



# たのしみ御膳®

## 価格表

(税込価格)

	都度購入	定期継続購入
5食	3,856円	3,748円
7食	5,232円	4,908円
14食	10,452円	9,912円

日	月	火	水	木	金	土
---	---	---	---	---	---	---

●**栄養価について**  
 エ:エネルギー、たんぱく質、脂:脂質、炭:炭水化物、塩:食塩相当量です。

●**アレルギーについて**  
 アレルギーは特定原材料のみ記載しております。

※**注文チェック欄について**  
 注文した日にチェックを入れると注文を忘れず、便利です。

※背景がピンク色の日は弊社休業日です。

※お届け商品は予告なく変更になる場合がございます。ご了承ください。

常温

便利な**パックご飯**販売中!

御膳とあわせてご利用ください



国産**こしひかり**たきたてご飯  
<テーブルマーク>

1箱(180g×24個入)  
**3,840円(税抜)**

エネルギー  
**258kcal**

1 注文チェック欄

**韓国風網焼きカルビ**

●**栄養価**  
 エ:241kcal  
 炭:27.0g  
 脂:11.8g  
 塩:2.2g

●**献立**  
 韓国風網焼きカルビ  
 マカロニサラダ  
 なすとインゲンのおかか和え  
 ロールキャベツマトソース  
 さつま芋の昆布和え

●小麦・乳・卵・えび使用

2 注文チェック欄

**さわらのちゃんちゃん焼き風**

●**栄養価**  
 エ:201kcal  
 炭:14.0g  
 脂:7.1g  
 炭:20.2g  
 塩:2.3g

●**献立**  
 さわらのちゃんちゃん焼き風  
 小松菜とがんものオイスターソース  
 ポテトタロコ和え  
 枝豆ひじき  
 ブロッコリーのマスタードソース

●小麦・乳・卵使用

3 注文チェック欄

**ハンバーグドミグラス**

●**栄養価**  
 エ:334kcal  
 炭:14.7g  
 脂:19.1g  
 炭:20.2g  
 塩:2.3g

●**献立**  
 ハンバーグドミグラス  
 マカロニと野菜のマヨソース和え  
 キャベツのコンソメ煮  
 塩バターコーン  
 なすのナポリタンソース

●小麦・乳・卵使用

4 注文チェック欄

**豚角煮**

●**栄養価**  
 エ:379kcal  
 炭:16.3g  
 脂:25.9g  
 炭:20.2g  
 塩:1.9g

●**献立**  
 豚角煮  
 キムチ炒め  
 さつま芋の枝豆あんかけ  
 いんげんとちくわの炒め物  
 厚焼き卵の和風あんかけ

●小麦・乳・卵使用

5 注文チェック欄

**にしんの野菜煮**

●**栄養価**  
 エ:284kcal  
 炭:13.0g  
 脂:12.1g  
 炭:30.8g  
 塩:3.0g

●**献立**  
 にしんの野菜煮  
 肉団子の中華野菜添え  
 竹の子の煮物  
 わかめとじゃこのポン酢和え  
 さつま芋とレーズンの蜜煮

●小麦・乳使用

6 注文チェック欄

**チキンのあっさり黒酢炒め**

●**栄養価**  
 エ:277kcal  
 炭:16.7g  
 脂:12.8g  
 炭:23.7g  
 塩:2.1g

●**献立**  
 チキンのあっさり黒酢炒め  
 トマトクリームフィジリ  
 ブロッコリーの昆布和え  
 レーズン入りマッシュかぼちゃ  
 人参と春巻のたらこ和え

●小麦・乳・卵使用

7 注文チェック欄

**中華あんかけ**

●**栄養価**  
 エ:204kcal  
 炭:8.5g  
 脂:11.8g  
 炭:15.9g  
 塩:2.2g

●**献立**  
 中華あんかけ  
 じゃが芋とブロッコリーのかにあんソース  
 なすとインゲンのおかか和え  
 ビーマンと人参のピリ辛和え  
 がんものおろしソース

●小麦・乳・かに使用

8 注文チェック欄

**ピヤベース**

●**栄養価**  
 エ:311kcal  
 炭:13.0g  
 脂:13.7g  
 炭:33.8g  
 塩:1.8g

●**献立**  
 ピヤベース  
 キャベツときのこのマスタードサラダ  
 小松菜のアーモンドバター  
 カリフラワーの香味ソース  
 さつま芋のレモン煮

●小麦・乳・えび・かに使用

9 注文チェック欄

**ハンバーグサルサソース**

●**栄養価**  
 エ:409kcal  
 炭:16.8g  
 脂:20.1g  
 炭:40.3g  
 塩:2.2g

●**献立**  
 ハンバーグサルサソース  
 カレーポテト  
 ナッツ入りきんとん  
 ズッキーニのツナマヨソース  
 なすのガーリック風味

●小麦・乳・卵使用

10 注文チェック欄

**牛肉の柳川風**

●**栄養価**  
 エ:337kcal  
 炭:13.0g  
 脂:17.8g  
 炭:31.2g  
 塩:3.6g

●**献立**  
 牛肉の柳川風  
 餃子とズッキーニの中華あん  
 厚揚げのチリソース  
 レンコンきんぴら  
 さつま芋の蜜煮

●小麦・乳・卵使用

11 注文チェック欄

**さんまの蒲焼き**

●**栄養価**  
 エ:320kcal  
 炭:9.6g  
 脂:16.1g  
 炭:34.2g  
 塩:2.4g

●**献立**  
 さんまの蒲焼き  
 八宝菜  
 枝豆ひじきの煮物  
 コーンの醤油だれ和え  
 野菜コロッケ

●小麦・乳・卵使用

12 注文チェック欄

**豚塩カルビ**

●**栄養価**  
 エ:316kcal  
 炭:14.3g  
 脂:17.2g  
 炭:26.1g  
 塩:2.2g

●**献立**  
 豚塩カルビ  
 炒り玉子のホタテあんかけ  
 ポテトのトマトソースがけ  
 もやしとカニかまのサラダ  
 白玉だんご抹茶クリームソース

●小麦・乳・卵使用

13 注文チェック欄

**煮込みハンバーグ**

●**栄養価**  
 エ:311kcal  
 炭:11.4g  
 脂:13.6g  
 炭:35.8g  
 塩:2.0g

●**献立**  
 煮込みハンバーグ  
 トマトクリームフィジリ  
 ほうれん草とコーンのバター風味  
 キャベツと人参のコンソメ煮  
 マッシュかぼちゃ

●小麦・乳・卵使用

14 注文チェック欄

**信田煮の和風あんかけ**

●**栄養価**  
 エ:257kcal  
 炭:11.0g  
 脂:10.4g  
 炭:29.9g  
 塩:2.6g

●**献立**  
 信田煮の和風あんかけ  
 おろしきのこうどん  
 五目厚焼卵  
 ちくわといんげんのバター醤油  
 こぼろサラダ

●小麦・乳・卵使用

15 注文チェック欄

**ヒレカツ煮**

●**栄養価**  
 エ:349kcal  
 炭:14.3g  
 脂:17.8g  
 炭:32.9g  
 塩:2.4g

●**献立**  
 ヒレカツ煮  
 ナスとカリフラワーのトマトソースがけ  
 粉ふき芋  
 いんげんのごま和え  
 ミルクコーン

●小麦・乳・卵使用

16 注文チェック欄

**チキンの香草焼き**

●**栄養価**  
 エ:244kcal  
 炭:15.6g  
 脂:10.4g  
 炭:21.9g  
 塩:1.5g

●**献立**  
 チキンの香草焼き  
 菜の花とあさりのガーリックソース  
 ナスといんげんの洋風和え  
 マッシュかぼちゃ  
 マカロニサラダ

●小麦・乳・卵使用

17 注文チェック欄

**麻婆茄子**

●**栄養価**  
 エ:257kcal  
 炭:6.5g  
 脂:10.5g  
 炭:34.1g  
 塩:2.3g

●**献立**  
 麻婆茄子  
 マカロニサラダ  
 えのきと青菜の卵和え  
 塩バターコーン  
 さつま芋の昆布和え

●小麦・乳・卵使用

18 注文チェック欄

**和風ハンバーグ**

●**栄養価**  
 エ:288kcal  
 炭:14.5g  
 脂:12.9g  
 炭:28.4g  
 塩:2.4g

●**献立**  
 和風ハンバーグ  
 厚揚げの野菜あんかけ  
 いんげんのシラスソースがけ  
 大根の味噌煮  
 厚巻卵(かに風味)

●小麦・乳・卵・かに使用

19 注文チェック欄

**ぶりの照り焼き**

●**栄養価**  
 エ:198kcal  
 炭:11.6g  
 脂:6.5g  
 炭:23.2g  
 塩:2.5g

●**献立**  
 ぶりの照り焼き・がんもと椎茸の含め煮  
 いんげんのごま和え・焼きうどん  
 小松菜とコーンのお浸し  
 切り干し大根  
 かぼちゃの甘辛煮

●小麦・乳・えび使用

20 注文チェック欄

**鶏唐揚げの中華炒め**

●**栄養価**  
 エ:277kcal  
 炭:12.2g  
 脂:13.9g  
 炭:25.8g  
 塩:1.9g

●**献立**  
 鶏唐揚げの中華炒め  
 中華クリーム煮  
 なすの味噌炒め  
 ミモザサラダ  
 さつま芋のオレンジソース

●小麦・乳・卵・えび使用

21 注文チェック欄

**にしんの蒲焼き風**

●**栄養価**  
 エ:224kcal  
 炭:10.4g  
 脂:8.2g  
 炭:27.2g  
 塩:2.6g

●**献立**  
 にしんの蒲焼き風  
 小松菜の中華あん  
 春菊と錦糸卵のからし和え  
 がんもの煮物  
 切り昆布と人参の煮物

●小麦・乳・卵使用

22 注文チェック欄

**メンチカツ**

●**栄養価**  
 エ:297kcal  
 炭:9.1g  
 脂:15.9g  
 炭:29.3g  
 塩:1.9g

●**献立**  
 メンチカツ  
 マカロニサラダ  
 ロールキャベツマトソース  
 ほうれん草のごま和え  
 かぼちゃの甘煮

●小麦・乳・卵使用

23 注文チェック欄

**鶏と野菜の炊き合わせ**

●**栄養価**  
 エ:209kcal  
 炭:9.3g  
 脂:6.2g  
 炭:29.0g  
 塩:2.2g

●**献立**  
 鶏と野菜の炊き合わせ  
 春雨のスープ煮  
 オクラのおかか和え  
 ひじき煮  
 いんげんのごまマヨソース

●小麦・乳・卵使用

24 注文チェック欄

**ハンバーグカレーソース**

●**栄養価**  
 エ:258kcal  
 炭:11.8g  
 脂:12.8g  
 炭:24.0g  
 塩:2.2g

●**献立**  
 ハンバーグカレーソース  
 ナスのガーリックソースがけ  
 和風きのこパスタ  
 エビ団子のクリームかけ  
 ほうれん草のバター風味

●小麦・乳・卵・えび使用

25 注文チェック欄

**牛すき煮**

●**栄養価**  
 エ:198kcal  
 炭:8.2g  
 脂:6.8g  
 炭:25.9g  
 塩:2.2g

●**献立**  
 牛すき煮  
 ナスとビーマンの甘味噌風味  
 醤油バターコーン  
 小松菜とあさりの和え物  
 たらもサラダ

●小麦・乳・卵使用

26 注文チェック欄

**かに玉とエビチリ**

●**栄養価**  
 エ:232kcal  
 炭:8.8g  
 脂:9.5g  
 炭:27.7g  
 塩:2.0g

●**献立**  
 かに玉  
 エビチリ  
 もやしと人参のナムル  
 チンゲン菜のバター風味  
 アーモンド入りきんとん

●小麦・乳・卵・えび・かに使用

27 注文チェック欄

**酢豚**

●**栄養価**  
 エ:244kcal  
 炭:10.8g  
 脂:7.9g  
 炭:32.4g  
 塩:2.7g

●**献立**  
 酢豚  
 かに風味シュマイ・チンゲン菜の和え物  
 えびと枝豆の塩風味  
 中華春雨  
 さつま芋のレモン和え

●小麦・乳・卵・えび・かに使用

28 注文チェック欄

**さんまのやわらか煮**

●**栄養価**  
 エ:386kcal  
 炭:21.0g  
 脂:19.6g  
 炭:31.4g  
 塩:2.9g

●**献立**  
 さんまのやわらか煮  
 肉団子・麻婆春雨  
 さつま芋のバナナプル和え  
 ブロッコリーのくるみみか和え  
 がんもの煮物

●小麦・乳使用

29 注文チェック欄

**ハンバーグマスタードソース**

●**栄養価**  
 エ:302kcal  
 炭:14.8g  
 脂:14.3g  
 炭:28.6g  
 塩:2.0g

●**献立**  
 ハンバーグマスタードソース  
 ほうれん草コーン・カリフラワーのコンソメ煮  
 なすのトマトソースがけ  
 厚焼き卵(かに風味)  
 粉ふき芋

●小麦・乳・卵・かに使用

おいしい  
お召し上がり方

