

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
5月号



弁菜亭 冷凍
駅弁やの
釜めし
(帆立)
794円
税込858円



注文締切日 5月2日(金)
お届け日 5月12日(月)

弁菜亭 冷凍
柳もち
600円
税込648円



注文締切日 5月2日(金)
お届け日 5月12日(月)

日糧
かしわ餅4個入 310円 税込335円



注文締切日 4月28日(月)
お届け日 5月5日(月)

日糧 道産小麦のアップルパイ 600円 税込648円



注文締切日 5月5日(月)
お届け日 5月10日(土)

限定1700食! 6日間限定! GW特別価格 50円引

えびフライカレー・
とんかつカレー
通常価格 780円 税込842円
→各730円 税込788円



注文締切日 お届けの3日前まで
お届け日 5月5日(月)~5月10日(土)

袋入りサラダ サイドメニュー

1番人気! 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
いりどり 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

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。

とんかつカレー 858kcal 780円 税込842円

カレーライス 585kcal 580円 税込626円

えびフライカレー 700kcal 780円 税込842円

道産米ごはん サイドメニュー

ごはん(白米) 150g 86円 税込93円

カレー・ごはん・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

当日中 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 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



●ご注文 ☎0120・279・949
受付時間/月~土曜10:00~18:00 ※日曜休み
※応対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。

●ご注文の際は、中面注文欄に数量を記入の上、スタッフへお渡しください。

お名前	組合員番号
様	



pick up!

表紙のお弁当



感謝の気持ちを、

お弁当に詰めました。

トレーサイズ：横150mm×縦150mm×深さ45mm

＼母の日／ ご褒美弁当

5月11日(日)は母の日です。
いつもより少し特別なおかずを詰め込みました。
母だけではなく、自分へのご褒美にもいかがでしょうか？



管理栄養士
川村 木乃葉さん

ちらし寿司

錦糸卵の下に桜でんぶを敷くことで、かわいらしい色合いにしました。海老をのせることで特別で華やかな見た目になりました。

花型しんじょの炊き合わせ

花型のしんじょと野菜を白だしで炊き合わせました。じっくり炊くことで白だしの優しい味がしみ込んでいます。薄ピンク色の花型しんじょで、母の日に贈る花束をイメージしました。

照り焼きつくね串

ごはんのお供として、照り焼きにしたつくね串を入れてみました。串に刺さっているので食べやすく、甘じょっぱい味付けが食欲をそそります。

そら豆とじゃがいものサラダ

旬のそら豆で、あっさりとしたサラダを作りました。そら豆と相性の良いじゃがいもを使うことで、ホクホクと口当たりが良く、優しい甘さが際立ちます。

抹茶わらび餅

和風の甘味として、抹茶わらび餅を入れてみました。もちもちとした柔らかい食感のわらび餅に、ふんだんに抹茶をまぶした贅沢な一品です。

1,068円 税込1,153円

注文締切日 **5月7日(水)**

お届け日 **5月10日(土)**

豆知識
・
小豆



食物繊維が ごぼうよりも多い!

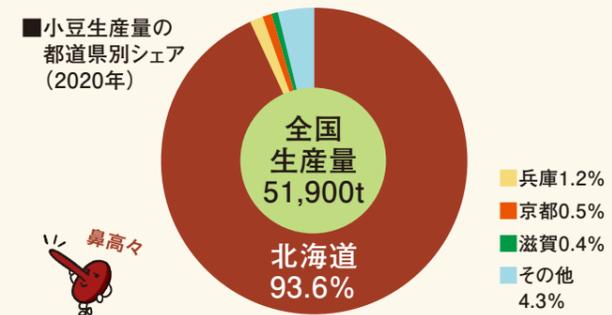


まず注目したいのが、食物繊維の量。ゆでた小豆100gあたりに含まれる食物繊維は8.7g。食物繊維を多く含むことで知られるごぼう(ゆで)は、6.1gなので、約1.5倍!小豆は特に、お通じを促したり、少量で満腹感が得られる「不溶性食物繊維」が豊富です。

9割以上が 北海道産なんです!

たくさんの生産量日本一を誇る、われらが北海道!中でも、小豆の全国シェアは圧倒的です。例年、音更町、帯広市、芽室町がトップに名を連ね、上位ベスト10は十勝管内の市町村が席卷。北海道で生産されている小豆の約7割は十勝産で、さすが「豆王国・十勝」!

■小豆生産量の
都道府県別シェア
(2020年)



小豆には さまざまな品種があります。

袋に明記されていないこともありますが、小豆にはさまざまな品種があります。製あんに使われる一般的な小豆は“普通小豆”で、直径4.2mm以上のもの。直径5.5mm以上のひと回り大きい“大納言小豆”は、豆の食感を生かし、甘納豆や赤飯など料理にも使用される高級品です。



北海道がすべて 甘納豆の赤飯とは限らない!

「ピンクに色づけされたもち米に甘納豆」が、北海道あるある。でも、道内でも甘くないあずきの赤飯が定番という人も…。明確なエリア分けはできませんが、北海道=100%甘納豆赤飯ではないよう。なお、甘納豆の赤飯は東北の一部と、山梨県でも故郷の味として親しまれています。

2025年「つなぐ」2月号表紙対決企画の
勝者が堂々登場!!

結果発表
勝利 / 894食獲得!
 あんかけ焼きそばは492食でした

バランス最強幕の内!
五目ごはん弁当 730円 税込788円

注文締切日 4月30日(水)
 お届け日 **5月3日(土)**

トレーサイズ:横228mm×縦179mm×深さ29mm

新登場!

お品書き
 ・しらすごはん
 ・豚肉のジンギスカン風
 ・春菊のツナマヨ和え
 ・しゅうまい
 ・かまぼこ
 ・きのこトペーコンのバターソテー
 ・玉子焼き
 ・さくら漬

しらすごはん弁当 924円 税込998円

注文締切日 お届けの3日前まで
 お届け日 **5月19日(月)~23日(金)**

トレーサイズ:横228mm×縦179mm×深さ29mm

お召し上がり期限

松竹梅のお弁当のお召し上がり方

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**までにお召し上がりください。

レンジで温めると、よりおいしくお召し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〉お召し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。



日曜弁当くつろぎのお召し上がり方

お届けした日から**3日以内**にお召し上がりください。(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。

やわらかジンギスカンと
 彩り野菜のわっぱ飯
1,000円 税込1,080円

ヘルシー!!!
 シューシュー!!!
 おいしい!!!

トレーサイズ:
 横165mm×縦134mm×深さ38mm

注文締切日 **5月14日(水)**
 お届け日 **5月17日(土)**

札幌バルナバフーズ
北の海鮮鮭
1,380円 税込1,490円

一度にお楽しみいただける幅広い年齢層に人気のロングセラー商品です。

「つなぐ」が「くつろぎ」が「おいしい」が

新千歳空港発

トレーサイズ:
 横113mm×縦113mm×深さ50mm

注文締切日 **4月25日(金)**
 お届け日 **4月29日(火)**

豆知識
 ・
 羊肉

知りたい!
 「あの丸い肉」。



冷凍された昔ながらの「丸くスライスされたジンギスカン肉」は「ロールラム(マトン)」と呼ばれ、羊肉をさばく際に出る様々な部位の切り落としを円柱状に加工したもので、無駄が出ないようにという工夫から生まれたそう。近年の生ラム人気に押され、最近を目にする機会が減りましたが、なぜか無性に食べたくなるあの味は「道産子のソウルミート」といえるかもしれません。

そもそも「ラム」とか「マトン」って何?

ラム、マトンというのは種類ではなく、羊の年齢によって変わる呼び名(等級)を指します。国ごとに分類の定義は異なりますが、日本では以下が一般的です。ラムは癖が少なく、マトンは力強く個性のある味。ホゲットはマトンとして扱われることもあります。

マトン	生後2年以上(7年くらいまで)の大人の羊のお肉。
ホゲット	生後1年から2年の若い羊のお肉。
ラム	生後1年未満の子羊のお肉。

羊肉はヘルシーと聞くけども…
 本当に太りにくいのか?

成分の働きには個人差がありますが、羊肉には体内の脂肪の燃焼を促す「カルニチン」というアミノ酸の一種が多く含まれており、牛や豚と比べてその量は3~10倍ともされています。一方、コレステロールの含有量は魚と同程度で、コレステロール値を下げ、動脈硬化や血栓の発生を抑える不飽和脂肪酸も豊富。羊肉の脂肪は融点が約44℃と牛や豚よりも高いため、体内に入っても脂肪分が吸収されにくいという特徴も持っています。



<p>5月 第1週</p> <p>4月28日 ～ 5月3日</p>	<p>平日・週替わりメニュー</p> <p>注文締切日:お届けの3日前まで 4月28日(月)～5月2日(金)お届け</p> <p>焼きちゃんぽん 640円 税込691円 452kcal</p> 	<p>土曜・プレミアム</p> <p>注文締切日:4月30日(水) 5月3日(土)お届け</p> <p>五目ごはん弁当 730円 税込788円 534kcal</p> 	<p>水曜デザート</p> <p>注文締切日:4月26日(土) 4月30日(水)お届け</p> <p>みかん入り C-sweets 牛乳プリン 136円 税込147円 123kcal 当日中</p> 	<p>祝日特別企画</p> <p>注文締切日:4月25日(金) 4月29日(火)お届け</p> <p>茶碗蒸し 2個セット 550円 税込594円 109kcal 賞2日</p> 	<p>今週の空弁</p> <p>注文締切日:4月25日(金) 4月29日(火)お届け</p> <p>札幌バルナバフーズ 北の海鮮鮭 1,380円 税込1,490円 443kcal 当日中</p> 
<p>5月 第2週</p> <p>5月5日 ～ 5月10日</p>	<p>平日・週替わりメニュー</p> <p>注文締切日:お届けの3日前まで 5月5日(月)～5月9日(金)お届け</p> <p>三元豚の 十勝風豚重 1,080円 税込1,166円 541kcal</p> 	<p>土曜・プレミアム</p> <p>注文締切日:5月7日(水) 5月10日(土)お届け</p> <p>今日だけ!</p> <p>母の日ご褒美弁当 1,068円 税込1,153円 463kcal</p> 	<p>母の日デザート</p> <p>注文締切日:5月5日(月) 5月10日(土)お届け</p> <p>日糧 道産小麦のアップルパイ 600円 税込648円 1063kcal 賞2日</p> 	<p>今週の麺類</p> <p>注文締切日:5月2日(金) 5月5日(月)お届け</p> <p>ナポリタン(高リコピントマト使用) 新 498円 税込538円 517kcal</p> 	<p>こどもの日デザート</p> <p>注文締切日:4月28日(月) 5月5日(月)お届け</p> <p>日糧 かしわ餅4個入 310円 税込335円 472kcal 賞2日</p> 
<p>5月 第3週</p> <p>5月12日 ～ 5月17日</p>	<p>平日・週替わりメニュー</p> <p>注文締切日:お届けの3日前まで 5月12日(月)～5月16日(金)お届け</p> <p>海老のかき揚げ丼 598円 税込646円 638kcal</p> 	<p>土曜・プレミアム</p> <p>注文締切日:5月14日(水) 5月17日(土)お届け</p> <p>やわらか ジンギスカンと 彩り野菜のわっぱ飯 1,000円 税込1,080円 583kcal</p> 	<p>デザート 冷凍</p> <p>注文締切日:5月2日(金) 5月12日(月)お届け</p> <p>サイドメニュー</p> <p>弁菜亭 柳もち 600円 税込648円 526kcal 賞30日</p> 	<p>今週の駅弁 冷凍</p> <p>注文締切日:5月2日(金) 5月12日(月)お届け</p> <p>弁菜亭 駅弁やの釜めし(帆立) 794円 税込858円 490kcal 賞30日</p> 	
<p>5月 第4週</p> <p>5月19日 ～ 5月24日</p>	<p>平日・週替わりメニュー</p> <p>注文締切日:お届けの3日前まで 5月19日(月)～5月23日(金)お届け</p> <p>しらすごはん 弁当 新 924円 税込998円 542kcal</p> 	<p>土曜・プレミアム</p> <p>注文締切日:5月21日(水) 5月24日(土)お届け</p> <p>満腹! あじフライ弁当 968円 税込1,045円 687kcal</p> 	<p>水曜デザート</p> <p>注文締切日:5月17日(土) 5月21日(水)お届け</p> <p>サイドメニュー</p> <p>C-sweets ガトーショコラ 221円 税込239円 365kcal 賞2日</p> 	<p>今週の空弁</p> <p>注文締切日:5月19日(月) 5月22日(木)お届け</p> <p>佐藤水産 石狩鮭 1,229円 税込1,327円 537kcal 当日中</p> 	
<p>5月 第5週</p> <p>5月26日 ～ 5月31日</p>	<p>平日・週替わりメニュー</p> <p>注文締切日:お届けの3日前まで 5月26日(月)～5月30日(金)お届け</p> <p>満腹!大きな シューマイ弁当 924円 税込998円 829kcal</p> 	<p>土曜・プレミアム</p> <p>注文締切日:5月28日(水) 5月31日(土)お届け</p> <p>チキンと野菜の スープカレー 1,080円 税込1,166円 658kcal</p> 	<p>水曜デザート</p> <p>注文締切日:5月24日(土) 5月28日(水)お届け</p> <p>サイドメニュー</p> <p>とち製菓 大きな白玉ぜんざい 298円 税込322円 369kcal 賞3日</p> 	<p>今週の麺類</p> <p>注文締切日:5月21日(水) 5月28日(水)お届け</p> <p>サイドメニュー</p> <p>大徳食品 冷しとろろそば (十勝産やまいも使用) 488円 税込527円 256kcal 当日中</p> 	

5月第1週 〈基本メニュー・選べる3種のお弁当〉

竹・梅の主菜はA・Bをお選びください

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。

※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。

日曜
くつろぎ

配達のない日曜日のお食事に!

A プリ
フライ

賞3日

227kcal

注文数



B ポーク
チャップ

賞3日

271kcal

注文数



670円 税込724円

注文締切日 4月23日(水)

お届け日 5月2日(金)

※注文締切はお届けの前週の水曜です。

共通副菜 ●道産ふぎと細竹炒め●ポテトとベーコンのグラタン●卵焼き●桜大根

第1週	4月28日(月)	4月29日(火) 昭和の日	4月30日(水)	5月1日(木)	5月2日(金)	5月3日(土) 憲法記念日
松 デラックス 和食・洋食・中華を 日替わりで。	洋食 ・銀鮭のムニエル ・あらびきウイ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 冷	和食 ・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 冷	洋食 ・チキンステーキ ~玉葱と赤ワインのソースかけ 好評 ・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 冷	和食 ・天ぶら4種盛り合わせ(えび天入り) 好評 ・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 冷	中華 ・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 冷	洋食 ・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 冷
	竹 バランス 塩分2.5g以下 280kcal(±10%) 703円 税込759円	A ミルフィーユカツ 好評 B 羅臼産浅羽がれの塩焼き	A そいの幽庵焼き B 鶏肉のマヨポン炒め	A 鶏肉の照焼き B 北海道産ますフライ	A 羅臼産秋鮭のパン粉焼き B 豚肉のすき焼き風煮	A 牛肉と竹の子の中華炒め 好評 B 赤魚の粕漬け焼き
梅 ライト 583円 税込630円	A 鶏肉の甘酢あんかけ B 高野豆腐とこんにゃくの炒め煮	A あじフライ B 豚肉のオニオンソース	A 豚肉と玉葱の甘辛炒め B 厚揚げとチンゲン菜の中華煮	A お麩のプルコギ風 B 根菜と肉団子の煮物	A 鶏肉の生姜炒め B はんぺんの甘辛炒め	A 野菜のスクランブルエッグ B 豚肉のスタミナ炒め
いつでもメニュー	ごはん(白米) 注文数 <input type="text"/> カレーライス 注文数 <input type="text"/> とんかつカレー 注文数 <input type="text"/> えびフライカレー 注文数 <input type="text"/> ミックス10品目 注文数 <input type="text"/> いろいろキャベツ 注文数 <input type="text"/> だいこんサラダ 注文数 <input type="text"/> 千切りのキャベツ 注文数 <input type="text"/>	ごはん(白米) 注文数 <input type="text"/> カレーライス 注文数 <input type="text"/> とんかつカレー 注文数 <input type="text"/> えびフライカレー 注文数 <input type="text"/> ミックス10品目 注文数 <input type="text"/> いろいろキャベツ 注文数 <input type="text"/> だいこんサラダ 注文数 <input type="text"/> 千切りのキャベツ 注文数 <input type="text"/>	ごはん(白米) 注文数 <input type="text"/> カレーライス 注文数 <input type="text"/> とんかつカレー 注文数 <input type="text"/> えびフライカレー 注文数 <input type="text"/> ミックス10品目 注文数 <input type="text"/> いろいろキャベツ 注文数 <input type="text"/> だいこんサラダ 注文数 <input type="text"/> 千切りのキャベツ 注文数 <input type="text"/>	ごはん(白米) 注文数 <input type="text"/> カレーライス 注文数 <input type="text"/> とんかつカレー 注文数 <input type="text"/> えびフライカレー 注文数 <input type="text"/> ミックス10品目 注文数 <input type="text"/> いろいろキャベツ 注文数 <input type="text"/> だいこんサラダ 注文数 <input type="text"/> 千切りのキャベツ 注文数 <input type="text"/>	ごはん(白米) 注文数 <input type="text"/> カレーライス 注文数 <input type="text"/> とんかつカレー 注文数 <input type="text"/> えびフライカレー 注文数 <input type="text"/> ミックス10品目 注文数 <input type="text"/> いろいろキャベツ 注文数 <input type="text"/> だいこんサラダ 注文数 <input type="text"/> 千切りのキャベツ 注文数 <input type="text"/>	ごはん(白米) 注文数 <input type="text"/> カレーライス 注文数 <input type="text"/> とんかつカレー 注文数 <input type="text"/> えびフライカレー 注文数 <input type="text"/> ミックス10品目 注文数 <input type="text"/> いろいろキャベツ 注文数 <input type="text"/> だいこんサラダ 注文数 <input type="text"/> 千切りのキャベツ 注文数 <input type="text"/>
	週の注目商品 焼きちゃんぽん 注文数 <input type="text"/>	週替わり 焼きちゃんぽん 注文数 <input type="text"/>	週替わり 茶碗蒸し2個セット 注文数 <input type="text"/>	週替わり 焼きちゃんぽん 注文数 <input type="text"/>	週替わり 牛乳プリン 注文数 <input type="text"/>	週替わり 焼きちゃんぽん 注文数 <input type="text"/>

※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。

5月第2週 〈基本メニュー・選べる3種のお弁当〉

竹・梅の主菜はA・Bをお選びください

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。

※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。

日曜
くつろぎ

配達のない日曜日のお食事に!

A 鱈の西京味噌漬け焼き

賞3日 注文数
197kcal



B チキンカツ

賞3日 注文数
282kcal



670円 税込 724円

注文締切日 4月30日(水)

お届け日 5月9日(金)

※注文締切はお届けの前週の水曜です。

共通副菜 ●切干大根煮 ●がんもとんじょうの炊き合わせ ●小松菜のお浸し ●桜大根

第2週	5月5日(月) こどもの日	5月6日(火) 振替休日	5月7日(水)	5月8日(木)	5月9日(金)	5月10日(土) 明日は母の日
松 デラックス 和食・洋食・中華を 日替わりで。 843円 税込910円	和食 ・豚肉の生姜焼き ・根菜の五目煮 ・ふろふき大根のえびあんかけ ・菜の花の酢味噌がけ 冷 注文数 <input type="text"/>	中華 ・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 冷 注文数 <input type="text"/>	和食 ・赤魚の西京焼き 好評 ・高野豆腐の含め煮 ・牛肉の香味炒め ・胡瓜とみょうがの酢の物 冷 注文数 <input type="text"/>	中華 ・鶏唐揚げの葱ソースがけ 好評 ・あさりと野菜の焼きビーフン ・中華ちまき ・くらげの和え物 冷 注文数 <input type="text"/>	洋食 ・ほたてクリームコロッケ 好評 ・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 冷 注文数 <input type="text"/>	和食 ・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 冷 注文数 <input type="text"/>
	A 旨辛チキン 好評 注文数 <input type="text"/> B ぶりのだし醤油漬け焼き 注文数 <input type="text"/>	A 銀鮭の根昆布漬け焼き 注文数 <input type="text"/> B 豚肉ときのこのレモン炒め 注文数 <input type="text"/>	A 豚肉のカレーソテー 注文数 <input type="text"/> B 鮭の味噌煮 注文数 <input type="text"/>	A たらの塩麹マヨ焼き 注文数 <input type="text"/> B 鶏肉の香味醤油かけ 好評 注文数 <input type="text"/>	A 鶏肉の明太マヨ焼き 注文数 <input type="text"/> B 海老かつの卵とじ 注文数 <input type="text"/>	A 羅臼産浅羽がれの唐揚げ 注文数 <input type="text"/> B 豚肉と野菜の中華風炒め 注文数 <input type="text"/>
	共通副菜 ●いかのゆず胡椒炒め ●しゅうまい ●ほうれん草のお浸し ●さくら大根	共通副菜 ●ぜんまいの炒め煮 ●枝豆腐の炊き合わせ ●長芋サラダ ●野沢菜昆布	共通副菜 ●ツナとピーマンの炒め物 ●野菜さつま揚げ ●春菊のごま和え ●梅酢だいこん漬け	共通副菜 ●じゃが芋のそぼろ炒め ●具沢山がんもの煮物 ●チンゲン菜のしらす和え ●菜々しば漬け	共通副菜 ●ほうれん草のバターソテー ●厚揚げ田楽 ●枝豆とコーンのごま和え ●大根醤油漬け	共通副菜 ●チンゲン菜とクワイのオイスター炒め ●南瓜の煮物 ●わかめの梅風味和え ●あさりの佃煮
梅 ライト 583円 税込630円	A 豚しゃぶ豆乳ごまだれ 注文数 <input type="text"/> B ほきの照焼き 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 ●いかのゆず胡椒炒め ●マカロニのケチャップソテー ●ほうれん草のお浸し ●さくら大根	A 豆腐とえびの旨煮 注文数 <input type="text"/> B 鶏肉ともやしの味噌炒め 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 ●ぜんまいの炒め煮 ●カレー春巻き ●長芋サラダ ●野沢菜昆布	A 照り焼きミートボール 注文数 <input type="text"/> B かに玉 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 ●ツナとピーマンの炒め物 ●厚揚げの煮物 ●春菊のごま和え ●梅酢だいこん漬け	A さんまの唐揚げ 注文数 <input type="text"/> B 酢豚風 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 ●じゃが芋のそぼろ炒め ●焼き餃子 ●チンゲン菜のしらす和え ●菜々しば漬け	A 豚肉のねぎ塩炒め 注文数 <input type="text"/> B なら玉炒め 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 ●ほうれん草のバターソテー ●さつま芋の甘煮 ●枝豆とコーンのごま和え ●大根醤油漬け	
いつでもメニュー ごはんカレー 注文数 <input type="text"/> ミックス10品目 注文数 <input type="text"/> 週替わり 三元豚の十勝風豚重 注文数 <input type="text"/>	カレーライス 注文数 <input type="text"/> いろいろキャベツ 注文数 <input type="text"/> だいたいサラダ 注文数 <input type="text"/> 千切りのキャベツ 注文数 <input type="text"/> サイドメニュー ナポリタン 新 注文数 <input type="text"/> かしわ餅 注文数 <input type="text"/>	とんかつカレー 注文数 <input type="text"/> えびフライカレー 注文数 <input type="text"/> ミックス10品目 注文数 <input type="text"/> いろいろキャベツ 注文数 <input type="text"/> だいたいサラダ 注文数 <input type="text"/> 千切りのキャベツ 注文数 <input type="text"/> 週替わり 三元豚の十勝風豚重 注文数 <input type="text"/>	えびフライカレー 注文数 <input type="text"/> ミックス10品目 注文数 <input type="text"/> いろいろキャベツ 注文数 <input type="text"/> だいたいサラダ 注文数 <input type="text"/> 千切りのキャベツ 注文数 <input type="text"/> 週替わり 三元豚の十勝風豚重 注文数 <input type="text"/>	とんかつカレー 注文数 <input type="text"/> えびフライカレー 注文数 <input type="text"/> ミックス10品目 注文数 <input type="text"/> いろいろキャベツ 注文数 <input type="text"/> だいたいサラダ 注文数 <input type="text"/> 千切りのキャベツ 注文数 <input type="text"/> 週替わり 三元豚の十勝風豚重 注文数 <input type="text"/>	えびフライカレー 注文数 <input type="text"/> ミックス10品目 注文数 <input type="text"/> いろいろキャベツ 注文数 <input type="text"/> だいたいサラダ 注文数 <input type="text"/> 千切りのキャベツ 注文数 <input type="text"/> 週替わり 三元豚の十勝風豚重 注文数 <input type="text"/>	
週の注目商品 三元豚の十勝風豚重 注文数 <input type="text"/>	今だけ! 母の日ご褒美弁当 注文数 <input type="text"/>	今だけ! 土曜・プレミアム 注文数 <input type="text"/>	今だけ! 道産小麦のアップルパイ 注文数 <input type="text"/>	今だけ! 道産小麦のアップルパイ 注文数 <input type="text"/>	今だけ! 道産小麦のアップルパイ 注文数 <input type="text"/>	

※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。

5月第3週 〈基本メニュー・選べる3種のお弁当〉

竹・梅の主菜はA・Bをお選びください

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。

※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。

日曜
くつろぎ

配達のない日曜日のお食事に!

A カレイの
照り焼き

賞3日 注文数
190kcal

共通副菜 ●ひじき煮●煮しめ●じゃがいもとツナのサラダ●桜大根



B 豚肉の
生姜炒め

賞3日 注文数
261kcal



670円 税込724円

注文締切日 5月7日(水)

お届け日 5月16日(金)

※注文締切はお届けの前週の水曜です。

第3週	5月12日(月)	5月13日(火)	5月14日(水)	5月15日(木)	5月16日(金)	5月17日(土)	
松 デラックス 和食・洋食・中華を 日替わりで。	中華 ・羽幌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 冷 注文数 <input type="text"/>	洋食 ・赤ワイン仕立ての煮込みハンバーグ 好評 ・キャベツとツナのガーリック炒め 新 ・桜海老のパスタ ・たらこ入りポテトサラダ 冷 注文数 <input type="text"/>	中華 ・四川風麻婆豆腐 好評 ・にら玉炒め ・彩り野菜といかの中華炒め ・ごま香るぜんまいのナムル 冷 注文数 <input type="text"/>	洋食 ・羅臼産秋鮭のカリッと焼き～マスタードソースがけ ・菜の花のバターソテー 新 ・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 冷 注文数 <input type="text"/>	和食 ・大育ち三元豚の昆布ぼん酢ジュレ仕立て ・ごぼうのおかか炒め 新 ・なすの揚げ浸し ・大根とオクラの梅風味和え 冷 注文数 <input type="text"/>	中華 ・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 ・鶏の中華サラダ 冷 注文数 <input type="text"/>	
	竹 バランス 塩分 2.5g以下 280kcal (±10%) 703円 税込759円	A 豚ロース焼きの三升漬け添え 好評 注文数 <input type="text"/> B たらのパン粉焼き 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 ●大根葉とじゃこの炒め物 ●野菜巾着の煮物 ●ぜんまいの和え物 ●昆布豆	A 縞ほっけのみりん漬け焼き 注文数 <input type="text"/> B 鶏肉の生姜あん 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 ●ひじきとちくわの炒り煮 ●茶碗蒸し ●いんげんのごま和え ●ピーナッツみそ	A 鶏肉チリソースかけ 注文数 <input type="text"/> B さんまのみぞれがけ 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 ●白菜のほたて風味炒め ●豆腐と春菊のさっと煮 ●オクラの塩昆布和え ●釜炊きしょうが漬け	A 天ぷら盛り合わせ 好評 注文数 <input type="text"/> B 豚肉の山椒炒め 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 ●切干大根のトマトソース炒め ●塩マーボー ●ブロッコリーのおかか和え ●梅風味白菜漬け	A 豚バラ野菜のさっぱり炒め 注文数 <input type="text"/> B そいのタルタル焼き 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 ●チンゲン菜とベーコンのソテー ●なすのごま煮 ●春雨サラダ ●昆布豆	A ミックスフライ 好評 注文数 <input type="text"/> B いぶり鶏のにら卵とじ 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 ●いんげんとさつま揚げの炒め物 ●里芋のそぼろあんかけ ●キャベツと蒸し鶏の中華和え ●甘らっきょう
梅 ライト 583円 税込630円	A 肉団子の甘酢あん 注文数 <input type="text"/> B 卵とツナのソテー 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 ●大根葉とじゃこの炒め物 ●ごぼう巻の煮物 ●ぜんまいの和え物 ●昆布豆	A 厚揚げの味噌炒め 注文数 <input type="text"/> B 豚肉の中華炒め 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 ●ひじきとちくわの炒り煮 ●じゃが芋とベーコンのコンソメ炒め ●いんげんのごま和え ●ピーナッツみそ	A 鶏肉と野菜の煮物 注文数 <input type="text"/> B いわしフライ 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 ●白菜のほたて風味炒め ●しゅうまい ●オクラの塩昆布和え ●釜炊きしょうが漬け	A 高野豆腐と南瓜のクリーム煮 注文数 <input type="text"/> B 鶏キムチ炒め 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 ●切干大根のトマトソース炒め ●里芋田楽 ●ブロッコリーのおかか和え ●梅風味白菜漬け	A 鶏肉とポテトのケチャップ炒め 注文数 <input type="text"/> B あじのみりん漬け焼き 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 ●チンゲン菜とベーコンのソテー ●メンチカツ ●春雨サラダ ●昆布豆	A 具沢山がんもの煮物 注文数 <input type="text"/> B 豚肉とザーサイの炒め物 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 ●いんげんとさつま揚げの炒め物 ●じゃが芋のクリーム煮 ●キャベツと蒸し鶏の中華和え ●甘らっきょう	
	いつでもメニュー ごはんカレー 注文数 <input type="text"/> ミックス10品目 注文数 <input type="text"/> 袋入りサラダ	カレーライス 注文数 <input type="text"/> いろいろキャベツ 注文数 <input type="text"/> だいこんサラダ 注文数 <input type="text"/> 千切りのキャベツ 注文数 <input type="text"/>	とんかつカレー 注文数 <input type="text"/> いろいろキャベツ 注文数 <input type="text"/> だいこんサラダ 注文数 <input type="text"/> 千切りのキャベツ 注文数 <input type="text"/>	えびフライカレー 注文数 <input type="text"/> いろいろキャベツ 注文数 <input type="text"/> だいこんサラダ 注文数 <input type="text"/> 千切りのキャベツ 注文数 <input type="text"/>	ごはん(白米) 注文数 <input type="text"/> ミックス10品目 注文数 <input type="text"/> いろいろキャベツ 注文数 <input type="text"/> だいこんサラダ 注文数 <input type="text"/> 千切りのキャベツ 注文数 <input type="text"/>	カレーライス 注文数 <input type="text"/> いろいろキャベツ 注文数 <input type="text"/> だいこんサラダ 注文数 <input type="text"/> 千切りのキャベツ 注文数 <input type="text"/>	とんかつカレー 注文数 <input type="text"/> いろいろキャベツ 注文数 <input type="text"/> だいこんサラダ 注文数 <input type="text"/> 千切りのキャベツ 注文数 <input type="text"/>
週の注目商品 海老のかき揚げ丼 注文数 <input type="text"/> 柳もち 冷凍 注文数 <input type="text"/>	週替わり 海老のかき揚げ丼 注文数 <input type="text"/>	週替わり 海老のかき揚げ丼 注文数 <input type="text"/>	週替わり 海老のかき揚げ丼 注文数 <input type="text"/>	週替わり 海老のかき揚げ丼 注文数 <input type="text"/>	週替わり 海老のかき揚げ丼 注文数 <input type="text"/>	土曜・プレミアム やわらかジンギスカンと彩り野菜のわっぱ飯 注文数 <input type="text"/>	

※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。

5月第4週 〈基本メニュー・選べる3種のお弁当〉

竹・梅の主菜はA・Bをお選びください

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。

※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。

日曜
くつろぎ

配達のない日曜日のお食事に!

A ぶりの醤油
もろみ漬け焼き

賞3日 注文数
284kcal

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

B 煮込み
ハンバーグ

賞3日 注文数
351kcal



670円 税込724円

注文締切日 5月14日(水)

お届け日 5月23日(金)

※注文締切はお届けの前週の水曜です。

第4週	5月19日(月)	5月20日(火)	5月21日(水)	5月22日(木)	5月23日(金)	5月24日(土)
松 デラックス 和食・洋食・中華を 日替わりで。 843円 税込910円	洋食 ・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冷 注文数 <input type="text"/>	和食 ・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 ・むき枝豆とはんぺんのみぞれ和え冷 注文数 <input type="text"/>	洋食 ・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品目のサラダ冷 注文数 <input type="text"/>	和食 ・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冷 注文数 <input type="text"/>	中華 ・白身魚の甘酢あん ・小松菜の炒め物 ・にら饅頭 ・程よい甘さの大学芋冷 注文数 <input type="text"/>	洋食 ・トンテキ ・スナップエンドウのイタリアン風炒め ・ぶりぶりえびカツ冷 ・オニオンサラダ 注文数 <input type="text"/>
	竹 バランス 塩分2.5g以下 280kcal(±10%) 703円 税込759円	A 鶏肉の香味醤油 注文数 <input type="text"/> B たらの梅みそ田楽風 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 ●ちくわとこんにゃくのピリ辛炒め●北あかりのペーココロッケ●大根と水菜のサラダ●なら漬け	A 白身魚のムニエル 注文数 <input type="text"/> B 豚肉の生姜炒め 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 ●炒り豆腐●肉団子と白菜のスープ煮●小松菜のおかか和え●さくら大根	A 豚肉の塩麹炒め 注文数 <input type="text"/> B 小樽産真ほっけの煮付け 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 ●山菜の炒り煮●枝豆とジャガイモのカレー炒め●コールスローサラダ●金時煮豆	A 羅臼産ますのみりん漬け焼き 注文数 <input type="text"/> B ハンバーグきのこクリームソース 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 ●大豆の煮物●竹の子とベーコンのガーリックソテー●南瓜のごま和え●松前漬け	A 野菜たっぷりちゃんぽん風炒め 注文数 <input type="text"/> B さばのだし醤油漬け焼き 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 ●絹揚げの生姜風味炒め●ふるふき大根●紫キャベツとカリフラワーの甘酢●野沢菜昆布
梅 ライト 583円 税込630円	A 豚肉の野菜炒め 注文数 <input type="text"/> B 高野豆腐と白菜の味噌炒め 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 ●ちくわとこんにゃくのピリ辛炒め●冬瓜のひき肉あんかけ●大根と水菜のサラダ●なら漬け	A たらのみりん漬け焼き 注文数 <input type="text"/> B 鶏肉のトマトソース 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 ●炒り豆腐●はんぺんフライ●小松菜のおかか和え●さくら大根	A 鶏肉のピリ辛炒め 注文数 <input type="text"/> B 揚げ出し豆腐 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 ●山菜の炒り煮●なすのおろし煮●コールスローサラダ●金時煮豆	A つみれと野菜のだし煮 注文数 <input type="text"/> B 豚肉の甘辛炒め 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 ●大豆の煮物●オムレツ●南瓜のごま和え●松前漬け	A 豚肉の味噌炒め 注文数 <input type="text"/> B さつま揚げのカレー炒め 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 ●絹揚げの生姜風味炒め●野菜コロッケ●紫キャベツとカリフラワーの甘酢●野沢菜昆布	A じゃが芋と高野豆腐の甘辛炒め 注文数 <input type="text"/> B チキンカツ 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 ●金平ごぼう●ウインナーのケチャップ炒め●ほうれん草のごま和え●中華うり漬け
	いつでもメニュー ごはんカレー 注文数 <input type="text"/> ミックス10品目 注文数 <input type="text"/> 袋入りサラダ	ごはん(白米) 注文数 <input type="text"/> カレーライス 注文数 <input type="text"/> とんかつカレー 注文数 <input type="text"/> えびフライカレー 注文数 <input type="text"/> ミックス10品目 注文数 <input type="text"/> いろいろキャベツ 注文数 <input type="text"/> だいこんサラダ 注文数 <input type="text"/> 千切りのキャベツ 注文数 <input type="text"/> 週替わり	ごはん(白米) 注文数 <input type="text"/> カレーライス 注文数 <input type="text"/> とんかつカレー 注文数 <input type="text"/> えびフライカレー 注文数 <input type="text"/> ミックス10品目 注文数 <input type="text"/> いろいろキャベツ 注文数 <input type="text"/> だいこんサラダ 注文数 <input type="text"/> 千切りのキャベツ 注文数 <input type="text"/> 週替わり	ごはん(白米) 注文数 <input type="text"/> カレーライス 注文数 <input type="text"/> とんかつカレー 注文数 <input type="text"/> えびフライカレー 注文数 <input type="text"/> ミックス10品目 注文数 <input type="text"/> いろいろキャベツ 注文数 <input type="text"/> だいこんサラダ 注文数 <input type="text"/> 千切りのキャベツ 注文数 <input type="text"/> 週替わり サイドメニュー しらすごはん弁当新 注文数 <input type="text"/> ガトーショコラ 注文数 <input type="text"/>	ごはん(白米) 注文数 <input type="text"/> カレーライス 注文数 <input type="text"/> とんかつカレー 注文数 <input type="text"/> えびフライカレー 注文数 <input type="text"/> ミックス10品目 注文数 <input type="text"/> いろいろキャベツ 注文数 <input type="text"/> だいこんサラダ 注文数 <input type="text"/> 千切りのキャベツ 注文数 <input type="text"/> 週替わり 空弁 しらすごはん弁当新 注文数 <input type="text"/> 石狩鱈 注文数 <input type="text"/>	ごはん(白米) 注文数 <input type="text"/> カレーライス 注文数 <input type="text"/> とんかつカレー 注文数 <input type="text"/> えびフライカレー 注文数 <input type="text"/> ミックス10品目 注文数 <input type="text"/> いろいろキャベツ 注文数 <input type="text"/> だいこんサラダ 注文数 <input type="text"/> 千切りのキャベツ 注文数 <input type="text"/> 週替わり しらすごはん弁当新 注文数 <input type="text"/>
週の注目商品	しらすごはん弁当新 注文数 <input type="text"/>	しらすごはん弁当新 注文数 <input type="text"/>	しらすごはん弁当新 注文数 <input type="text"/>	しらすごはん弁当新 注文数 <input type="text"/>	しらすごはん弁当新 注文数 <input type="text"/>	満腹!あじフライ弁当 注文数 <input type="text"/>

※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。

5月第5週 〈基本メニュー・選べる3種のお弁当〉

竹・梅の主菜はA・Bをお選びください

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。

※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。

日曜
くつろぎ

配達のない日曜日のお食事に!

A 海鮮塩炒めのあんかけ

賞3日 注文数
190kcal

共通副菜 ●ちぎり揚げと野菜の煮物●うの花●いんげんの胡麻和え●なます



B 鶏肉の中華風炒め物

賞3日 注文数
271kcal



670円 税込724円

注文締切日 5月21日(水)

お届け日 5月30日(金)

※注文締切はお届けの前週の水曜です。

第5週	5月26日(月)	5月27日(火)	5月28日(水)	5月29日(木)	5月30日(金)	5月31日(土)
松 デラックス 和食・洋食・中華を 日替わりで。 843円 税込910円	和食 ・紅鮭の塩焼き ・筑前煮 ・南瓜の胡桃黒蜜かけ ・三菜の辛子和え 冷 好評 注文数 <input type="text"/>	中華 ・さばの中華風野菜あん ・くわいと海鮮炒めの玉子帽子 ・パリパリ春巻き ・豆腐サラダ 冷 注文数 <input type="text"/>	和食 ・ジューシー塩ザンギ ・切干大根とあさり炒り煮 ・牛肉と里芋の甘辛煮 ・しらすと胡瓜の酢の物 冷 好評 注文数 <input type="text"/>	中華 ・回鍋肉 ・大きな肉焼売 ・えびあんかけ焼きそば ・蒟蒻寒天と海藻の中華和え 冷 注文数 <input type="text"/>	和食 ・小樽産真ほっけの塩焼き ・パチパチ炒めた雷豆腐 ・牛肉じゃが ・ほうれん草の白和え 冷 注文数 <input type="text"/>	洋食 ・ハンバーグステーキ ・野菜ポトフ ・カリフラワーとエビのチーズグリル ・豆と穀物のミックスサラダ 冷 好評 注文数 <input type="text"/>
	竹 バランス 塩分 2.5g以下 280kcal (±10%) 703円 税込759円	A 豚肉と大根のさっぱり煮 好評 注文数 <input type="text"/> B 羅臼産浅羽がれの塩焼き 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 ●いんげんのそぼろ味噌炒め●エビグラタン ●スパゲティサラダ●白花豆	A ぶりの翅漬け焼き 注文数 <input type="text"/> B 鶏肉の葱ソースかけ 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 ●キャベツとあさりのにんにく炒め●春雨の中華煮 ●ほうれん草の辛子和え●しそ昆布佃煮	A 鶏肉の香草焼き 注文数 <input type="text"/> B にしんの塩焼き 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 ●チンゲン菜とえびの塩炒め●大根とつみれの炊き合わせ●ブロッコリーのピーナツ和え●大根醤油漬け	A いわしの生姜醤油焼き 注文数 <input type="text"/> B 天ぷら盛り合わせ(とり天入り) 好評 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 ●白菜と白滝の煮物●煮酢和え ●小松菜とコーンのサラダ●金時煮豆	A 豚肉の袖こしょう炒め 注文数 <input type="text"/> B 銀鮭の塩焼き 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 ●さつま芋ときのこのバターソテー●茶碗蒸し ●ひじきの五目サラダ●うぐいす豆
梅 ライト 583円 税込630円	A 鶏肉のぼん酢炒め 注文数 <input type="text"/> B ししゃもフライ 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 ●いんげんのそぼろ味噌炒め●一口がんもの煮物●スパゲティサラダ●白花豆	A 厚揚げの肉じゃが風 注文数 <input type="text"/> B 豚肉ときのこの炒め物 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 ●キャベツとあさりのにんにく炒め●三角春巻き ●ほうれん草の辛子和え●しそ昆布佃煮	A 豚肉の中華炒め 注文数 <input type="text"/> B お麩の甘酢炒め 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 ●チンゲン菜とえびの塩炒め●炒り卵 ●ブロッコリーのピーナツ和え●大根醤油漬け	A さばの塩焼き 注文数 <input type="text"/> B 和風ハンバーグ 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 ●白菜と白滝の煮物●じゃが芋の煮ころがし ●小松菜とコーンのサラダ●金時煮豆	A 鶏肉のケチャップ炒め 注文数 <input type="text"/> B さんまの唐揚げ 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 ●さつま芋ときのこのバターソテー●野菜のコンソメ煮 ●ひじきの五目サラダ●うぐいす豆	A 白身魚の照焼き 注文数 <input type="text"/> B 豚肉のプルコギ風 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 ●小松菜としらすの炒め物●かぼちゃの甘煮 ●オクラのなめたけ和え●刻み高菜漬け
	いつでもメニュー ごはんカレー 注文数 <input type="text"/> ミックス10品目 注文数 <input type="text"/> 袋入りサラダ	ごはん(白米) 注文数 <input type="text"/> カレーライス 注文数 <input type="text"/> とんかつカレー 注文数 <input type="text"/> えびフライカレー 注文数 <input type="text"/> ミックス10品目 注文数 <input type="text"/> いろいろキャベツ 注文数 <input type="text"/> だいこんサラダ 注文数 <input type="text"/> 千切りのキャベツ 注文数 <input type="text"/> 週替わり	ごはん(白米) 注文数 <input type="text"/> カレーライス 注文数 <input type="text"/> とんかつカレー 注文数 <input type="text"/> えびフライカレー 注文数 <input type="text"/> ミックス10品目 注文数 <input type="text"/> いろいろキャベツ 注文数 <input type="text"/> だいこんサラダ 注文数 <input type="text"/> 千切りのキャベツ 注文数 <input type="text"/> 週替わり	ごはん(白米) 注文数 <input type="text"/> カレーライス 注文数 <input type="text"/> とんかつカレー 注文数 <input type="text"/> えびフライカレー 注文数 <input type="text"/> ミックス10品目 注文数 <input type="text"/> いろいろキャベツ 注文数 <input type="text"/> だいこんサラダ 注文数 <input type="text"/> 千切りのキャベツ 注文数 <input type="text"/> 週替わり サイドメニュー 満腹!大きなシューマイ弁当 注文数 <input type="text"/> 大きな白玉ぜんざい 注文数 <input type="text"/> 冷しとろろそば 注文数 <input type="text"/>	ごはん(白米) 注文数 <input type="text"/> カレーライス 注文数 <input type="text"/> とんかつカレー 注文数 <input type="text"/> えびフライカレー 注文数 <input type="text"/> ミックス10品目 注文数 <input type="text"/> いろいろキャベツ 注文数 <input type="text"/> だいこんサラダ 注文数 <input type="text"/> 千切りのキャベツ 注文数 <input type="text"/> 週替わり	ごはん(白米) 注文数 <input type="text"/> カレーライス 注文数 <input type="text"/> とんかつカレー 注文数 <input type="text"/> えびフライカレー 注文数 <input type="text"/> ミックス10品目 注文数 <input type="text"/> いろいろキャベツ 注文数 <input type="text"/> だいこんサラダ 注文数 <input type="text"/> 千切りのキャベツ 注文数 <input type="text"/> 週替わり
週の注目商品	満腹!大きなシューマイ弁当 注文数 <input type="text"/>	満腹!大きなシューマイ弁当 注文数 <input type="text"/>	満腹!大きなシューマイ弁当 注文数 <input type="text"/>	満腹!大きなシューマイ弁当 注文数 <input type="text"/>	満腹!大きなシューマイ弁当 注文数 <input type="text"/>	チキンと野菜のスープカレー 注文数 <input type="text"/>

※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。

箱売り 隔週**水**のお届け！まとめ買いで便利！

注文締切日	5/7(水)	5/21(水)	注文締切日	5/7(水)	5/21(水)
お届け日	5/14(水)	5/28(水)	お届け日	5/14(水)	5/28(水)
 CO-OP 食塩無添加濃いつマトジュース (賞1095日) 160g×20本入 1,828円 税込1,974円			 CO-OP おいしい赤飯 (国産もち米100%使用) (賞240日) 160g×24パック 3,184円 税込3,439円		
 CO-OP ミックスキャロット (賞720日) 160g×20本入 1,960円 税込2,117円			 CO-OP わかめスープ 10食入り×10パック (賞365日) 2,192円 税込2,367円		
 CO-OP 国産大豆の調整豆乳 (賞180日) 200ml×12本入り 969円 税込1,047円			 CO-OP 減塩即席みそ汁合わせみそ (賞180日) 12食入り(長ねぎ、とうふ、油あげ、わかめ)×12パック 2,976円 税込3,214円		
 CO-OP 国産大豆の豆乳飲料麦芽コーヒー (賞180日) 200ml×12本入 1,055円 税込1,139円			 CO-OP たまごスープ 5食入り×12パック (賞540日) 3,298円 税込3,562円		

※賞味期限の1/2を担保してお届けいたします。

注文締切日	5/7(水)	5/21(水)	注文締切日	5/7(水)	5/21(水)
お届け日	5/14(水)	5/28(水)	お届け日	5/14(水)	5/28(水)
 CO-OP 食塩無添加野菜ジュース (賞1095日) 160g×20本入 1,700円 税込1,836円 21種類の野菜がこれ1本！			 CO-OP おいしいご飯 (山形県産はえぬき使用) (賞300日) 200g×24パック 2,744円 税込2,964円 レンジで温めるだけ！		

ご注文は、枠にご希望の数量を記入ください。

納豆・パン・乳製品は、お弁当と一緒に1点から納豆・パン・乳製品のみのご注文は2点から可能です。

サイドメニュー

納豆 金週1回のお届け！

注文締切日	4/28(月)	5/5(月)	5/12(月)	5/19(月)	5/26(月)
お届け日	5/2(金)	5/9(金)	5/16(金)	5/23(金)	5/30(金)
 はまなす食品 細かくぎざんだひきわり納豆 158円 税込171円					
 はまなす食品 ふっくら北海道小粒納豆 118円 税込127円					
 CO-OP おかわり中粒納豆 110円 税込119円					

サイドメニュー **パン** 火金週2回のお届け！

注文締切日	4/24(木)	4/28(月)	5/1(木)	5/5(月)	5/8(木)	5/12(月)	5/15(木)	5/19(月)	5/22(木)	5/26(月)
お届け日	4/29(火)	5/2(金)	5/6(火)	5/9(金)	5/13(火)	5/16(金)	5/20(火)	5/23(金)	5/27(火)	5/30(金)
 日糧 絹艶 3枚入り 145円 税込157円										
 日糧 ベーコンマヨパン 145円 税込157円										
 日糧 ラブラブサンド ツナサラダ 183円 税込198円										
 日糧 ちぎれるカスタードブレッド 210円 税込227円										
 日糧 カレーパン 4個入り 208円 税込225円										
 日糧 しっとりジャムパン(いちご) 150円 税込162円										
 日糧 しっとりダブル金時豆パン 150円 税込162円										
 日糧 ラブラブサンド ピーナツ 149円 税込161円										
 日糧 もっちり道産米粉のドーナツ 4個入り 208円 税込225円										
 日糧 ホワイトウエハサンド北海道練乳 175円 税込189円										

サイドメニュー **乳製品** 火金週2回のお届け！ ※定期登録もできます！ご希望の方はスタッフまでお声がけください。

注文締切日	4/24(木)	4/28(月)	5/1(木)	5/5(月)	5/8(木)	5/12(月)	5/15(木)	5/19(月)	5/22(木)	5/26(月)
お届け日	4/29(火)	5/2(金)	5/6(火)	5/9(金)	5/13(火)	5/16(金)	5/20(火)	5/23(金)	5/27(火)	5/30(金)
 CO-OP 北海道十勝牛乳 200ml 90円 税込97円										
 よつ葉 特選 低脂肪牛乳 200ml 86円 税込93円										
 CO-OP 北海道十勝牛乳 500ml 148円 税込160円										
 よつ葉 特選 低脂肪牛乳 500ml 148円 税込160円										
 CO-OP 北海道十勝牛乳 1000ml 268円 税込289円										
 CO-OP 北海道低脂肪牛乳 1000ml 200円 税込216円										
 よつ葉 よつ葉のヨーグルト 90g×3 306円 税込330円										
 よつ葉 とろとなめらかヨーグルト 400g 278円 税込300円										
 森永 機能性表示食品 骨の健康、腸内環境改善に！ 森永カルダスヨーグルト 100g 175円 税込189円 (賞19日)										
 森永 カラダ強くするのむヨーグルト 100g 175円 税込189円 (賞19日)										