

コープさっぽろ夕食宅配サービス「献立カレンダー」

# 月刊 つなぐ

2025年  
2月号



弁菜亭 **冷凍**  
**駅弁やの  
 釜めし(鶏)**  
 739円 税込798円

注文締切日 2月7日(金)  
 お届け日 **2月17日(月)**

大徳食品  
**だしが自慢きつねうどん**  
 488円 税込527円

注文締切日 2月12日(水)  
 お届け日 **2月19日(水)**

**新登場!**  
**サイドメニュー**

**チキンと  
 野菜のスープカレー**  
 1,080円 税込1,166円

注文締切日 2月19日(水)  
 お届け日 **2月22日(土)**

**キムチ鍋(うどん入り)**  
 830円 税込896円

注文締切日 2月12日(水)  
 お届け日 **2月15日(土)**

バランス最強幕の内!  
**五目ごはん弁当**  
 730円 税込788円

ちゅるちゅる麺と  
 トロトロ餡の黄金コンビ!  
**あんかけ焼きそば**  
 924円 税込998円

**人気商品**  
**飯 vs 麺**  
**対決**

注文締切日 2月5日(水)  
 お届け日 **2月11日(火)**

**祝日  
 特別企画**

**お寿司9貫**  
 帆立・ズワイガニ入り  
 1,278円 税込1,380円

注文締切日 2月17日(月)  
 お届け日 **2月24日(月)**



※わさび、醤油はついていません。

**一品プラス!**  
**サイドメニュー**

**茶碗蒸し2個セット**  
 550円 税込594円



**とろとろ卵の  
 オムライス**  
 598円 税込646円

注文締切日 お届けの3日前まで  
 お届け日 **2月10日(月)、2月12日(水)~2月14日(金)**



**C-Sweets  
 濃厚ガトーショコラ**  
 221円 税込239円

賞2日  
 2.14  
 バレンタイン  
 DAY

注文締切日 2月10日(月)  
 お届け日 **2月14日(金)**

**サイドメニュー**



**予告** 今、ご覧いただいている 月刊 つなぐ は、次号3月号より、**リニューアル**します!  
 絶賛制作中! お楽しみに!  
 豆知識やコラムが入ったり...パンや箱売り商品が掲載されたり...

※**賞00日** お届けした日から、お届け商品に記載の消費・賞味期限までの日数を表示しています。お届け商品のパッケージに記載された期限表示・保存方法をご確認のうえ、お早めにお召し上がりください。  
 ※**当月中** お届け日中にお召し上がりください。一部、翌日の途中で消費・賞味になるものもあります。  
 ※**賞00日** 冷凍商品のお届けは賞味期限の1/2を目安にお届けしています。お届け商品のパッケージに記載された期限表示・保存方法をご確認の上、お早めにお召し上がりください。  
 ※マークのない商品はお届け日当日の夜10時までにお召し上がりください。

お弁当の変更は**3日前**までに**電話**でかんたん! ●注文変更・お問合せ ☎0120-279-949

●ご注文 ☎0120-279-949 受付時間/月~土曜10:00~18:00 ※日曜休み ※対応品質向上のために通話内容を録音させていただいております。  
 ※サイドメニューのご注文はお弁当と一緒に1点から、サイドメニューのみのご注文は2点から可能です。





2月6日(木)は  
**初午いなりの日**

サイドメニュー **新登場!**

**いなり寿司 (3個入り)**  
240円 税込259円

注文締切日 **2月3日(月)**  
お届け日 **2月6日(木)**

はつうま  
初午いなりとは...?  
「初午」とは2月最初の「午」の日のこと。  
お稲荷様の神の使いとされる狐にお供えする好物の油揚げを使った「いなり寿司」を初午に食べるのが「初午いなり」です。

佐藤水産  
**鮭のルイベ漬とめかぶ醤油漬丼**  
1,200円 税込1,296円

注文締切日 **1月31日(金)**  
お届け日 **2月5日(水)**

**かにめし**  
1,480円 税込1,598円

注文締切日 **2月5日(水)**  
お届け日 **2月8日(土)**

**三元豚の十勝風豚重**  
1,080円 税込1,166円

注文締切日 **お届けの3日前まで**  
お届け日 **2月17日(月)~2月21日(金)**

**新登場!**

**自慢のカレー** たまねぎたっぷり、甘みとコクを引き出しました。  
トレイサイズ:横247mm×縦152mm×高さ55mm

とんかつカレー 780円 税込842円 (858kcal)  
カレーライス 580円 税込626円 (585kcal)  
えびフライカレー 780円 税込842円 (700kcal)

サイドメニュー **道産米ごはん**  
ごはん(白米) 150g 86円 税込93円  
※写真はごはんの盛り付けイメージです。

サイドメニュー **袋入りサラダ**  
ごはん・カレー・サラダは月曜から土曜までお好きな曜日にお届けできます。ご注文・変更・キャンセルは3日前まで

1番人気! ミックス10品目サラダ 90g 128円 税込138円 (当日中)  
千切りのキャベツ 120g 95円 税込103円 (当日中)  
いろいろキャベツ 90g 95円 税込103円 (当日中)  
だいこんサラダ 110g 128円 税込138円 (当日中)

**お召上がり期限 松竹梅のお弁当のお召上がり方**

つなぐ本紙にて消費期限の記載がない商品は、冷蔵庫で保管してお届けした当日の夜10時までにお召上がりください。

(目安)  
500W 1分30秒  
600W 1分10秒  
800W 50秒

レンジで温めると、よりおいしくお召上がりいただけます。メニューやお使いのレンジの機種により、温め時間が多少異なります。

〈お願い〉お召上がり後の容器のご返却について

容器のすすぎ洗いに  
ご協力ください。  
松と梅の容器は、軽く水洗いしご返却ください。  
竹の容器は、中仕切り(使い捨てです)を自主廃棄の上、外容器をご返却ください。

松 要返却  
竹 要返却  
梅 要返却

※中仕切りは使い捨てです。自主廃棄をお願いいたします。

**日曜弁当かつろぎのお召上がり方**

お届けした日から**3日以内**にお召上がりください。(金曜お届け、消費期限は日曜日まで)

冷蔵庫で保管してください。

レンジで温める際は、**容器のフィルムの端を少し開けて**ください。商品ラベルに記載の温め時間を目安にしてください。

お召上がり後はご家庭で容器(使い捨てです)の**自主廃棄**をお願いいたします。

※(賞00日) お届けした日から、お届け商品に記載の消費・賞味期限までの日数を表示しています。お届け商品のパッケージに記載された期限表示・保存方法をご確認のうえ、お早めにお召上がりください。  
※(賞10日) お届け日中にお召上がりください。一部、翌日の途中で消費・賞味になるものもあります。  
※(賞00日) 冷凍商品のお届けは賞味期限の1/2を目安にお届けしています。お届け商品のパッケージに記載された期限表示・保存方法をご確認の上、お早めにお召上がりください。  
※マークのない商品はお届け日当日の夜10時までにお召上がりください。

お弁当の変更は**3日前までに電話**でかんたん! ●注文変更・お問合せ ☎0120・279・949

**週の注目商品はコチラ!**

**●2月第1週 (2月3日~2月8日)**

平日・週替わりメニュー	土曜・プレミアム	水曜デザート	今週の空弁	初午いなりの日
注文締切日:お届けの3日前まで 2月3日(月)~2月7日(金)お届け ジャージャー麺 924円 税込998円 535kcal	注文締切日:2月5日(水) 2月8日(土)お届け かにめし 1,480円 税込1,598円 554kcal	注文締切日:1月31日(金) 2月5日(水)お届け いなぞう罐製 北海道産きなこの 小豆クリーム黒みつ白玉 307円 税込332円 339kcal 当日中	注文締切日:1月31日(金) 2月5日(水)お届け 佐藤水産 鮭のルイベ漬と めかぶ醤油漬丼 1,200円 税込1,296円 442kcal	注文締切日:2月3日(月) 2月6日(木)お届け いなり寿司(3個入り) <b>新</b> 240円 税込259円 264kcal 当日中

**●2月第2週 (2月10日~2月15日)**

平日・週替わりメニュー	土曜・プレミアム	バレンタインデザート	対決企画	対決企画
注文締切日:お届けの3日前まで 2月10日(月)、 2月12日(水)~2月14日(金)お届け とろとろ卵のオムライス 598円 税込646円 387kcal	注文締切日:2月12日(水) 2月15日(土)お届け キムチ鍋(うどん入り) 830円 税込896円 434kcal	注文締切日:2月10日(月) 2月14日(金)お届け C-Sweets 濃厚ガトーショコラ 221円 税込239円 365kcal 賞2日	注文締切日:2月5日(水) 2月11日(火)お届け あんかけ焼きそば 924円 税込998円 520kcal	注文締切日:2月5日(水) 2月11日(火)お届け 五目ごはん弁当 730円 税込788円 535kcal

**●2月第3週 (2月17日~2月22日)**

平日・週替わりメニュー	土曜・プレミアム	水曜デザート	今週の駅弁(冷凍)	今週の種類
注文締切日:お届けの3日前まで 2月17日(月)~2月21日(金)お届け 三元豚の十勝風豚重 <b>新</b> 1,080円 税込1,166円 541kcal	注文締切日:2月19日(水) 2月22日(土)お届け チキンと野菜のスープカレー 1,080円 税込1,166円 658kcal	注文締切日:2月15日(土) 2月19日(水)お届け C-Sweets 生キャラメルプリン 193円 税込208円 248kcal 当日中	注文締切日:2月7日(金) 2月17日(月)お届け 井菜亭 駅弁やの釜めし(鶏) 739円 税込798円 544kcal 賞30日	注文締切日:2月12日(水) 2月19日(水)お届け 大徳食品 だしが自慢きつねうどん <b>新</b> 488円 税込527円 386kcal 当日中

**●2月第4週 (2月24日~3月1日)**

平日・週替わりメニュー	土曜・プレミアム	水曜デザート	祝日特別企画	祝日特別企画
注文締切日:お届けの3日前まで 2月24日(月)~2月28日(金)お届け 満腹!大きなえびフライ弁当 998円 税込1,078円 680kcal	注文締切日:2月26日(水) 3月1日(土)お届け やわらかジギスカンと 彩り野菜のわっぱ飯 1,000円 税込1,080円 583kcal	注文締切日:2月22日(土) 2月26日(水)お届け とちか製菓 大きな白玉ぜんざい 298円 税込322円 369kcal 賞3日	注文締切日:2月17日(月) 2月24日(月)お届け お寿司9貫 (帆立・ズワイガニ入り) 1,278円 税込1,380円 403kcal	注文締切日:2月17日(月) 2月24日(月)お届け 茶碗蒸し2個セット 550円 税込594円 109kcal 賞2日

※(賞00日) お届けした日から、お届け商品に記載の消費・賞味期限までの日数を表示しています。お届け商品のパッケージに記載された期限表示・保存方法をご確認のうえ、お早めにお召上がりください。  
※(賞10日) お届け日中にお召上がりください。一部、翌日の途中で消費・賞味になるものもあります。  
※(賞00日) 冷凍商品のお届けは賞味期限の1/2を目安にお届けしています。お届け商品のパッケージに記載された期限表示・保存方法をご確認の上、お早めにお召上がりください。  
※マークのない商品はお届け日当日の夜10時までにお召上がりください。

お弁当の変更は**3日前までに電話**でかんたん! ●注文変更・お問合せ ☎0120・279・949



## 2月第1週〈基本メニュー・選べる3種のお弁当〉

※写真はイメージです。掲載写真から一部食材が変更になる場合がございます。

竹・梅の主菜はA・Bをお選びください

松 デラックス		竹 バランス		梅 ライト		いつでもメニュー		週の注目商品	
和食・洋食・中華を日替わりで。 843円 税込910円		塩分2.5g以下、280kcal(±10%) 703円 税込759円		583円 税込630円		ごはん・カレー 袋入りサラダ		週替わり	
2月3日(月)		<b>和食</b> ・さばのもろみ漬け焼き ・とり天 ・すだちおろし添え ・茶碗蒸し ・さつま芋と銀杏の白和え	<b>A</b> 豚肉と大根のさっぱり煮	<b>B</b> 羅臼産 浅羽がれの塩焼き	<b>A</b> 鶏肉のぼん酢炒め	<b>B</b> ししやもフライ	ごはん(白米)	ミックス10品目	ジャージャー麺
		<b>中華</b> ・まるやか黒酢豚 ・麻婆春雨 ・帆立貝のクリーム煮 ・白菜の甘酢漬	<b>A</b> ぶりの麹漬け焼き	<b>B</b> 鶏肉の葱ソースかけ	<b>A</b> 厚揚げの肉じゃが風	<b>B</b> 豚肉ときのこの炒め物	ごはん(白米)	ミックス10品目	ジャージャー麺
2月4日(火)		<b>洋食</b> ・銀鮭のムニエル ・あらびきウィンナーのトマト煮込み ・三元豚のロースカツ ・生ハムのレモンマリネ	<b>A</b> 鶏肉の香草焼き	<b>B</b> にしんの塩焼き	<b>A</b> 豚肉の中華炒め	<b>B</b> お麩の甘酢炒め	ごはん(白米)	ミックス10品目	ジャージャー麺
		<b>和食</b> ・いぶり鶏の親子煮 ・金平ごぼう ・シーフードの甘酢炒め ・野菜の揚げ浸し	<b>A</b> いわしの生姜醤油焼き	<b>B</b> 天ぷら盛り合わせ(とり天入り)	<b>A</b> さばの塩焼き	<b>B</b> 和風ハンバーグ	ごはん(白米)	ミックス10品目	ジャージャー麺
2月5日(水)		<b>洋食</b> ・チキンステーキ ・玉葱と赤ワインのソースかけ ・ほうれん草と竹輪のソテー ・フライ3種盛り ・グリーンサラダ	<b>A</b> 豚肉の袖こしょう炒め	<b>B</b> 銀鮭の塩焼き	<b>A</b> 鶏肉のケチャップ炒め	<b>B</b> さんまの唐揚げ	ごはん(白米)	ミックス10品目	ジャージャー麺
		<b>和食</b> ・天ぷら4種盛り合わせ(えび天入り) ・牛肉のしぐれ煮 ・大根と竹の子の炊き合わせ ・菜の花のホタテ風味お浸し	<b>A</b> さばのみぞれ煮	<b>B</b> 鶏肉のカレー風味焼き	<b>A</b> 白身魚の照焼き	<b>B</b> 豚肉のブルコギ風	ごはん(白米)	ミックス10品目	ジャージャー麺
2月6日(木)		<b>和食</b> ・いぶり鶏の親子煮 ・金平ごぼう ・シーフードの甘酢炒め ・野菜の揚げ浸し	<b>A</b> いわしの生姜醤油焼き	<b>B</b> 天ぷら盛り合わせ(とり天入り)	<b>A</b> さばの塩焼き	<b>B</b> 和風ハンバーグ	ごはん(白米)	ミックス10品目	ジャージャー麺
		<b>洋食</b> ・チキンステーキ ・玉葱と赤ワインのソースかけ ・ほうれん草と竹輪のソテー ・フライ3種盛り ・グリーンサラダ	<b>A</b> 豚肉の袖こしょう炒め	<b>B</b> 銀鮭の塩焼き	<b>A</b> 鶏肉のケチャップ炒め	<b>B</b> さんまの唐揚げ	ごはん(白米)	ミックス10品目	ジャージャー麺
2月7日(金)		<b>和食</b> ・天ぷら4種盛り合わせ(えび天入り) ・牛肉のしぐれ煮 ・大根と竹の子の炊き合わせ ・菜の花のホタテ風味お浸し	<b>A</b> さばのみぞれ煮	<b>B</b> 鶏肉のカレー風味焼き	<b>A</b> 白身魚の照焼き	<b>B</b> 豚肉のブルコギ風	ごはん(白米)	ミックス10品目	ジャージャー麺
		<b>洋食</b> ・チキンステーキ ・玉葱と赤ワインのソースかけ ・ほうれん草と竹輪のソテー ・フライ3種盛り ・グリーンサラダ	<b>A</b> 豚肉の袖こしょう炒め	<b>B</b> 銀鮭の塩焼き	<b>A</b> 鶏肉のケチャップ炒め	<b>B</b> さんまの唐揚げ	ごはん(白米)	ミックス10品目	ジャージャー麺
2月8日(土)		<b>和食</b> ・天ぷら4種盛り合わせ(えび天入り) ・牛肉のしぐれ煮 ・大根と竹の子の炊き合わせ ・菜の花のホタテ風味お浸し	<b>A</b> さばのみぞれ煮	<b>B</b> 鶏肉のカレー風味焼き	<b>A</b> 白身魚の照焼き	<b>B</b> 豚肉のブルコギ風	ごはん(白米)	ミックス10品目	ジャージャー麺
		<b>洋食</b> ・チキンステーキ ・玉葱と赤ワインのソースかけ ・ほうれん草と竹輪のソテー ・フライ3種盛り ・グリーンサラダ	<b>A</b> 豚肉の袖こしょう炒め	<b>B</b> 銀鮭の塩焼き	<b>A</b> 鶏肉のケチャップ炒め	<b>B</b> さんまの唐揚げ	ごはん(白米)	ミックス10品目	ジャージャー麺

※竹バランスの写真は主菜のみを盛り付撮影しております。

**日曜 かつろぎ**

配達のない日曜日のお食事に!

賞3日 373kcal

注文締切日 1月29日(水)

お届け日 2月7日(金)

※注文締切はお届けの前週の水曜です。

**海鮮塩炒めのあんかけ**

賞3日 490kcal

注文締切日 1月29日(水)

お届け日 2月7日(金)

※注文締切はお届けの前週の水曜です。

## 2月第2週〈基本メニュー・選べる3種のお弁当〉

※写真はイメージです。掲載写真から一部食材が変更になる場合がございます。

竹・梅の主菜はA・Bをお選びください

松 デラックス		竹 バランス		梅 ライト		いつでもメニュー		週の注目商品	
和食・洋食・中華を日替わりで。 843円 税込910円		塩分2.5g以下、280kcal(±10%) 703円 税込759円		583円 税込630円		ごはん・カレー 袋入りサラダ		週替わり	
2月10日(月)		<b>中華</b> ・青椒肉絲(豚肉とピーマンの細切り炒め) ・いかの黒胡椒炒め ・大粒焼売 ・蟹風味あんかけ ・小松菜と桜海老の中華和え	<b>A</b> 鶏肉のさだれ焼き	<b>B</b> 赤魚の西京焼き	<b>A</b> 豚肉の生姜炒め	<b>B</b> 厚揚げと大根の含め煮	ごはん(白米)	ミックス10品目	ジャージャー麺
		<b>洋食</b> ・ワカサギの洋風南蛮漬け ・青菜のにんにく炒め ・なすのミートグラタン ・バーニャカウダ	<b>A</b> 砂かれの煮付け	<b>B</b> 豚肉の豚汁炒め	<b>A</b> オムレツ	<b>B</b> 鶏ささみフライ	ごはん(白米)	ミックス10品目	ジャージャー麺
2月11日(火)		<b>和食</b> ・いぶり鶏の親子煮 ・金平ごぼう ・シーフードの甘酢炒め ・野菜の揚げ浸し	<b>A</b> いわしの生姜醤油焼き	<b>B</b> 天ぷら盛り合わせ(とり天入り)	<b>A</b> さばの塩焼き	<b>B</b> 和風ハンバーグ	ごはん(白米)	ミックス10品目	ジャージャー麺
		<b>洋食</b> ・豚肉の生姜焼き ・根菜の五目煮 ・ふるふさ大根のえびあんかけ ・菜の花の酢味噌かけ	<b>A</b> 大豆ミートの肉団子	<b>B</b> ほきのもろみ漬け焼き	<b>A</b> チキンソテー	<b>B</b> 高野豆腐ときのこの炒め物	ごはん(白米)	ミックス10品目	ジャージャー麺
2月12日(水)		<b>和食</b> ・いぶり鶏の親子煮 ・金平ごぼう ・シーフードの甘酢炒め ・野菜の揚げ浸し	<b>A</b> いわしの生姜醤油焼き	<b>B</b> 天ぷら盛り合わせ(とり天入り)	<b>A</b> さばの塩焼き	<b>B</b> 和風ハンバーグ	ごはん(白米)	ミックス10品目	ジャージャー麺
		<b>洋食</b> ・チキンステーキ ・玉葱と赤ワインのソースかけ ・ほうれん草と竹輪のソテー ・フライ3種盛り ・グリーンサラダ	<b>A</b> 豚肉の袖こしょう炒め	<b>B</b> 銀鮭の塩焼き	<b>A</b> 鶏肉のケチャップ炒め	<b>B</b> さんまの唐揚げ	ごはん(白米)	ミックス10品目	ジャージャー麺
2月13日(木)		<b>中華</b> ・鶏肉とカシューナッツの炒め物 ・豆腐の中華風うま煮 ・水餃子のほたて風味あんかけ ・ザーサイのピリ辛和え	<b>A</b> 日高産 こまいのから揚げ	<b>B</b> 牛肉の甘みそ炒め	<b>A</b> ふわり卵とプロッコリーの炒め物	<b>B</b> 焼き餃子	ごはん(白米)	ミックス10品目	ジャージャー麺
		<b>和食</b> ・いぶり鶏の親子煮 ・金平ごぼう ・シーフードの甘酢炒め ・野菜の揚げ浸し	<b>A</b> いわしの生姜醤油焼き	<b>B</b> 天ぷら盛り合わせ(とり天入り)	<b>A</b> さばの塩焼き	<b>B</b> 和風ハンバーグ	ごはん(白米)	ミックス10品目	ジャージャー麺
2月14日(金)		<b>和食</b> ・いぶり鶏の親子煮 ・金平ごぼう ・シーフードの甘酢炒め ・野菜の揚げ浸し	<b>A</b> いわしの生姜醤油焼き	<b>B</b> 天ぷら盛り合わせ(とり天入り)	<b>A</b> さばの塩焼き	<b>B</b> 和風ハンバーグ	ごはん(白米)	ミックス10品目	ジャージャー麺
		<b>洋食</b> ・チキンステーキ ・玉葱と赤ワインのソースかけ ・ほうれん草と竹輪のソテー ・フライ3種盛り ・グリーンサラダ	<b>A</b> 豚肉の袖こしょう炒め	<b>B</b> 銀鮭の塩焼き	<b>A</b> 鶏肉のケチャップ炒め	<b>B</b> さんまの唐揚げ	ごはん(白米)	ミックス10品目	ジャージャー麺
2月15日(土)		<b>中華</b> ・鶏唐揚げの葱ソースかけ ・あさりと野菜の焼きビーフン ・中華まき ・くらげの和え物	<b>A</b> そいの照り漬け焼き	<b>B</b> マーボー豆腐	<b>A</b> 麩と野菜の炒め物	<b>B</b> 照焼きチキン	ごはん(白米)	ミックス10品目	ジャージャー麺
		<b>和食</b> ・いぶり鶏の親子煮 ・金平ごぼう ・シーフードの甘酢炒め ・野菜の揚げ浸し	<b>A</b> いわしの生姜醤油焼き	<b>B</b> 天ぷら盛り合わせ(とり天入り)	<b>A</b> さばの塩焼き	<b>B</b> 和風ハンバーグ	ごはん(白米)	ミックス10品目	ジャージャー麺

※竹バランスの写真は主菜のみを盛り付撮影しております。

**日曜 かつろぎ**

配達のない日曜日のお食事に!

賞3日 373kcal

注文締切日 1月29日(水)

お届け日 2月7日(金)

※注文締切はお届けの前週の水曜です。

**鶏肉の中華風炒め物**

賞3日 271kcal

注文締切日 2月5日(水)

お届け日 2月14日(金)

※注文締切はお届けの前週の水曜です。

冷マークのメニューは、冷たいままでもおいしく召しあがれます。

新マークのメニューは、新登場のメニューです。

お弁当の変更は3日前までに電話でかんたん! ●注文変更・お問合せ ☎0120・279・949

冷マークのメニューは、冷たいままでもおいしく召しあがれます。

新マークのメニューは、新登場のメニューです。

お弁当の変更は3日前までに電話でかんたん! ●注文変更・お問合せ ☎0120・279・949



## 2月第3週 〈基本メニュー・選べる3種のお弁当〉

※写真はイメージです。掲載写真から一部食材が変更になる場合がございます。

竹・梅の主菜はA・Bをお選びください

松 デラックス		竹 バランス		梅 ライト		いつでもメニュー		週の注目商品	
和食・洋食・中華を日替わりで。 843円 税込910円		塩分2.5g以下、280kcal(±10%) 703円 税込759円		583円 税込630円		ごはん・カレー 袋入りサラダ		週替わり	
2月17日(月)		<b>洋食</b> ・ほたてクリームコロッケ ・じゃが芋の粒マスタードソテー ・グリル野菜のチーズ焼き ・フレンチサラダ	<b>A</b> 豚キムチ炒め	<b>B</b> さわらのバター醤油焼き	<b>A</b> 照焼きハンバーグ	<b>B</b> さばの塩焼き	ごはん(白米)	ミックス10品目	週替わり
							カレーライス	いりどりキャベツ	三元豚の十勝風豚重
2月18日(火)		<b>和食</b> ・豚ばらの甘辛煮 ・豆腐のふわとろ卵あん ・鯛つみれの炊き合わせ ・オクラとなめこのみぞれ和え	<b>A</b> 羅臼産ますのちゃんちゃん焼き	<b>B</b> 炒り鶏	<b>A</b> チンゲン菜とえびの中華炒め	<b>B</b> 豚肉の野菜炒め	ごはん(白米)	ミックス10品目	週替わり
							カレーライス	いりどりキャベツ	三元豚の十勝風豚重
2月19日(水)		<b>中華</b> ・羽根産真だらの中華蒸し ・野菜の牡蠣油炒め ・小籠包 ・春雨の酢の物	<b>A</b> 鶏肉の塩麹焼き	<b>B</b> いわしの煮付け	<b>A</b> 豚肉と白菜のコンソメ煮	<b>B</b> お麩の卵とじ	ごはん(白米)	ミックス10品目	週替わり
							カレーライス	いりどりキャベツ	三元豚の十勝風豚重
2月20日(木)		<b>洋食</b> ・赤ワイン仕立ての煮込みハンバーグ ・アスパラとツナのガーリック炒め ・桜えびの Pasta ・たらこ入りポテトサラダ	<b>A</b> 小樽産ほっけフライ	<b>B</b> 豚肉となすの甘辛炒め	<b>A</b> あじのみりん漬け焼き	<b>B</b> 鶏肉の甘辛炒め	ごはん(白米)	ミックス10品目	週替わり
							カレーライス	いりどりキャベツ	三元豚の十勝風豚重
2月21日(金)		<b>中華</b> ・四川風麻婆豆腐 ・にら玉炒め ・彩り野菜とかいの中華炒め ・ごま香るぜんまいのナムル	<b>A</b> 豚肉のマスタード炒め	<b>B</b> 道産さんまの塩焼き	<b>A</b> 鶏肉の照焼き	<b>B</b> 高野豆腐の卵炒め	ごはん(白米)	ミックス10品目	週替わり
							カレーライス	いりどりキャベツ	三元豚の十勝風豚重
2月22日(土)		<b>洋食</b> ・羅臼産秋鮭のカリッと焼き ～マスタードソースがけ ・きのこのバターソテー ・じゃが芋のトマトソースニョッキ ・海藻のイタリアンサラダ	<b>A</b> 古平産真だらの竜田揚げ	<b>B</b> 鶏肉のごまだれ焼き	<b>A</b> 白身魚フライ	<b>B</b> 豚肉のぼん酢かけ	ごはん(白米)	ミックス10品目	土曜プレ
							カレーライス	いりどりキャベツ	チキンと野菜のスープカレー

※竹バランスの写真は主菜のみを盛り撮影しております。

**日曜くつろぎ**  
配達のない日曜日のお食事に!

賞3日 227kcal

注文締切日 2月12日(水)  
お届け日 2月21日(金)

**国産天然ブリフライ**  
賞3日 227kcal

**ポークチャップ**  
賞3日 271kcal

共通副菜 ●道産ふきと細竹炒め ●ポテトとベーコンのグラタン ●卵焼き ●桜大根

670円 税込724円

※注文締切はお届けの前週の水曜です。

## 2月第4週 〈基本メニュー・選べる3種のお弁当〉

※写真はイメージです。掲載写真から一部食材が変更になる場合がございます。

竹・梅の主菜はA・Bをお選びください

松 デラックス		竹 バランス		梅 ライト		いつでもメニュー		週の注目商品	
和食・洋食・中華を日替わりで。 843円 税込910円		塩分2.5g以下、280kcal(±10%) 703円 税込759円		583円 税込630円		ごはん・カレー 袋入りサラダ		週替わり	
2月24日(月)		<b>和食</b> ・大麦育ち三元豚の昆布ぼん酢ジュレ仕立て ・細竹のおかか炒め ・なすの揚げ浸し ・大根とオクラの梅風味和え	<b>A</b> 鶏肉のバター醤油	<b>B</b> 鮭の粕漬け焼き	<b>A</b> ポークチャップ	<b>B</b> シーフードの中華風炒め	ごはん(白米)	ミックス10品目	週替わり
							カレーライス	いりどりキャベツ	三元豚の十勝風豚重
2月25日(火)		<b>中華</b> ・海鮮入り八宝菜 ・ブロッコリーのオイスターソース ・ジューシー焼き餃子 ・やわらか鶏のサラダ	<b>A</b> 噴火湾産さばの塩焼き	<b>B</b> 牛肉とピーマンのオイスター炒め	<b>A</b> はんぺんと木耳の卵炒め	<b>B</b> 鶏肉と いんげんの味噌炒め	ごはん(白米)	ミックス10品目	週替わり
							カレーライス	いりどりキャベツ	三元豚の十勝風豚重
2月26日(水)		<b>洋食</b> ・ビーフストロガノフ ・キャベツとあさりの白ワイン蒸し ・スライスポテトのチーズグラタン ・ミックス豆とツナのサラダ	<b>A</b> 豚肉と玉葱の炒め物	<b>B</b> 道産かすの唐揚げ	<b>A</b> 鶏肉とカリフラワーの炒め物	<b>B</b> あじフライ	ごはん(白米)	ミックス10品目	週替わり
							カレーライス	いりどりキャベツ	三元豚の十勝風豚重
2月27日(木)		<b>和食</b> ・たらのもみじ焼き ・竹の子とわかめの炊き合わせ ・揚げ出し豆腐 ・むぎ枝豆とはんぺんのみぞれ和え	<b>A</b> 赤魚の梅煮	<b>B</b> チキンステーキアップルソース	<b>A</b> 厚揚げのピリ辛炒め	<b>B</b> 豚肉と野菜のスープ煮	ごはん(白米)	ミックス10品目	週替わり
							カレーライス	いりどりキャベツ	三元豚の十勝風豚重
2月28日(金)		<b>洋食</b> ・バジルチキン ・カリフラワーとベーコンのソテー ・帆立と野菜の炒め煮 ・炒り卵と3品目のサラダ	<b>A</b> 鶏肉とピーマンの味噌炒め	<b>B</b> ほきの塩だれかけ	<b>A</b> 豚肉ともやしの塩炒め	<b>B</b> たらのみりん漬け焼き	ごはん(白米)	ミックス10品目	週替わり
							カレーライス	いりどりキャベツ	三元豚の十勝風豚重
3月1日(土)		<b>和食</b> ・牛肉とごぼうの柳川風 ・青菜ときのこの塩麹炒め ・野菜の天ぷら3種盛り ・胡瓜としらすの青しそ和え	<b>A</b> にしんの生姜煮	<b>B</b> 豚肉の梅みそ炒め	<b>A</b> 豆腐バーグ	<b>B</b> 鶏の唐揚げ	ごはん(白米)	ミックス10品目	土曜プレ
							カレーライス	いりどりキャベツ	チキンと野菜のスープカレー

※竹バランスの写真は主菜のみを盛り撮影しております。

**日曜くつろぎ**  
配達のない日曜日のお食事に!

賞3日 284kcal

注文締切日 2月19日(水)  
お届け日 2月28日(金)

**ぶりの醤油もろみ漬け焼き**  
賞3日 284kcal

**煮込みハンバーグ**  
賞3日 351kcal

共通副菜 ●ニラ玉 ●野菜コロッケ ●ナポリタン ●白ごまごぼうサラダ ●桜大根

670円 税込724円

※注文締切はお届けの前週の水曜です。

冷マークのメニューは、冷たいままでもおいしく召しあがれます。

新マークのメニューは、新登場のメニューです。

お弁当の変更は3日前までに電話でかんたん! ●注文変更・お問合せ ☎0120・279・949

冷マークのメニューは、冷たいままでもおいしく召しあがれます。

新マークのメニューは、新登場のメニューです。

お弁当の変更は3日前までに電話でかんたん! ●注文変更・お問合せ ☎0120・279・949