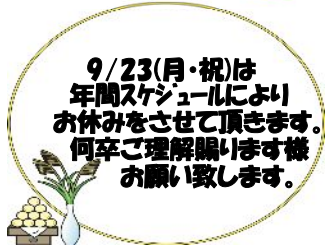


9月23日週

＜カット野菜のご案内＞ 【早7千・早A・早B・Cメニュー】 使って便利・大好評！



	早プチ価格(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)					
	4日間(火～金)			5日間(火～土)			4日間(火～金)			5日間(火～土)			月	火	水	木	金	土
	通常価格	カット金額	合計金額	通常価格	カット金額	合計金額	通常価格	カット金額	合計金額	通常価格	カット金額	合計金額						
2人用	4,210円	110円	4,320円	5,140円	160円	5,300円	4,580円	220円	4,800円	5,720円	250円	5,970円	0円	70円	110円	70円	130円	70円
3人用	5,270円	200円	5,470円	6,430円	260円	6,690円	5,720円	310円	6,030円	7,140円	350円	7,490円	0円	90円	140円	90円	170円	90円
4人用	6,720円	280円	7,000円	8,200円	350円	8,550円	7,300円	390円	7,690円	9,110円	440円	9,550円	0円	110円	170円	110円	200円	110円

9/23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7千ママ						
日付	メニュー	材料	カット方法	2人用	3人用	4人用
9/23(月)	年間スケジュールによりお休みさせていただきます。					
9/24(火)	ねぎとろ丼	青葱	小口	少々	少々	少々
	ふんわりなら玉の甘酢ソース	玉葱	スライス	80g	120g	160g
9/25(水)	らくらく！八宝菜	白菜	角切	200g	300g	400g
	大根ナムル	大根	銀杏	100g	150g	200g
9/26(木)	チーズキンカツ	キャベツ	千切	100g	150g	200g
	具だくさんなめこ汁	人参	半月又銀杏	30g	40g	60g
9/27(金)	カット野菜はありません。					
9/28(土)	ちゃんこ鍋	白菜 大根 人参	角切 銀杏 半月又銀杏	340g	510g	680g

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
9/23(月)	年間スケジュールによりお休みさせていただきます。					
9/24(火)	すくい豆腐のあんかけ	人参	細切	30g	40g	60g
9/25(水)	キャベツとハムの和風炒め	キャベツ 玉葱	角切 スライス	230g	340g	460g
9/26(木)	温玉のつけなすの肉みそ丼	玉葱	みじん	50g	75g	100g
	すまし汁	大根	短冊	100g	150g	200g
9/27(金)	あじのり塩ガーリックフライ	キャベツ	千切	100g	150g	200g
	じゃが芋のうま煮	じゃがいも 玉葱 人参	乱切 スライス 乱切	280g	420g	560g
9/28(土)	えび味噌クリームパスタ	玉葱	スライス	80g	120g	160g

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
9/23(月)	年間スケジュールによりお休みさせていただきます。					
9/24(火)	ピリ辛野菜炒め	玉葱	スライス	80g	120g	160g
	かぼちゃのみそ汁	かぼちゃ	スライス	100g	150g	200g
9/25(水)	お肉やわらか！ ビーフシチュー	じゃがいも 人参 玉葱	乱切 乱切 スライス	200g	300g	400g
9/26(木)	白身魚と野菜の甘酢あん	玉葱	角切	80g	120g	160g
	白菜と生姜の中華スープ	人参	乱切	40g	60g	80g
9/27(金)	豚肉のチーズ生姜焼き	キャベツ	千切	100g	150g	200g
	大根と枝豆がんものあつさり煮	大根	乱切	240g	360g	480g
	さつま芋のごまよごし	人参	乱切			
9/28(土)	サラダ'	さつま芋	角切	160g	240g	320g
	鶏肉ときのこのパエリア	玉葱	スライス	50g	75g	100g
		人参	みじん	30g	45g	60g



7千ママ(早7千)の差替え方法

※週に1回変更可能です。

- ① プチママ(早プチ)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。



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
9/23(月)	年間スケジュールによりお休みさせていただきます。					
9/24(火)	中華風コンソープ	白菜 人参	角切 短冊	170g	250g	340g
9/25(水)	刻み昆布と大根の炒り煮	大根 人参	半月又銀杏 半月又銀杏	110g	160g	220g
9/26(木)	カット野菜はありません。					
9/27(金)	6品目のクリームシチュー	キャベツ 玉葱 人参	角切 スライス 短冊	260g	380g	520g
9/28(土)	ひき肉とポテのバターじょうゆ炒め	玉葱 人参	スライス 半月又銀杏	110g	160g	220g

カット野菜の産地予定一覧			
品名	産地	品名	産地
キャベツ	北海道・長野・群馬・滋賀	青葱	長野・大阪・徳島
じゃがいも	北海道	玉葱	北海道・愛知・兵庫・愛媛
かぼちゃ	北海道・石川	人参	北海道・滋賀・兵庫
大根	北海道・青森・新潟・岐阜	さつま芋	茨城・徳島・宮崎
白菜	群馬・長野・山梨		

＜裏面のご案内もご覧ください＞

