

新登場!



いぶり鶏の照り焼き丼

980円
税込1,058円
557kcal

トレーサイズ：横165mm×
縦134mm×深さ38mm

注文締切日 お届けの3日前まで
お届け日 **5月4日(月)～8日(金)**

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

2026年
5月号



新登場!

クルリン限定企画!
このほりについた
矢車をイメージした
盛付けです。

札幌バルナバフーズ

こどもの日弁当 1,280円 税込1,382円 当日中 455kcal

具材：サーモン、えび、いくら、とびっこ、錦糸玉子、酢飯

今だけ!

こどもの日
サイドメニュー

賞2日 1個当たり109kcal

茶碗蒸し2個セット 550円 税込594円

注文締切日 4月30日(木)
お届け日 **5月5日(火)**



がんばっている
自分に。

6日間限定! GW特別価格 通常価格から **50円引**

限定2500食!
**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4日(月)～5月9日(土)**

日糧 道産小麦のアップルパイ **600円 税込648円** 母の日デザート サイドメニュー

賞2日 1063kcal

注文締切日 **5月4日(月)**
お届け日 **5月9日(土)**

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

※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。

●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	

つなぐ
COOP
SAPPORO

pick up!

表紙のお弁当

母の日 / ご褒美弁当



笑顔ほころぶ、やさしいごちそう。



管理栄養士
佐藤 菜摘さん

5月10日(日)は、母の日です。

感謝の気持ちを込めて、
いつもよりちょっぴり華やかなお弁当は
いかがでしょうか？

昨年から品目を一新！ **リニューアル**！

お赤飯

ふっくらと炊き上げたお赤飯に、北海道ならではの甘納豆を3粒のせました。もち米のやさしい甘味が母の日の食卓を彩ります。

牛肉の山椒炒め

柔らかな牛肉を、爽やかな山椒で香り高く炒めました。山椒の絶妙な刺激が食欲をそそります。

梅肉入り鶏ささみの大葉フライ

梅肉と大葉の香りが、鶏ささみの旨味をさっぱりと引き立てます。サクッと軽やかな口当たりで脂控えめです。

長芋とオクラの青じそ和え

揚げ物と炒め物の箸休めとして、青じそ和えを入れました。シャキシャキの食感と優しい粘りが、栄養満点かつ口の中を整えてくれます。

抹茶わらび餅

口の中でとろける贅沢な食感の抹茶わらび餅です。香り高い抹茶の風味が食後のデザートにぴったりです。

1,150円 税込1,242円 615kcal

注文締切日	5月6日(水)
お届け日	5月9日(土)

トレーサイズ：横180mm×縦180mm×深さ33mm

豆知識
・
小豆

煮汁も残さずいただき ポリフェノールをゲット！



「赤いダイヤ」と称されるあずき色の正体は、抗酸化作用を持つ“ポリフェノール”。紫外線やストレスなどによって増える活性酸素の働きを抑えたり、血圧、血糖値を下げる作用も期待されます。ポリフェノールは

水溶性で7~8割は煮汁に溶け出すため、捨てずにスイーツなどに活用を。



乾燥小豆にも 賞味期限がある！

乾燥しているので永遠に日持ちしそうですが、賞味期限は1~2年が目安とされています。常温だと温度や湿度の変化、

日当たりなど保存場所の条件によって、劣化の度合いが変わるため、調理前でも冷蔵保存が安心。残った小豆は、密閉袋やふた付きのビンに入れて冷蔵庫へ。



つぶあん派？ こしあん派？ 栄養面も違うらしい

こしあんは、つぶあんをこして皮を取り除き、練り上げたもの。簡単に言えば「皮があるか、ないか」の違いです。ポリフェノールは小豆の皮に多く含まれているので、栄養面でつぶあんが有利と思われがちですが、こしあんは小豆の実に含まれる鉄分が豊富。どっちもおいしくて栄養アリ！



伝統行事に小豆を食べて 赤い色で邪気を払う！

小豆の赤は「魔除けの色」とされ、邪気や厄を払ってくれると考えられており、食べることで無病息災や運気を呼び込む意味が込められています。



2026年「つなぐ」表紙対決企画の
勝者が堂々登場!!

結果発表
2連覇! / 821食獲得!
海老天丼は768食の
僅差で敗退!

つなぐ

バランス最強幕の内!
五目ごはん弁当 1,000円 税込1,080円 592kcal

- 五目ごはん
- 肉じゃが
- 国産いわしの味噌煮
- 春巻き
- 唐揚げ
- ほうれん草のおかか和え
- 玉子焼き
- さくら大根

※原料不作につき肉じゃが具材の「絹さや」が「青ネギ」へ変更となります。ご了承ください。

注文締切日 5月20日(水)
お届け日 5月23日(土)

トレーサイズ:横228mm×縦179mm×深さ29mm

佐藤水産
鮭のルイベ漬とめかぶ醤油漬丼

1,280円 税込1,382円

442kcal

注文中

注文締切日 5月23日(土)
お届け日 5月28日(木)

海老天うどん 1,017円 税込1,098円 476kcal

トレーサイズ:横194mm×縦180mm×深さ55mm

注文締切日 5月27日(水)
お届け日 5月30日(土)

サイドメニュー
大徳食品 野菜かき揚げそば

494円 税込534円 456kcal

注文締切日 5月2日(土)
お届け日 5月11日(月)

満腹!大きなシューマイ弁当 924円 税込998円 823kcal

トレーサイズ:横259mm×縦159mm×深さ26mm

注文締切日 お届けの3日前まで
お届け日 5月25日(月)~29日(金)



サイドメニュー
ちょっと食べたい!
に、ぴったりの一口サイズ。
北海道のもち米「はくちょうもち」で作ったお餅を、
十勝小豆のこしあんでやさしく包みました。

弁楽亭 柳もち 冷凍 630円 税込680円 526kcal

賞30日

注文締切日 4月30日(木)
お届け日 5月11日(月)

あんかけ焼きそば 465kcal

ちゅるちゅる麺とトロトロ餡の黄金コンビ

924円 税込998円

トレーサイズ:横235mm×縦175mm×深さ30mm

注文締切日 お届けの3日前まで
お届け日 5月11日(月)~15日(金)

豆知識
大根



大根役者とジアスターゼ

演技が上手ではない役者を「大根役者」といいますが、大根はどんな食べ方をしても食あたりがない、つまり「当たりがない」役者という説が有力です。
当たりがないのは、大根に含まれる「ジアスターゼ」という消化酵素のおかげ。でんぷんなどを分解して胃腸の働きを助け、消化を助ける働きが期待できるといわれています。実際、ジアスターゼは消化不良改善の胃腸薬にも配合されています。
大根のジアスターゼを生かし、生だこを大根おろしで20~30分もみ込むと、または大根おろしをたっぷり加えた煮汁で炊くと柔らかくなります。

葉 カットされていることが多いですが、根よりも栄養価が高く、鉄分・カルシウムなどの含有量はほうれん草以上!

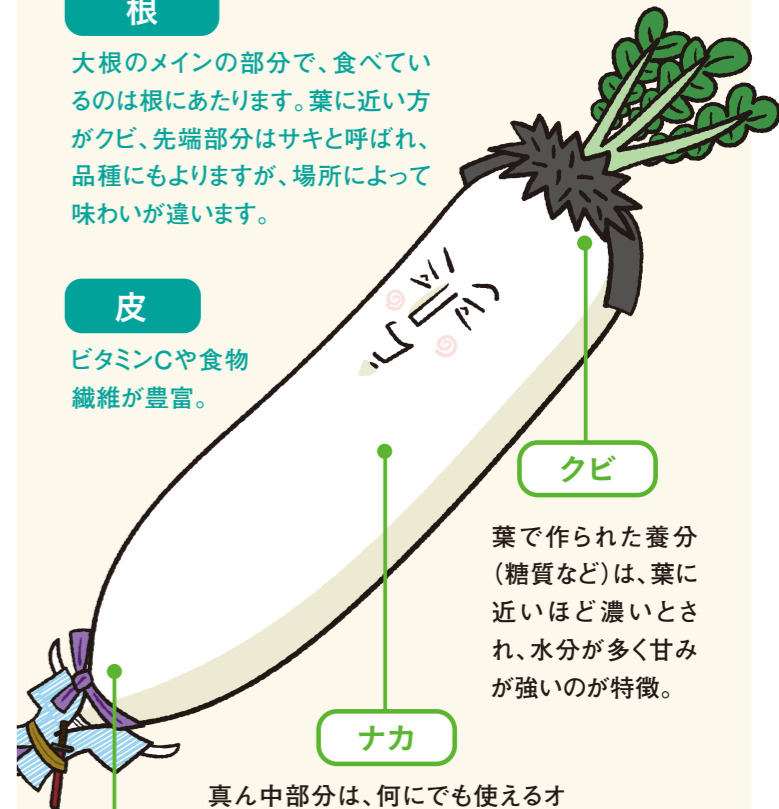
根 大根のメインの部分で、食べているのは根にあたります。葉に近い方がクビ、先端部分はサキと呼ばれ、品種にもよりますが、場所によって味わいが違います。

皮 ビタミンCや食物繊維が豊富。

クビ 葉で作られた養分(糖質など)は、葉に近いほど濃いとされ、水分が多く甘み強いのが特徴。

ナカ 真ん中部分は、何にでも使えるオールマイティーな部位。太さが均等なので、主役のおかずにもピッタリ!

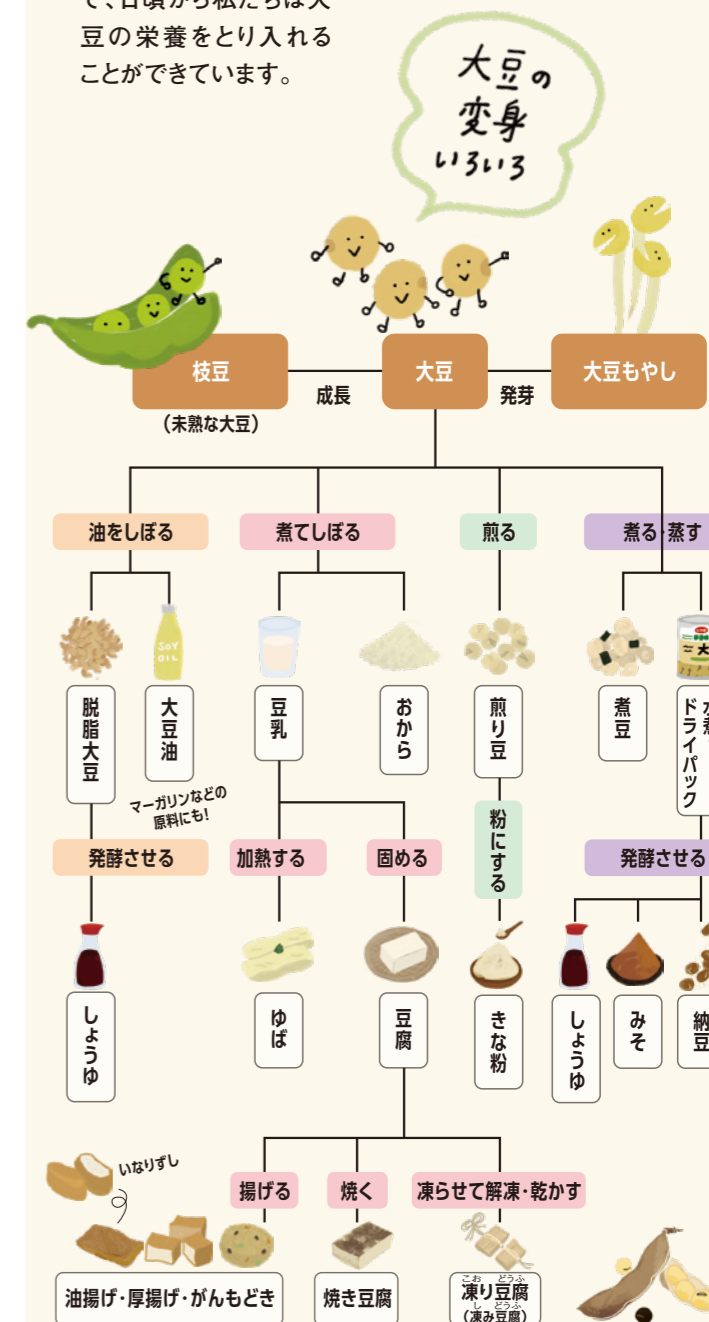
サキ 大根は土の養分を求めて、下へ下へ伸びます。その過程で、辛み成分「イソチオシアネート」のもと(グルコシノレート)が先端に多くなるため、辛みを感じやすい。



日本人の食生活と関係の深い大豆加工食品は多彩

大豆は縄文時代晩期から弥生時代前期に、中国から日本に伝わったと考えられています。国内で広く栽培されるようになったのは鎌倉時代以降のようです。肉を食べる習慣がなかった昔、大豆やその加工食品は貴重なたんぱく源として大切にされ、日本人の食生活に深く浸透していきました。

煮る、発酵させるなど大豆からつくられる食べものはバリエーションが豊富。たとえば、豆腐になるとたんぱく質の消化吸収率が高くなったり、納豆になるとビタミンB2が増加したりするといわれています。さまざまに加工されているおかげで、日頃から私たちは大豆の栄養をとり入れることができています。



トーラク
昔ながらのかためプリン
150円 税込162円

サイドメニュー

賞18日 147kcal

注文締切日 5月19日(火)
お届け日 5月27日(水)

たまねぎたっぷり、甘みとコクを引き出しました。
自慢のカレー

GW特別企画
5月4日(月)~5月9日(土)は
通常価格(税抜)から
50円引

えびフライカレー 780円 税込842円 700kcal

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

トレーサイズ：横247mm×縦152mm×高さ55mm

国産米ごはん
ごはん(白米)150g 128円 税込138円

サイドメニュー

※写真はごはんの盛り付けイメージです。

袋入りサラダ

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

サイドメニュー

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

一緒にいかがですか? 新登場!

雪印メグミルク あふれるマンゴープリン 183円 税込198円

賞90日 150kcal

注文締切日 5月13日(水)
お届け日 5月20日(水)

注文締切日 お届けの3日前まで
お届け日 5月18日(月)~22日(金)

ガパオライス 872円 税込942円

トレーサイズ：直径167mm×深さ43mm 451kcal

サイドメニュー

お品書き

- 枝豆ごはん
- アジフライ
- じゃが豚カレー炒め
- オムレツ
- ひじき煮
- 豚汁風みそ炒め
- キャロットしらすラペ
- 高菜漬

満腹! あじフライ弁当 687kcal 968円 税込1,045円

注文締切日 5月13日(水)
お届け日 5月16日(土)

トレーサイズ：横235mm×縦155mm×深さ30mm

お召し上がり期限

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。

松竹梅のお弁当のお召し上がり方

(目安) 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。

500W	1分30秒
600W	1分10秒
800W	50秒

〈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)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。

5月
第1週

5月4日
5月9日

平日・週替わりメニュー

注文締切日:お届けの3日前まで
5月4日(月)~5月8日(金)お届け

いぶり鶏の
照り焼き丼 **新**
980円
税込1,058円



557kcal

土曜・プレミアム

注文締切日:5月6日(水)
5月9日(土)お届け

リニューアル!
母の日
ご褒美弁当
1,150円
税込1,242円



615kcal

母の日デザート

注文締切日:5月4日(月)
5月9日(土)お届け

日種 道産小麦のアップルパイ
600円 税込648円



賞2日
1063kcal

祝日特別企画

カルリン限定
今だけ!

注文締切日:4月30日(木)
5月5日(火)お届け

札幌バルナバフーズ
こどもの日
弁当
1,280円 **新**
税込1,382円



当日中 455kcal

茶碗蒸し2個セット
550円
税込594円



賞2日
1個当たり109kcal

こどもの日
サイド
メニュー

5月
第2週

5月11日
5月16日

平日・週替わりメニュー

注文締切日:お届けの3日前まで
5月11日(月)~5月15日(金)お届け

あんかけ焼きそば
924円
税込998円



465kcal

土曜・プレミアム

注文締切日:5月13日(水)
5月16日(土)お届け

満腹!あじフライ弁当
968円
税込1,045円



687kcal

デザート 冷凍

注文締切日:4月30日(木)
5月11日(月)お届け

弁菜亭 柳もち
630円 税込680円



賞30日 526kcal



サイド
メニュー

今週の麺類

注文締切日:5月2日(土)
5月11日(月)お届け

大徳食品
野菜かき揚げ
そば
494円
税込534円

当日中
456kcal



サイド
メニュー

5月
第3週

5月18日
5月23日

平日・週替わりメニュー

注文締切日:お届けの3日前まで
5月18日(月)~5月22日(金)お届け

ガパオライス **新**
872円
税込942円



451kcal

土曜・プレミアム

注文締切日:5月20日(水)
5月23日(土)お届け

五目ごはん
弁当
1,000円
税込1,080円



592kcal

※原料不作につき肉じゃが具材の「絹さや」が「青ネギ」へ変更となります。ご了承ください。

デザート

注文締切日:5月13日(水)
5月20日(水)お届け

雪印メグミルク
あふれる
マンゴープリン **新**
183円
税込198円

賞90日
150kcal



サイド
メニュー

今週の麺類

注文締切日:5月11日(月)
5月19日(火)お届け

大徳食品
コクが自慢!
醤油ラーメン
494円
税込534円

当日中
353kcal



サイド
メニュー

5月
第4週

5月25日
5月30日

平日・週替わりメニュー

注文締切日:お届けの3日前まで
5月25日(月)~5月29日(金)お届け

満腹!大きなシューマイ弁当
924円
税込998円



823kcal

土曜・プレミアム

注文締切日:5月27日(水)
5月30日(土)お届け

海老天うどん
1,017円
税込1,098円



476kcal

デザート

注文締切日:5月19日(火)
5月27日(水)お届け

トーラク
昔ながらの
かためプリン
150円
税込162円

賞18日
147kcal



サイド
メニュー

今週の空弁

注文締切日:5月23日(土)
5月28日(木)お届け

佐藤水産
鮭のルイベ漬と
めかぶ醤油漬弁
1,280円
税込1,382円

当日中
442kcal



5月第1週 〈基本メニュー・選べる3種のお弁当〉

竹の主菜は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
288kcal

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
360kcal



670円 税込724円

注文締切日 4月29日(水)

お届け日 5月8日(金)

※注文締切はお届けの前週の水曜です。

第1週	5月4日(月) みどりの日	5月5日(火) こどもの日	5月6日(水) 振替休日	5月7日(木)	5月8日(金)	5月9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。	和食 ・いぶり鶏のガーリック炒め ・金平ごぼう ・絹揚げの味噌そぼろあん ・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 ・ほうれん草と竹輪のソテー ・かぼちゃクリームペンネ ・炒り卵と3品目のサラダ冷	和食 ・天ぷら4種盛り合わせ (えび天入り) ・牛肉のしぐれ煮 ・和風ロールキャベツ ・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 ・白身魚の洋風南蛮漬け ・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	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
	竹 バランス 塩分 2.5g以下 280kcal (±10%)	A 旨辛チキン 好評	A 赤魚の 青のり焼き	A 豚肉の カレーソテー 好評	A たらの 塩麹マヨ焼き	A 鶏肉の 明太マヨ焼き
B にしんの 塩焼き	B 豚肉ときのこの レモン炒め	B 鮭の 粕漬け焼き	B 鶏肉の 香味醤油かけ 好評	B 海老かつの 卵とじ 好評	B 豚肉と野菜の 中華風炒め	B 豚肉と野菜の 中華風炒め
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●胡瓜醤油漬け	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	共通副菜 ●チンゲン菜とクワイのオイスター炒め●中華風かに 玉●わかめの梅風味和え●あさりの佃煮
梅 ライト 624円 税込674円	鶏肉ともやしの味噌炒め 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	かに玉 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	酢豚風 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	にら玉炒め 副菜 ●じゃが芋のそぼろ炒め●餃子 ●チンゲン菜のしらす和え●菜々しば漬け	豚肉のごま味噌炒め 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●胡瓜醤油漬け	揚げ出し豆腐 副菜 ●チンゲン菜とクワイのオイスター炒め●中華風かに 玉●わかめの梅風味和え●あさりの佃煮
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	いぶり鶏の照り焼き丼 新 注文数 <input type="text"/>	いぶり鶏の照り焼き丼 新 注文数 <input type="text"/>	いぶり鶏の照り焼き丼 新 注文数 <input type="text"/>	いぶり鶏の照り焼き丼 新 注文数 <input type="text"/>	いぶり鶏の照り焼き丼 新 注文数 <input type="text"/>	いぶり鶏の照り焼き丼 新 注文数 <input type="text"/>
	週替わり	週替わり	週替わり	週替わり	週替わり	週替わり
		空弁	サイドメニュー			サイドメニュー
		こどもの日 弁当 新	茶碗蒸し 2個 セット			リニューアル! 母の日 ご褒美弁当
		GW特別価格 とんかつカレー・えびフライカレー 通常価格(税抜)から 50円引				土曜・プレミアム

※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
189kcal

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 鶏肉と野菜の中華炒め

賞3日 注文数
270kcal



670円 税込724円

注文締切日 5月6日(水)

お届け日 5月15日(金)

※注文締切はお届けの前週の水曜です。

第2週	5月11日(月)	5月12日(火)	5月13日(水)	5月14日(木)	5月15日(金)	5月16日(土)
松 デラックス 和食・洋食・中華を 日替わりで。 885円 税込956円	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	和食 ・北海道産真ほっけの塩焼き ・高野豆腐の含め煮 ・牛肉の香味炒め ・切干大根の胡麻和え 冷	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 ・蓮根の中華風炒め煮 ・青梗菜の和え物 冷	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	和食 ・豚肉と彩り野菜の甘辛だれ ・豆腐のふわとろ卵あん ・木の葉しんじょの炊き合わせ ・オクラのおかかマヨ和え 冷	中華 ・北海道産助宗だらの中華蒸し ・野菜の牡蠣油炒め ・小籠包 ・春雨の酢の物 冷
	A 豚ロース焼きの三升漬け添え 注文数 <input type="text"/>	A 縞ほっけのみりん漬け焼き 注文数 <input type="text"/>	A 鶏肉と野菜のチリソースソテー 新 注文数 <input type="text"/>	A 天ぷら盛り合わせ 好評 注文数 <input type="text"/>	A 豚バラ野菜のさっぱり炒め 注文数 <input type="text"/>	A ミックスフライ 好評 注文数 <input type="text"/>
	B たらのパン粉焼き 注文数 <input type="text"/>	B 鶏肉の生姜あん 好評 注文数 <input type="text"/>	B アジフライ 新 注文数 <input type="text"/>	B 豚肉の山椒炒め 注文数 <input type="text"/>	B そいのタルタル焼き 注文数 <input type="text"/>	B いぶり鶏のにら卵とじ 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	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	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	共通副菜 ●白菜のほたて風味炒め ●おさつ塩バター 新 ●オクラの塩昆布和え●釜炊きしょうが漬け	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	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	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 624円 税込674円	豚肉の中華炒め 注文数 <input type="text"/>	いわしフライ 注文数 <input type="text"/>	鶏キムチ炒め 注文数 <input type="text"/>	あじのみりん漬け焼き 注文数 <input type="text"/>	豚肉とザーサイの炒め物 注文数 <input type="text"/>	高野豆腐と白菜の味噌炒め 注文数 <input type="text"/>
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"/>	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"/>	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"/>	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"/>	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"/>	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"/>	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"/>	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"/>	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"/>	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"/>	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	週替わり あんかけ焼きそば <input type="text"/>	週替わり あんかけ焼きそば <input type="text"/>	週替わり あんかけ焼きそば <input type="text"/>	週替わり あんかけ焼きそば <input type="text"/>	週替わり あんかけ焼きそば <input type="text"/>	土曜・プレミアム 満腹!あじフライ弁当 <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

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

B ポーク
チャップ

賞3日

275kcal

注文数

670円 税込 724円

注文締切日 5月13日(水)

お届け日 5月22日(金)

※注文締切はお届けの前週の水曜です。

第3週	5月18日(月)	5月19日(火)	5月20日(水)	5月21日(木)	5月22日(金)	5月23日(土)																																																
松 デラックス 和食・洋食・中華を 日替わりで。 885円 税込956円	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 ・桜海老の Pasta ・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 ・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 ・銀鮭のチーズ焼き ・菜の花のバターソテー ・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 冷 注文数 <input type="text"/>	和食 ・鶏肉の蓮根挟み揚げ 新 ・ごぼうと赤ピーマンのおかか炒め ・茄子の煮浸し 新 ・大根とオクラの梅風味和え 冷 注文数 <input type="text"/>	中華 ・野菜たっぷり八宝菜 好評 ・ブロッコリーのオイスターソース ・ジューシー焼き餃子 ・ほうれん草と卵の中華和え 冷 注文数 <input type="text"/>	洋食 ・豚肉といんげんのトマト炒め 新 ・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"/>																																																
	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 好評 注文数 <input type="text"/> B プリのガーリック焼き 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 ●北あかりのペビーコロッケ ●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 北海道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 ますのみりん漬け焼き 好評 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 ぶりのだし醤油漬焼き 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 ●絹揚げの生姜風味炒め ●ふるふぎ大根 ●紫キャベツとカリフラワーの甘酢 ●野沢菜昆布	A 赤魚の青のり焼き 注文数 <input type="text"/> B ジンギスカン 好評 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 ●金平ごぼう ●豆腐の野菜あんかけ ●ほうれん草のごま和え ●中華うり漬け																																															
	梅 ライト 624円 税込674円	鶏肉のトマトソース 注文数 <input type="text"/> 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	卵とツナのソテー 注文数 <input type="text"/> 副菜 ●炒り豆腐 ●ちくわの磯辺揚げ ●小松菜のおかか和え ●さくら大根	豚肉の甘辛炒め 注文数 <input type="text"/> 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	さつま揚げのカレー炒め 注文数 <input type="text"/> 副菜 ●大豆の煮物 ●オムレツ ●南瓜のごま和え ●松前漬け	豚肉の味噌炒め 注文数 <input type="text"/> 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	じゃが芋と高野豆腐の甘辛炒め 注文数 <input type="text"/> 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 袋入りサラダ	<table border="1"> <tr> <td>ごはん(白米) 注文数 <input type="text"/></td> <td>カレーライス 注文数 <input type="text"/></td> <td>とんかつカレー 注文数 <input type="text"/></td> <td>えびフライカレー 注文数 <input type="text"/></td> </tr> <tr> <td>ミックス10品目 注文数 <input type="text"/></td> <td>いろいろキャベツ 注文数 <input type="text"/></td> <td>だいこんサラダ 注文数 <input type="text"/></td> <td>千切りのキャベツ 注文数 <input type="text"/></td> </tr> </table> 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"/>	<table border="1"> <tr> <td>ごはん(白米) 注文数 <input type="text"/></td> <td>カレーライス 注文数 <input type="text"/></td> <td>とんかつカレー 注文数 <input type="text"/></td> <td>えびフライカレー 注文数 <input type="text"/></td> </tr> <tr> <td>ミックス10品目 注文数 <input type="text"/></td> <td>いろいろキャベツ 注文数 <input type="text"/></td> <td>だいこんサラダ 注文数 <input type="text"/></td> <td>千切りのキャベツ 注文数 <input type="text"/></td> </tr> </table> 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"/>	<table border="1"> <tr> <td>ごはん(白米) 注文数 <input type="text"/></td> <td>カレーライス 注文数 <input type="text"/></td> <td>とんかつカレー 注文数 <input type="text"/></td> <td>えびフライカレー 注文数 <input type="text"/></td> </tr> <tr> <td>ミックス10品目 注文数 <input type="text"/></td> <td>いろいろキャベツ 注文数 <input type="text"/></td> <td>だいこんサラダ 注文数 <input type="text"/></td> <td>千切りのキャベツ 注文数 <input type="text"/></td> </tr> </table> 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"/>	<table border="1"> <tr> <td>ごはん(白米) 注文数 <input type="text"/></td> <td>カレーライス 注文数 <input type="text"/></td> <td>とんかつカレー 注文数 <input type="text"/></td> <td>えびフライカレー 注文数 <input type="text"/></td> </tr> <tr> <td>ミックス10品目 注文数 <input type="text"/></td> <td>いろいろキャベツ 注文数 <input type="text"/></td> <td>だいこんサラダ 注文数 <input type="text"/></td> <td>千切りのキャベツ 注文数 <input type="text"/></td> </tr> </table> 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"/>	<table border="1"> <tr> <td>ごはん(白米) 注文数 <input type="text"/></td> <td>カレーライス 注文数 <input type="text"/></td> <td>とんかつカレー 注文数 <input type="text"/></td> <td>えびフライカレー 注文数 <input type="text"/></td> </tr> <tr> <td>ミックス10品目 注文数 <input type="text"/></td> <td>いろいろキャベツ 注文数 <input type="text"/></td> <td>だいこんサラダ 注文数 <input type="text"/></td> <td>千切りのキャベツ 注文数 <input type="text"/></td> </tr> </table> 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"/>	<table border="1"> <tr> <td>ごはん(白米) 注文数 <input type="text"/></td> <td>カレーライス 注文数 <input type="text"/></td> <td>とんかつカレー 注文数 <input type="text"/></td> <td>えびフライカレー 注文数 <input type="text"/></td> </tr> <tr> <td>ミックス10品目 注文数 <input type="text"/></td> <td>いろいろキャベツ 注文数 <input type="text"/></td> <td>だいこんサラダ 注文数 <input type="text"/></td> <td>千切りのキャベツ 注文数 <input type="text"/></td> </tr> </table> 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"/>
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	ガバオライス 新 注文数 <input type="text"/>	ガバオライス 新 注文数 <input type="text"/>	ガバオライス 新 注文数 <input type="text"/>	ガバオライス 新 注文数 <input type="text"/>	ガバオライス 新 注文数 <input type="text"/>	ガバオライス 新 注文数 <input type="text"/>																																																
	サイドメニュー コクが自慢! 醤油ラーメン 注文数 <input type="text"/>	サイドメニュー あふれるマンゴープリン 新 注文数 <input type="text"/>	サイドメニュー あふれるマンゴープリン 新 注文数 <input type="text"/>	サイドメニュー あふれるマンゴープリン 新 注文数 <input type="text"/>	サイドメニュー あふれるマンゴープリン 新 注文数 <input type="text"/>	サイドメニュー あふれるマンゴープリン 新 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 たら 西京味噌 漬け焼き

賞3日 注文数
197kcal

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

B チキンカツ

賞3日 注文数
287kcal



670円 税込 724円

注文締切日 5月20日(水)

お届け日 5月29日(金)

※注文締切はお届けの前週の水曜です。

第4週	5月25日(月)	5月26日(火)	5月27日(水)	5月28日(木)	5月29日(金)	5月30日(土)
松 デラックス 和食・洋食・中華を 日替わりで。 885円 税込956円	和食 ・たらの明太マヨ焼き 新 ・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	洋食 ・バジルチキン 好評 ・カリフラワーとベーコンのソテー ・ミートソースパスタ ・炒り卵と3品目のサラダ 冷	和食 ・牛肉とごぼうの柳川風 好評 ・厚揚げとキャベツの山椒炒め 新 ・野菜の天ぷら3種盛り ・いんげんの味噌麴和え 冷	中華 ・白身魚の甘酢あん ・小松菜の炒め物 ・海鮮チヂミ ・程よい甘さの大学芋 冷	洋食 ・トンテキ ・ほうれん草と竹輪のソテー ・ぶりぶりえびカツ ・オニオンサラダ 冷	和食 ・紅鮭の塩焼き 好評 ・高野豆腐の含め煮 ・南瓜のチーズかけ ・三菜の辛子和え 冷
	A 豚肉の生姜炒め 好評 B 宗八かれの塩焼き	A ぶりの麴漬け焼き B 鶏肉の葱ソースかけ	A 鶏肉の香草焼き B さわらのバター醤油焼き	A いわしの生姜醤油焼き B 天ぷら盛り合わせ(とり天入り) 好評	A 豚肉の袖こしょう炒め B 銀鮭の塩焼き 好評	A さばのみぞれ煮 B 鶏肉のカレー風味焼き
	共通副菜 ●いんげんのそぼろ味噌炒め ●茄子のチーズ焼き ●スパゲティサラダ ●白花豆	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	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 ●胡瓜醤油漬け	共通副菜 ●白菜と白滝の煮物 ●茶碗蒸し ●ひじきの五目サラダ ●小松菜とコーンのサラダ ●金時煮豆	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	共通副菜 ●小松菜としらすの炒め物 ●揚げ芋 ●オクラのなめたけ和え ●刻み高菜漬け
梅 ライト 624円 税込674円	鶏肉のぼん酢炒め 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	厚揚げの肉じゃが風 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	豚肉の中華炒め 副菜 ●チンゲン菜とえびの塩炒め ●卵ともやしのソテー ●ブロッコリーのピーナツ和え ●胡瓜醤油漬け	さばの塩焼き 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	鶏肉のケチャップ炒め 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	ブリの照焼き 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 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	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
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"/> 昔ながらのかためプリン 注文数 <input type="text"/>	満腹!大きなシューマイ弁当 注文数 <input type="text"/> 鮭のルイベ漬とめかぶ醤油漬 注文数 <input type="text"/>	満腹!大きなシューマイ弁当 注文数 <input type="text"/>	海老天うどん 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。

箱売り 隔週 **水** のお届け！まとめ買いで便利！

注文締切日	4/29(水)	5/13(水)	注文締切日	4/29(水)	5/13(水)
お届け日	5/6(水)	5/20(水)	お届け日	5/6(水)	5/20(水)
CO-OP 食塩無添加野菜ジュース 160g×20本入 1,700円 税込1,836円			CO-OP 3種のきのこカレー 170g×16パック 2,048円 税込2,212円		
CO-OP 食塩無添加濃いつマトジュース 160g×20本入 1,900円 税込2,052円			CO-OP 減塩即席みそ汁合わせみそ 12食入り(長ねぎ、とうふ、油あげ、わかめ各3食)×12パック 3,336円 税込3,603円		
CO-OP 国産大豆の調整豆乳 200ml×12本入り 969円 税込1,047円			CO-OP たまごスープ 5食入り×12パック 3,936円 税込4,251円		
CO-OP 国産大豆の豆乳飲料麦芽コーヒー 200ml×12本入 1,056円 税込1,140円			CO-OP 小盛りご飯(富山県産こしひかり使用) 120g×16食入り 1,904円 税込2,056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	4/29(水)	5/13(水)	注文締切日	4/29(水)	5/13(水)
お届け日	5/6(水)	5/20(水)	お届け日	5/6(水)	5/20(水)
CO-OP おいしいご飯(山形県産はえぬき使用) 180g×24パック 3,984円 税込4,303円 レンジで温めるだけ！			CO-OP おいしい赤飯(国産もち米100%使用) 160g×24パック 4,624円 税込4,994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	5/4(月)	5/11(月)	5/18(月)	5/25(月)
お届け日	5/8(金)	5/15(金)	5/22(金)	5/29(金)
はまなす食品 細かくき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				
はまなす食品 コープおかわり納豆中粒 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	4/30(木)	5/4(月)	5/7(木)	5/11(月)	5/14(木)	5/18(月)	5/21(木)	5/25(月)
お届け日	5/5(火)	5/8(金)	5/12(火)	5/15(金)	5/19(火)	5/22(金)	5/26(火)	5/29(金)
日糧 絹艶 3枚入り 145円 税込157円								
日糧 プレミアデニッシュくるみ 3個入り 196円 税込212円								
日糧 北海道生ラブラブサンドツナサラダ 183円 税込198円								
日糧 オニオンハムマヨロール 145円 税込157円								
日糧 やわらかパンにジューシーロングハムポテト 147円 税込159円								
日糧 手包み黒糖あんぱん 150円 税込162円								
日糧 バター風味のアップルレーズン 122円 税込132円								
日糧 しっとりクリームパン 150円 税込162円								
日糧 ふんわりこっぺいちごジャム&マーガリン 125円 税込135円								
日糧 函館メロンパンホイップサンド 150円 税込162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	4/30(木)	5/4(月)	5/7(木)	5/11(月)	5/14(木)	5/18(月)	5/21(木)	5/25(月)
お届け日	5/5(火)	5/8(金)	5/12(火)	5/15(金)	5/19(火)	5/22(金)	5/26(火)	5/29(金)
CO-OP 北海道十勝牛乳 200ml 98円 税込106円								
よつ葉 特選 低脂肪牛乳 200ml 91円 税込98円								
CO-OP 北海道十勝牛乳 500ml 159円 税込172円								
よつ葉 特選 低脂肪牛乳 500ml 158円 税込171円								
CO-OP 北海道十勝牛乳 1000ml 285円 税込308円								
CO-OP 北海道低脂肪牛乳 1000ml 218円 税込235円								
よつ葉 よつ葉のヨーグルト 90g×3 315円 税込340円								
よつ葉 とろとなめらかヨーグルト 400g 288円 税込311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)								