **8/28 (金)**

本格麻婆茄子

野菜炒め

25分 392kcal



麻婆茄子のたれ付き
なのでご家庭で本格的な
味が楽しめます！

商品名	商品番号	人数	単品価格
ちっこいおかん	2727	2マンマ	1,760円 (税込 1,900円)
	2737	3マンマ	2,640円 (税込 2,851円)
	2747	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
麻婆茄子の素	●						

フラスもっとたべたいんや



商品番号 **2717** 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・ごま

商品価格

258円
(税込) 278円



商品番号 **2718** 冷蔵 7日

カネテツ
ほぼホタテフライ
(5個)

卵・えび・かに・小麦

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

●本格麻婆茄子

麻婆茄子の素	1/2	1	1P	食べやすく切って水にさらす 短冊切り(1/2使用) お好みに切る
豚挽肉 (国産)	50	80	100g	
なすび	2	3	4本	
人参	小1	小1	大1本	
ピーマン	1	2	2個	
サラダ油				

- ① フライパンに油を熱し、なすび、人参、ピーマンの順に中火で炒め、なすびがしんなりしてきたら、お皿に取り出します。
- ② 中火にして豚挽肉を炒め、火が通ったら火を止め、麻婆茄子の素を加えて再度中火で、①の野菜を入れて全体にからめてお皿に盛ります。

●野菜炒め

豚肉切り落とし (国産)	100	150	200g	お好みに切る お好みに切る お好みに切る ザク切り 短冊切り(1/2使用)
ニンニクの芽	40	60	80g	
玉ねぎ	小1	小1	大1個	
キャベツ	100	150	200g	
人参		(主菜より)		
サラダ油				
塩・こしょう	少々	少々	少々	①
しょうゆ	大1/2	大3/4	大1	

- ① フライパンに油を熱して火の通りにくい順に材料を炒め、①で調味します。

今日のお買い物メモ サラダ油、塩、こしょう、しょうゆ

\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

牛ねぎチャーハン
全部レンジ♪豚バラキャベツのだんだん蒸し

2品とも電子レンジで完成！
火を使わずにできちゃいます！

※だんだん蒸しは直径14cm
の耐熱ボウルを使用します。
なければ同じくらい大きさ
の耐熱食器でもOK。

20分

737kcal

キャベツの下ごしらえ



キャベツは芯を切り落とし、葉をバラバラにして
電子レンジ、500Wで1分加熱



	月	水	金	人数	単品価格
商品番号	2121	2321	2521	2マンマ	1,760円 (税込 1,900円)
	2131	2331	2531	3マンマ	2,640円 (税込 2,851円)
	2141	2341	2541	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

- 豚バラキャベツのだんだん蒸し
豚バラ肉薄切り (国産) 180g
キャベツ 200g
小ねぎ 2本
ポン酢しょうゆ

2マンマ	3マンマ	4マンマ
180g	270g	360g
200g	300g	400g
2本	3本	4本

小口切り(1/3使用)

- 耐熱ボウルにキャベツを敷き詰め、豚バラ肉を重ねないように敷き、交互に繰り返します。
- ふんわりとラップをかけ、500Wで5分加熱し、器に盛ってポン酢しょうゆをかけ、小ねぎを散らします。(豚肉に火が通っていない場合は加熱を延長してください。)

- 牛ねぎチャーハン
牛挽肉 (国産) 80g
ホールコーン 20g
小ねぎ (主菜より)
しょうゆ 小1 1/2
酒・ごま油・砂糖 各小1
塩・こしょう 少々
ご飯 2膳分

2マンマ	3マンマ	4マンマ
80g	120g	160g
20g	30g	40g
小1 1/2	小2 1/4	大1
各小1	各小1 1/2	各小2
少々	少々	少々
2膳分	3膳分	4膳分

小口切り(2/3使用)
①

- 耐熱容器に牛挽肉、ホールコーン、①を入れてよく混ぜ合わせ、端に寄せておき、真ん中にご飯をのせます。
- ラップをせずに500Wで3分加熱し、小ねぎを加えてさっくり混ぜます。(牛挽肉に火が通っていない場合は加熱を延長してください。)



Cook バリエ



Cook
B

グリーンサラダ
揚げない!丸めない!スコップコロッケ



※写真は2マンマです。

25 分
385kcal

コロッケにかかる手間・洗い物・
カロリーすべて削減できる、
話題の『スコップコロッケ』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
パン粉	●						

	月	水	金	人 数	単品価格
商品番号	2122	2322	2522	2 マンマ	1,760円 (税込 1,900円)
	2132	2332	2532	3 マンマ	2,640円 (税込 2,851円)
	2142	2342	2542	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

● スコップコロッケ

合挽肉 (国産)
じゃが芋 (L)
玉ねぎ
パン粉
サラダ油
塩・こしょう
バター
お好みのソース

120

3

小1

20

少々

大1

180

5

小1

30

少々

大1½

240g

6個

大1個

40g

少々

大2

一口大に切ってゆで、熱いうちにつぶす
みじん切り

①

① フライパンに油を熱して合挽肉、玉ねぎを炒め、塩、こしょうで調味し、じゃが芋と混ぜ合わせます。

② 耐熱皿に①を入れ、パン粉をふりかけてトースターでこんがりするまで焼き、お好みでソースをかけます。

● グリーンサラダ

きゅうり
かいわれ
プチトマト
サニーレタス
スライスアーモンド
ドレッシング

1

1

4

2

4

1

1

6

3

6

2本

1P

8個

4枚

8g

お好みに切る
根を落とす
お好みに切る

① 器に野菜を盛り、スライスアーモンドを散らして、お好みのドレッシングをかけます。



Cook C

梅かつおのたたききゅうり・味噌汁

フライパンでチキン南蛮定食

ご当地
GOTOUCHI

大人も子供も大好きな宮崎のご当地グルメ。
めんどろな揚げ物はフライパンで解決。
人気のXニューを定食にしました！

30分
638kcal

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			●				
タルタルソース			●				

商品番号	月	水	金	人数	単品価格
	2123	2323	2523	2マンマ	1,760円 (税込 1,900円)
	2133	2333	2533	3マンマ	2,640円 (税込 2,851円)
	2143	2343	2543	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
●フライパンでチキン南蛮 鶏もも肉角切り（国産） 260 390 520g 卵 1 1 1個 サニーレタス 2 3 4枚 タルタルソース 2 3 4P 塩・こしょう 少々 少々 少々 酢・みりん・しょうゆ 各大2 各大3 各大4 砂糖 大1 大1½ 大2 サラダ油 小麦粉				塩、こしょうをふり、小麦粉をまぶす 溶きほぐす 食べやすい大きさにちぎる ① 500Wで約40秒加熱	① 鶏肉に溶き卵をからめます。 ② フライパンに1cm位の油を熱し、鶏肉を上下に返しながら、全体がこんがりするまで揚げ焼きし、取り出します。 ③ お皿にレタスを敷いて鶏肉を盛り、①とタルタルソースをかけます。
●梅かつおのたたききゅうり きゅうり 1 2 2本 梅肉のタレ 1 2 2P かつおパック 1 1 1P ごま油 小½ 小¾ 小1					① きゅうりはチャック付きの袋に入れ、めん棒でたたきます。 ② ①に梅肉のタレ、かつおを加え、混ぜ合わせます。
●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。

今日のお買い物メモ 塩、こしょう、酢、みりん、しょうゆ、砂糖、サラダ油、小麦粉、ごま油



Cook
D
ホットプレートでチーズフォンデュPARTY☆



ホットプレートで野菜を焼ながら食べる、
チーズフォンデュです。ホームパーティで
子供も大人も楽しく食べれます。冷めないの
ですと温かく召し上がれておいしいですよ。

15 分
347kcal

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
あらびきロングウイナー	●	●	●				
フランスパン	●	●					
ナチュラルチーズ		●					



	月	水	金	人 数	単品価格
商品番号	2124	2324	2524	2 マンマ	1,760 (税込 1,900 円)
	2134	2334	2534	3 マンマ	2,640 (税込 2,851 円)
	2144	2344	2544	4 マンマ	3,520 (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
● チーズフォンデュ					
ブロッコリー	1/2	1/2	1 株	一口大に切り、500Wで3分半加熱	① チーズと片栗粉を耐熱容器に入れ、よく混ぜたら牛乳を加えます。
じゃが芋	2	3	4 個	一口大に切り、500Wで3分半加熱	② ホットプレートに①を置き、チーズが溶けるまでよく混ぜます。
プチトマト	4	6	8 個	へたを取る	③ ホットプレートに残りの材料を置き、焼きながら、溶けたチーズに絡めてお召し上がりください。
あらびきロングウイナー	6	9	12 本	お好みに切る	
フランスパン	1	1	2 本	一口大に切る	
ナチュラルチーズ	60	90	120g		
片栗粉	大1	大1 1/2	大2		
牛乳	50cc	75cc	100cc		



「単品マーケット」 SEPARATELY MARKET

肉・ハム・ソーセージ・水産

お届け日 **8/24** (月)

特価!!



商品番号 **6001** 冷凍 10日
国産
鶏ささみ
(5本入)

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



商品番号 **6002** 冷凍 10日
国産
黒毛和牛サーロインステーキ
(150gx 1枚)
商品価格 **1,798円**
(税込) 1,941円



商品番号 **6003** 冷凍 10日
国産
牛肩ロース薄切り
(140g)
商品価格 **880円**
(税込) 918円



商品番号 **6004** 冷凍 10日
鹿児島県産
黒豚肩ロースしゃぶしゃぶ用
(200g)
商品価格 **988円**
(税込) 969円



商品番号 **6005** 冷凍 10日
京都府産
日吉豚モモスライス
(180g)
商品価格 **698円**
(税込) 753円



商品番号 **6006** 冷凍 10日
国産
豚ローステキカツ味噌漬
(80gx 4枚)
商品価格 **850円**
(税込) 918円



商品番号 **6007** 冷凍 10日
国産
鶏もも肉角切り
(300g)
商品価格 **498円**
(税込) 537円



商品番号 **6011** 冷蔵 20日
伊藤ハム
焼豚
(158g)
小麦・乳・卵・大豆・豚肉

商品価格 ~~398円~~
(税込) 429円
328円
(税込) 354円



商品番号 **6012** 冷蔵 20日
伊藤ハム
サラダチキン (フレーン)
(110g)
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 **6013** 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・ゼラチン
商品価格 **298円**
(税込) 321円



商品番号 **6014** 冷蔵 20日
伊藤ハム
サラダチキン (瀬戸内レモン)
(110g)
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 **6015** 冷蔵 20日
伊藤ハム 朝のフレッシュ
ロースハム
(35gx 3連)
卵・乳・豚肉・大豆
商品価格 **348円**
(税込) 378円



商品番号 **6016** 冷蔵 20日
伊藤ハム 朝のフレッシュ
ハーフベーコン
(32gx 3連)
卵・乳・豚肉・大豆
商品価格 **348円**
(税込) 378円



商品番号 **6017** 冷蔵 20日
伊藤ハム
チーズイン
(71gx 2P)
乳・豚肉・鶏肉
大豆・ゼラチン
商品価格 **398円**
(税込) 429円



商品番号 **6021** 冷蔵 10日
中村海産
ししゃもみりん
(70g)

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



商品番号 **6022** 冷凍 10日
チリ産他
銀鮭 (無塩)
(60gx 2切)
商品価格 **498円**
(税込) 537円



商品番号 **6023** 冷凍 10日
ノルウエー産他
サバフィーレ
(90gx 2枚)
商品価格 **598円**
(税込) 645円



商品番号 **6024** 冷凍 10日
アラスカ産他
カラスガレイ切身
(70gx 3切)
商品価格 **798円**
(税込) 861円



商品番号 **6025** 冷凍 10日
ノルウエー産他
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 **6026** 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 **6027** 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 **8/26** (水)



商品番号 **6031**
鳥取県産他
二十世紀
(2玉入)

商品価格 **880円**
(税込) 950円



商品番号 **6032**

大阪府産他
小松菜
(約150g)

商品価格 **198円**
(税込) 213円



商品番号 **6033**

兵庫県産他
玉ねぎ
M (500g)

商品価格 **298円**
(税込) 321円



商品番号 **6034**

熊本県産他
ミニトマト
(150g)

商品価格 **398円**
(税込) 429円



商品番号 **6035**

鹿児島県産他
じゃが芋 (男しゃく)
M (600g)

商品価格 **398円**
(税込) 429円



商品番号 **6036**

長崎県産他
レタス
(S~Mサイズ)

商品価格 **250円**
(税込) 270円



商品番号 **6037**

フィリピン産他
バナナ
(3~5本)

商品価格 **248円**
(税込) 267円



冷やして、美味しい
なめらか食感!

商品番号 **6041**

冷蔵
7日

マルツネ
玉子とうふ (タレ付き)
(120gx3)
卵・小麦・大豆

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



商品番号 **6042**

冷蔵
3日

高丸食品
手揚げ風 京あげ
(1枚入)

商品価格 **138円**
(税込) 149円



商品番号 **6043**

冷蔵
3日

高丸食品
三角厚揚げ
(4個入)

商品価格 **150円**
(税込) 162円



商品番号 **6044**

冷蔵
3日

高丸食品
絹揚げ
(2個入)

商品価格 **150円**
(税込) 162円



商品番号 **6045**

冷蔵
10日

高丸食品
国産絹こし豆腐
(320g)

商品価格 **170円**
(税込) 183円



商品番号 **6046**

冷蔵
30日

山大
板こんにゃく
(250g)

商品価格 **100円**
(税込) 108円



商品番号 **6047**

冷蔵
30日

山大
糸こんにゃく
(200g)

商品価格 **100円**
(税込) 108円



おつまみやお弁当にも
やみつきになる美味しさ!

商品番号 **6051**

冷蔵
3日

堀川
おつまみ揚げ ゴロツと枝豆
(70g)
卵・小麦・大豆

商品価格 **228円**
(税込) 246円



商品番号 **6052**

冷蔵
5日

カネテツデリカフーズ
たくみの技 匠ちくわ
(5本入)

商品価格 **138円**
(税込) 149円



商品番号 **6053**

冷蔵
5日

カネテツデリカフーズ
蒲鉾 (赤)
(80g)

商品価格 **150円**
(税込) 162円



商品番号 **6054**

冷蔵
10日

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 **6055**

冷蔵
6日

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 **6056**

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 **6057**

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 **8/24** (月)



商品番号 **6061** 冷蔵 8日

香川県産他
白たまご
<10個入>
卵

商品価格 **328**円
(税込) 354円



商品番号 **6062** 冷蔵 8日

鹿児島県産他
薩摩赤玉
<10個入>
卵

商品価格 **358**円
(税込) 386円



商品番号 **6063** 冷蔵 8日

愛知県産他
うずらのたまご
<10個入>
卵

商品価格 **220**円
(税込) 237円



商品番号 **6064** 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 **6065** 冷蔵 7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 **6071** 冷蔵 7日

雪印メグミルク
牛乳
<1000ml>
乳

商品価格 **278**円
(税込) 300円



商品番号 **6072** 冷蔵 10日

明治
おいしい牛乳
<900ml>
乳

商品価格 **280**円
(税込) 302円



商品番号 **6073** 冷蔵 60日

カゴメ
グリーンスムージー
<1000ml>
スムージー

商品価格 **498**円
(税込) 537円



商品番号 **6074** 冷蔵 7日

いかるが
淡路島牛乳
<1000ml> × 2本
乳

商品価格 **555**円
(税込) 599円



商品番号 **6075** 冷蔵 7日

らくれん
らくれん牛乳
<200ml>
乳

商品価格 **95**円
(税込) 102円



商品番号 **6076** 冷蔵 7日

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 **6077** 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 **6078** 冷蔵 7日

雪印メグミルク
牧場の朝ヨーグルト
<70g × 3>
ヨーグルト

商品価格 **158**円
(税込) 170円



商品番号 **6079** 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 **6080** 冷蔵 7日

タケヤ
3連コーヒゼリー
<65g × 3>
ゼリー

商品価格 **149**円
(税込) 160円



商品番号 **6081** 冷蔵 20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 **6082** 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 **6083** 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 **6084** 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>
ゼリー

商品価格 **145**円
(税込) 156円



商品番号 **6085** 冷蔵 60日

らくれん
スタミンお徳用
<65ml × 10本入>
ゼリー

商品価格 **250**円
(税込) 270円



商品番号 **6086** 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 **6087** 冷蔵 12日

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

商品価格 **1,680**円
(税込) 1,814円



商品番号 **6088** 冷蔵 12日

明治
低糖・低カロリー飲む R-1 ヨーグルト
<112ml> × 12本
ヨーグルト

商品価格 **1,680**円
(税込) 1,814円



商品番号 **6089** 冷蔵 12日

明治
飲む PA-3 ヨーグルト
<112ml> × 12本
ヨーグルト

商品価格 **1,680**円
(税込) 1,814円



商品番号 **6090** 冷蔵 14日

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

商品価格 **1,656**円
(税込) 1,788円



商品番号 **6091** 冷蔵 7日

明治
R-1 ヨーグルト
<112g> × 6個
ヨーグルト

商品価格 **840**円
(税込) 907円



商品番号 **6092** 冷蔵 7日

明治
スロピオ LG ヨーグルト
<112g> × 6個
ヨーグルト

商品価格 **840**円
(税込) 907円



商品番号 **6093** 冷蔵 7日

明治
PA-3 ヨーグルト
<112g> × 6個
ヨーグルト

商品価格 **840**円
(税込) 907円



商品番号 **6094** 冷蔵 12日

明治 ザバス プロテイン
脂肪0 フルーツミックス
<430ml> × 1本
プロテイン

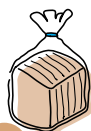
商品価格 **225**円
(税込) 243円



商品番号 **6095** 常温 60日

明治
ザバス プロテイン 脂肪0 パナナ
<200ml> × 12本
プロテイン

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 **8/24** (月)



商品
番号 **6111**

常温
4日

神戸屋 匠の逸品
もちふわ食パン
(4枚切)

商品
価格 **175円**
(税込) 189円



商品
番号 **6112**

常温
4日

神戸屋 匠の逸品
もちふわ食パン
(5枚切)

商品
価格 **175円**
(税込) 189円



商品
番号 **6113**

常温
4日

神戸屋 匠の逸品
もちふわ食パン
(6枚切)

商品
価格 **175円**
(税込) 189円



商品
番号 **6114**

常温
4日

神戸屋
あげぱん番長連合
(4個入)

商品
価格 **220円**
(税込) 237円



商品
番号 **6115**

常温
4日

神戸屋
フチハムマヨ
(6個入)

商品
価格 **220円**
(税込) 237円



商品
番号 **6116**

常温
4日

ボローニャ
ジュニアチョコ
(0.75斤)

商品
価格 **700円**
(税込) 756円



商品
番号 **6117**

常温
4日

ボローニャ
ジュニアメープル
(0.75斤)

商品
価格 **700円**
(税込) 756円



商品
番号 **6118**

常温
4日

ボローニャ
クルミデニッシュ
(1.5斤)

商品
価格 **1,400円**
(税込) 1,512円



商品
番号 **6119**

常温
4日

ボローニャ
フレーンデニッシュ
(1.5斤)

商品
価格 **1,100円**
(税込) 1,188円



商品
番号 **6120**

常温
4日

ボローニャ
フレーンデニッシュ
(3斤)

商品
価格 **1,700円**
(税込) 1,836円



商品
番号 **6131**

三井製糖 ススーン印
上白糖
(1kg)

商品
価格 **325円**
(税込) 351円



商品
番号 **6132**

塩事業センター
精製塩
(1kg)

商品
価格 **198円**
(税込) 213円



商品
番号 **6133**

ハナマルキ 無添加
香り熟成こうじみそ
(750g)

商品
価格 **458円**
(税込) 494円



商品
番号 **6134**

天眞醤油
こいくち醤油
(1800ml)

商品
価格 **780円**
(税込) 842円



商品
番号 **6135**

天眞醤油
ぼん酢
(1800ml)

商品
価格 **1,720円**
(税込) 1,857円



商品
番号 **6136**

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

商品
価格 **750円**
(税込) 810円

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 **6137**

オタフク
万能だし
(1800ml)

商品
価格 **1,050円**
(税込) 1,134円



商品
番号 **6138**

味の素
マヨネーズライトタイプ
(1kg)

商品
価格 **780円**
(税込) 842円



商品
番号 **6139**

キッコーマン
デルモンテケチャップ
(1kg)

商品
価格 **480円**
(税込) 518円



商品
番号 **6140**

エバラ
焼肉のたれ (醤油味)
(1600g)

商品
価格 **1,400円**
(税込) 1,512円



商品
番号 **6141**

ジェフダ
サラダ油
(1500g)

商品
価格 **758円**
(税込) 818円



商品
番号 **6142**

日清オイリオ
香りひき立つごま油
(250g)

商品
価格 **498円**
(税込) 537円



商品
番号 **6143**

ミツカン
カンタン酢
(1000ml)

商品
価格 **558円**
(税込) 602円



商品
番号 **6144**

ジェフダスラス
みりん風調味料
(1800ml)

商品
価格 **550円**
(税込) 594円



商品
番号 **6145**

ジェフダスラス
料理酒
(1800ml)

商品
価格 **490円**
(税込) 539円



商品
番号 **6146**

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 **6147**

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 **6148**

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 **6149**

ジェフダ
フレンチドレッシング
白ライト
(1L)

商品
価格 **780円**
(税込) 842円



商品
番号 **6150**

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 **8/24** (月)

電子レンジで簡単！
ヘルシーおかずシリーズ



商品番号 **6161** 冷凍 60日 レンジ

カレーのねぎ塩焼き

266kcal 蛋白質 18.6g
脂質 10.6g 炭水化物 23.8g
食塩 1.8g

商品価格 **650円**
(税込) 702円



商品番号 **6162** 冷凍 60日 レンジ

サバのカレーマヨ焼き

322kcal 蛋白質 14.2g
脂質 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 **6163** 冷凍 60日 レンジ

豆腐ハンバーグ麻婆ソース

320kcal 蛋白質 11.5g
脂質 16.8g 炭水化物 28.9g
食塩 2.5g

商品価格 **650円**
(税込) 702円



商品番号 **6164** 冷凍 60日 レンジ

たらフライのタルタルソース

338kcal 蛋白質 11.5g
脂質 19.2g 炭水化物 29.9g
食塩 2.2g

商品価格 **650円**
(税込) 702円



商品番号 **6165** 冷凍 60日 レンジ

ニンニク香る鮭のバター醤油焼き

266kcal 蛋白質 13.1g
脂質 9.2g 炭水化物 32g
食塩 2.1g

商品価格 **650円**
(税込) 702円



商品番号 **6166** 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 **6167** 冷凍 60日 レンジ

さわら竜田の貝だし煮

297kcal 蛋白質 12.4g
脂質 18.1g 炭水化物 19.9g
食塩 2.2g

商品価格 **650円**
(税込) 702円



商品番号 **6171** 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 **6172** 常温 3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 **6173** 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)
1箱

商品価格 **1,150円**
(税込) 1,242円



商品番号 **6174** 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 **6175** 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 **8/26** (水)



商品番号 **6176** 常温 120日

日清食品
焼そば UFO
(130gx 12個)

商品価格 **2,480円**
(税込) 2,678円



商品番号 **6177** 常温 120日

日清食品
カップヌードル
(85gx 20個)

商品価格 **3,980円**
(税込) 4,298円



商品番号 **6178** 常温 120日

日清食品
シーフードヌードル
(85gx 20個)

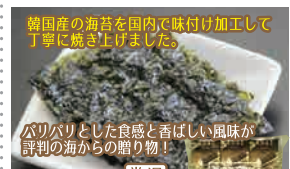
商品価格 **3,980円**
(税込) 4,298円



商品番号 **6179** 常温 120日

日清食品
どん兵衛
(97gx 12個)

商品価格 **2,480円**
(税込) 2,678円



商品番号 **6180** 常温 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 **8/26** (水)



商品番号 **6501**

サンガリア
ミラクルボディV
(190gx 30本)

商品価格 **3,600円**
(税込) 3,888円

商品価格 **1,800円**
(税込) 1,944円



商品番号 **6502**

コカコーラボトラーズ
ファンタグレース
(350mlx 24本)

商品価格 **2,640円**
(税込) 2,851円



商品番号 **6503**

アサヒ
ワンダ金の微糖
(185gx 30本)

商品価格 **2,670円**
(税込) 2,883円



商品番号 **6504**

コカコーラボトラーズ
コカコーラ
(350mlx 24本)

商品価格 **2,280円**
(税込) 2,462円



商品番号 **6505**

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 **6506**

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 **6507**

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 **8/24** (月)

商品番号 6401 花王 キュキュット (240ml) 商品価格 198円 (税込) 213円	商品番号 6402 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 6403 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 6404 花王 粉末洗濯用洗剤 アタック高活性バイオEX (900g) 商品価格 550円 (税込) 594円	商品番号 6405 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 6406 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 6407 HEIKO アルミホイル (30cm x 50m) 商品価格 598円 (税込) 645円	商品番号 6408 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 6409 ハウスホールドジャパン ポリ袋スタイルボックス (KB-02)190 x 350 x マチ 190mm (100枚入) 商品価格 298円 (税込) 321円	商品番号 6410 ハウスホールドジャパン ポリ袋 (半透明) 45リットル (KH-50)650 x 800mm (50枚入) 商品価格 550円 (税込) 594円
商品番号 6411 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 6412 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 6413 ライフ堂 ふんわりタッチのおしりふき (80枚入 x 3個入) 商品価格 298円 (税込) 327円	商品番号 6414 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 6415 花王 トイレマジックリン (詰替え) 消臭洗浄スプレー (400ml) x 2 商品価格 458円 (税込) 494円
商品番号 6416 大王製紙 ボクスティッシュ エリエールイーナ (150W5P) 商品価格 358円 (税込) 386円	商品番号 6417 大王製紙 シングルトイレットペーパー エルフォーレ (54m x 12R) 商品価格 550円 (税込) 594円	商品番号 6418 大王製紙 ダブルトイレットペーパー エルフォーレ (27m x 12R) 商品価格 550円 (税込) 594円	商品番号 6419 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 6420 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 **8/26** (水)

コシがありつるみある小豆島産の手延べそうめんを使用した手延べそうめんです。

つゆに拘って、昆布とかつお節のだし香る甘めの特製めんつゆで食べる冷しそばです。

つゆに拘って、昆布とかつお節のだし香る甘めの特製めんつゆで食べる冷しうどんです。

錦糸たまごじとハムわかめがよく合う冷し中華です。

つるみある中華麺にゴまだれスープ絡む冷し中華です。



商品番号 **6451**
飛竜 つゆたっぷり
手延べそうめん
(140g)
小麦・こま・卵・大豆
冷蔵 2日
商品価格 **380**円
(税込) 410円

商品番号 **6452**
飛竜 美味しいつゆの
冷やしそば
(150g)
小麦・そば・大豆
冷蔵 2日
商品価格 **300**円
(税込) 324円

商品番号 **6453**
飛竜 美味しいつゆの
冷やしうどん
(140g)
小麦・大豆
冷蔵 2日
商品価格 **300**円
(税込) 324円

商品番号 **6454**
飛竜
冷し中華 しょうゆ
(220g)
小麦・大豆・卵・乳・豚肉
冷蔵 2日
商品価格 **398**円
(税込) 429円

商品番号 **6455**
飛竜
冷し中華 こまだれ
(220g)
小麦・大豆・卵・乳・豚肉
冷蔵 2日
商品価格 **398**円
(税込) 429円

※パッケージ等が予告無く変更する場合がございます予めご了承下さいませ。

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

「マンマセレクション」 MANMA SELECTION



ご注文は、お電話 FAX 申込書 にて承ります。

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

ご注文番号は枠内4ケタ
0000 をご確認ください。

お届け日
8/28金



オリジナルケチャップ付き
電子レンジ対応で簡単！

★★★
うちで食べても
ふわふわ巻き！

商品
番号 2191

ポムの樹

ポムの樹のオムライスポムオム
<230g 袋>

冷凍 30日	アレルギー物質	小麦	卵	乳	さば	大豆	鶏肉	豚肉
		●	●	●	●	●	●	●

商品
価格 480 円
(税込) 518 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！
クリーミーなベシャメルソースに3種のナチュラルチーズで1層味を深く
仕上げました。

商品
番号 2192

新宿中村屋

エビのペンネグラタン
<220g>

冷凍 30日	アレルギー物質	小麦	乳	卵	えび	大豆	山羊	りんご
		●	●	●	●	●		

商品
価格 750 円
(税込) 810 円

PIZZAREVO

ハイクオリティな本格ピザ！

250
円

7冠
達成

商品
番号 2193

ピザレボ

生地を喰らう！マルゲリータ
<1P・直径約21cm>

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

商品
価格 780 円
(税込) 842 円

魚だし 海鮮ちゃんぽん

簡単調理

長時間煮たお湯(400cc)に3分加熱してください。

電子レンジ調理不可

商品
番号 2194

鯛だし海鮮ちゃんぽん
<242g>

冷凍 60日	アレルギー物質	小麦	えび	いか	大豆	鶏肉	豚肉	かに
		●	●	●	●	●	●	

商品
価格 680 円
(税込) 734 円

アレンジメニューで使い道いろいろ～

カット済み味付け鶏肉
飛騨の味 創業昭和37年

旨辛の味付けでご飯やビールが進む！
リピーターになる人気急増中！

商品
番号 2195

萩屋チキンセンター

萩屋ケイちゃん<ピリ辛みそ味> × 2P
230g 真空

冷凍 60日	アレルギー物質	小麦	えび	いか	大豆	鶏肉	豚肉	かに
						●		

商品
価格 980 円
(税込) 1,058 円

薬味（ネギ・生薑・にんにく）と豆板醤を
丁寧に炒め香りを際立たせ、魚介エキスを
旨味が増したチリソースは辛み、酸味、甘味の
調和のとれた味わい。

四
陸
FROZEN

商品
番号 2196

四陸

海老のチリソース
<180g>

冷凍 30日	アレルギー物質	小麦	えび	卵	豚肉	大豆	鶏肉	りんご
		●	●	●	●	●	●	

商品
価格 780 円
(税込) 842 円

今週のまんま一押し SELECT!

商品
番号 2197

伊藤園

リラックスジャスミンティ
(2L × 6本)

37%
off

商品
価格 ~~2,760~~ 円
(税込) 2,980 円

商品
価格 1,260 円
(税込) 1,360 円

6本
1ケース販売