

お弁当は冷凍品、ごはん・おかゆは常温でのお渡しになります。

栄養表示について… ㊦エネルギー / ㊦たんぱく質 / ㊦食塩相当量



# プチデリカ おうちごはんの賢い選択



おいしい・栄養バランス・低価格の3拍子が揃う”定番”おかずセット

- ① 買い物の手間なく便利!
- ② 介護サービスと一緒に!
- ③ 素材本来の旨味を活かしました!

日々の買い物に出かける手間が減り、お身体の負担軽減や時間の節約になります。

介護サービスと併用することによってお食事の選択肢が増え、食生活が豊かになります。

素材の味を生かすため、調理法に工夫を凝らし、味、食感、香りを楽しんでいただけます。



**1** 和風おろしハンバーグ  
副菜 いんげんのおかか風味ひじきの白和え



**2** 自家製タルタルソースで食べる鶏唐揚げ  
副菜 人参しりしり 冬瓜かにあんかけ



**3** 魚介の旨味たっぷり アクアパッツァ  
副菜 彩り野菜のバルサミコンソース ポテトとブロッコリーのアンチョビソテー



**4** やわらかチキンのコーンクリームシチュー  
副菜 筍と木耳の炒め 切干大根と枝豆の味噌甘辛煮



**5** 牛肉とたっぷり根菜の彩り南蛮  
副菜 鶏肉と大豆のうま煮 小松菜とツナの和え物



**6** 鰻(たう)とあさりのジェノベーゼ  
副菜 茄子のバルサミコマリネ キャベツのミモザサラダ



**7** 豆鼓香る回鍋肉  
副菜 たまごとそら豆のマヨソース仕立て肉だんごの黒酢あん



**8** 特製味噌カツ  
副菜 彩り五穀ひじき 蓮根のさっぱり柚子和え



**9** 海鮮野菜炒め風  
副菜 彩り野菜と棒棒鶏の中華サラダ 厚揚げの濃厚胡麻味噌あん



**10** 絶品! やわらかさが自慢の豚角煮  
副菜 鶏と白菜の超絶うま煮 大豆と蓮根のおかか和え



**11** ごろっとチキンと海老のエスニック風  
副菜 コーンバターキャベツ 木耳と春雨の中華煮



**12** 豚肉の生姜焼き  
副菜 キャベツと卵の中華和え 大根のねぎ塩あん



**13** バジル香る赤魚のソテー  
副菜 シェルマカロニのクリームソース 小松菜と人参のバターソテー



**14** 鶏肉と根菜の白味噌煮  
副菜 茄子のみぞれあんかけ いんげんのごま和え



**15** 赤魚(アカウ)のみりん焼き  
副菜 ひじきと竹輪の炒め煮 明太マッシュポテト



**16** 豚肉ときくらげの卵炒め風  
副菜 蒸し鶏とキャベツのネギソース 筍とニラのナムル



**17** 贅沢シーフードカレー  
副菜 小松菜と油揚げの白和え 豆もやしと人参のナムル



**18** 青椒肉絲(豚)  
副菜 塩きんぴらの小エビあん 白菜のこくまクリームシチュー



**19** 海老と蓮根のチリソース  
副菜 青梗菜と木耳の中華炒め風 焼売 黒酢おろしソース



**20** 白身魚のネギ塩だれ  
副菜 チリポテト イングンのツナ和え



**21** 牛肉のニンニク炒め  
副菜 小松菜とひじきの白和え れんこんのおかか煮



**22** ごろごろ根菜の筑前煮  
副菜 切干大根と青梗菜の炒め煮 蓮根と大豆の梅おかか和え



**23** ハニーマスタードチキン  
副菜 茄子の素揚げと3種野菜のトマトソース ジャガ芋とベーコンの青のりソテー



**24** 3種きのこのホワイトソースハンバーグ  
副菜 雑穀入りあんかけポテト 豚肉と小松菜の柚子胡椒仕立て



**25** 鰯(かれ)のきのこカレークリーム  
副菜 切干大根煮 ベーコンとほうれん草のペンネ



**26** やみつきチーズタッカルビ  
副菜 チャップチェ 甘さほっこり大学芋



**27** 赤ワイン仕立ての濃厚ハッシュドビーフ  
副菜 あさりとブロッコリーのアヒーージョ風 ペンネカルボナーラ



**28** 鯖(サバ)と里芋の胡麻味噌あん  
副菜 スパイシーチリコンカン 小松菜とツナのナムル



**29** 白だし香る鰯(かれ)のたっぷりきのこあん  
副菜 マッシュポテト アスパラ玉葱のオイスター炒め



**30** バター香る鶏肉とさつま芋の照り煮  
副菜 高野豆腐と椎茸の含め煮 わかめと卵の生姜和え

お弁当料金  
¥550 (税抜509)  
ごはんセット  
¥730 (税抜676)

単品購入 ¥190 (税抜176)

※請求時は、すべての保険外サービスを税抜価格で小計した金額に消費税を加算するも、税込合計金額が異なる場合があります。