

10月22日週

＜カット野菜のご案内＞ 【早ブチ・早A・早B・Cメニュー】 使って便利・大好評！

カット野菜は、使用する野菜の種類やカット方法により、毎週価格が変動致します。

	早ブチ価格(税込価格)						早A価格(税込価格)						早Bカット野菜価格(税込価格)					
	5日間(月～金)			6日間(月～土)			5日間(月～金)			6日間(月～土)			月	火	水	木	金	土
	通常価格	カット金額	早ブチ価格	通常価格	カット金額	早ブチ価格	通常価格	カット金額	早A価格	通常価格	カット金額	早A価格						
2人用	5,140円	162円	5,302円	6,026円	248円	6,274円	5,695円	324円	6,019円	6,780円	367円	7,147円	86円	43円	32円	86円	54円	64円
3人用	6,426円	270円	6,696円	7,538円	367円	7,905円	7,119円	432円	7,551円	8,475円	486円	8,961円	108円	54円	43円	108円	75円	86円
4人用	8,197円	378円	8,575円	9,622円	486円	10,108円	9,083円	540円	9,623円	10,814円	604円	11,418円	129円	64円	54円	129円	86円	108円

10/22日号のカット野菜は以下の内容でお届け致します。

※食彩Bメニューの代金にカット価格がプラスされます。

早ブチママ						
日付	メニュー	材料	カット方法	2人用	3人用	4人用
10/22(月)	チキン竜田の薬味じょうゆ ベーコンと野菜のバス入りスープ	青葱 玉葱	小口 スライス	少々 80g	少々 120g	少々 160g
10/23(火)	ひき肉とキャベツの みそ炒め	キャベツ 玉葱 人参	角切 スライス 細切	310g	460g	620g
10/24(水)	豚肉のマヨネーズ焼き かにかお揚げの和風サラダ	玉葱 大根	スライス 細切	80g 100g	120g 150g	160g 200g
10/25(木)	かつおの漬け丼 ふわふわ卵の甘酢あん	玉葱 人参	スライス 細切	80g 30g	120g 40g	160g 60g
10/26(金)	ちから餅汁	白菜 人参	角切 半月又銀杏	140g	210g	280g
10/27(土)	パンキョウライカレー かに風味コースロー	かぼちゃ 玉葱 キャベツ	角切 みじん 千切	150g 40g 100g	220g 60g 150g	300g 80g 200g

早A 定番メニュー						
日付	メニュー	材料	カット方法	2人用	3人用	4人用
10/22(月)	牛肉とほうれん草の たまご炒め	じゃがいも 玉葱	半月又輪切 スライス	160g 80g	240g 120g	320g 160g
10/23(火)	豚しゃぶと白菜のはさみ蒸し ごぼうのおかか炒り	白菜 ごぼう	角切 斜めスライス	200g 60g	300g 90g	400g 120g
10/24(水)	すくい豆腐のあんかけ	玉葱 人参	スライス 細切	120g	180g	240g
10/25(木)	鶏肉とさつま芋の 香味だれ 大根のあつさり煮 キャベツと青菜のお浸し	れんこん さつまいも 大根 人参 キャベツ	銀杏 半月又銀杏 乱切 乱切 角切	70g 100g 240g 150g	100g 150g 360g 220g	130g 200g 480g 300g
10/26(金)	豚肉と白菜の かき油炒め みそ汁	白菜 人参 玉葱	角切 短冊 スライス	230g 80g	340g 120g	460g 160g
10/27(土)	かぼちゃの ペンネグラタン	かぼちゃ 玉葱	スライス スライス	180g	270g	360g

早B 食彩メニュー						
日付	メニュー	材料	カット方法	2人用	3人用	4人用
10/22(月)	豚肉と根菜の こつくり煮	れんこん ごぼう 人参	乱切 斜めスライス 乱切	200g	300g	400g
	みそ汁	白菜	角切	100g	150g	200g
10/23(火)	ふわふわ卵の 野菜炒め	キャベツ 玉葱 人参	角切 スライス 半月又銀杏	260g	380g	520g
10/24(水)	ザーサイ入り中華スープ	玉葱	スライス	80g	120g	160g
10/25(木)	そばろ蒸し煮 さつま芋のサラダ	白菜 人参 さつまいも	角切 半月又銀杏 角切	230g 150g	340g 220g	460g 300g
10/26(金)	ふわ豆腐の 親子とじ キャベツのすだち酢	玉葱 人参 キャベツ	スライス 短冊 角切	120g 150g	180g 220g	240g 300g
10/27(土)	かぼちゃの クリームスパゲティ	かぼちゃ 玉葱	角切 スライス	150g	220g	300g

Cメニュー キットde楽						
日付	メニュー	材料	カット方法	2人用	3人用	4人用
10/22(月)		カット野菜はありません。				
10/23(火)	豆腐と白菜の そばろ煮	白菜 人参	角切 短冊	170g	250g	340g
10/24(水)	とろろ昆布のみそ汁	大根 人参	銀杏 半月又銀杏	110g	160g	220g
10/25(木)	ベーコンとポテトの 粒マスタード炒め	キャベツ 人参 ピーマン	角切 短冊 細切	190g	280g	380g
10/26(金)		カット野菜はありません。				
10/27(土)	べまで美味しい 豚ちゃんこ鍋	白菜 人参 玉葱	角切 短冊 斜めスライス	230g 50g	340g 70g	460g 100g

フチママ(早ブチ)の差替え方法

※週に1回変更可能です。

- ① フチママ(早ブチ)欄と曜日・人数欄に印をして頂き、差替え欄に差替えたい曜日番号をご記入下さい。
- ② 曜日番号は、以下の通りです。
月曜日=1 火曜日=2 水曜日=3
木曜日=4 金曜日=5 土曜日=6
- ③ 例…水曜日のAメニューと差替えたい場合
Aメニューと差替え欄に【3】と、記入します。
※A・B・Cへの差替えは同じ日の同じ人数への差替えとなり、価格はA・B・C価格となります。

カット野菜の産地一覧

品名	産地	品名	産地
キャベツ	群馬・長野・愛知・滋賀	かぼちゃ	北海道
白菜	北海道・茨城・長野	玉葱	北海道・愛知・滋賀
青葱	長野・大阪・徳島	大根	北海道・青森・岐阜
人参	北海道・青森・滋賀	じゃがいも	北海道・青森
ピーマン	北海道・高知・宮崎	ごぼう	群馬・大分・宮崎
白葱	北海道・静岡・鳥取	さつまいも	茨城・徳島・宮崎
れんこん	茨城・徳島		

＜裏面のご案内もご覧ください＞

