

8月7日・8月14日週 合併号

<カット野菜のご案内>

【早7チ・早A・Cメニュー】使って便利・大好評!

8/7週	8/7週 早プチ価格(税込価格)						8/7週 早A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)		
	通常価格	カット金額	早プチ価格	通常価格	カット金額	早プチ価格	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	270円	5,410円	6,026円	291円	6,317円	5,594円	270円	5,864円	6,652円	270円	6,922円
3人用	6,426円	378円	6,804円	7,538円	410円	7,948円	6,976円	378円	7,354円	8,305円	378円	8,683円
4人用	8,197円	486円	8,683円	9,622円	529円	10,151円	8,910円	486円	9,396円	10,605円	486円	11,091円

8/14週	8/14週 早プチ価格(税込価格)						8/14週 早A価格(税込価格)					
	3日間(水~金)			4日間(水~土)			3日間(水~金)			4日間(水~土)		
	通常価格	カット金額	早プチ価格	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	通常価格	カット金額	早A価格
2人用	3,088円	216円	3,304円	4,114円	216円	4,330円	3,369円	162円	3,531円	4,482円	205円	4,687円
3人用	3,866円	324円	4,190円	5,151円	324円	5,475円	4,190円	270円	4,460円	5,583円	324円	5,907円
4人用	4,935円	432円	5,367円	6,566円	432円	6,998円	5,356円	378円	5,734円	7,138円	442円	7,580円

8/7週 早7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
8/7(月)	チキン南蛮	キャベツ	千切	100g	150g	200g
	五目ひじき	ごぼう 人参	斜めスライス 半月又銀杏	80g	110g	160g
8/8(火)	ポーケケチャップ	玉葱	スライス	80g	120g	160g
	パジルマヨポテサラダ	じゃがいも 人参	半月又銀杏 半月又銀杏	190g	280g	380g
8/9(水)	カット野菜はありません。					
8/10(木)	ピーマンの肉詰め	玉葱	みじん	40g	60g	80g
	大根のあっさり煮	大根 人参	乱切 乱切	240g	360g	480g
8/11(金)	めかじきのごま照り	かぼちゃ	スライス	100g	150g	200g
	おかず汁	キャベツ 人参	角切 半月又銀杏	130g	190g	260g
8/12(土)	ペーコンの梅バターパスタ	玉葱	スライス	80g	120g	160g

8/7週 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
8/7(月)	うま塩豚汁	白菜	角切	210g	310g	420g
		玉葱 人参	スライス 半月又銀杏			
8/8(火)	おろし牛丼 野菜炒めのたまご包み	玉葱	スライス	80g	120g	160g
		人参	細切	30g	40g	60g
8/9(水)	豚肉の生姜焼き かぼちゃと水菜のサラダ	キャベツ	角切	190g	280g	380g
		人参	短冊			
8/10(木)	そぼろ肉じゃが	じゃがいも	乱切	280g	420g	560g
		玉葱 人参	スライス 乱切			
8/11(金)	チキンのスイートソース	白菜	角切	150g	220g	300g
8/12(土)	カット野菜はありません。					

8/7週 Cメニュー キットde菜						
日付	メニュー	材料	カット方法	2人用	3人用	4人用
8/7(月)	カット野菜はありません。					
8/8(火)	カット野菜はありません。					
8/9(水)	コンソメスープ	玉葱	スライス	110g	160g	220g
		人参	半月又銀杏			
8/10(木)	とっときひじき煮	大根	銀杏	110g	160g	220g
		人参	半月又銀杏			
8/11(金)	カット野菜はありません。					
8/12(土)	塩回鍋肉	キャベツ	角切	270g	400g	540g
		玉葱	スライス			
		人参	短冊			
		ピーマン	細切			

8/14週 早7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
8/16(水)	鶏肉のすりおろし生姜焼き いり豆腐	かぼちゃ	スライス	100g	150g	200g
		ごぼう 人参	斜めスライス 半月又銀杏			
8/17(木)	豚バラの スタミナ肉じゃが	じゃがいも	乱切	360g	540g	720g
		玉葱	スライス			
		人参	乱切			
8/18(金)	かに風味コルスロー ウインナーと白菜の ミルクスープ	キャベツ	千切	100g	150g	200g
		白菜 玉葱 人参	角切 スライス 半月又銀杏			
8/19(土)	カット野菜はありません。					

8/14週 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
8/16(水)	鶏肉とカシューナッツの かき油炒め	玉葱	角切	120g	180g	240g
		人参	半月又銀杏			
8/17(木)	ペーコンと野菜の レンジ蒸し	キャベツ	角切	100g	150g	200g
		白菜 人参	角切 スライス			
8/18(金)	牛肉のにんにくしょうゆ焼き 粉ふき煮	人参	細切	30g	40g	60g
		人参	細切			
8/19(土)	夏野菜のキーマカレー	じゃがいも	乱切	160g	240g	320g
		かぼちゃ 玉葱	スライス スライス			

8/14週 Cメニュー キットde菜						
日付	メニュー	材料	カット方法	2人用	3人用	4人用
8/16(水)	カット野菜はありません。					
8/17(木)	カット野菜はありません。					
8/18(金)	焼きちくわと 白菜のあっさり煮	白菜	角切	230g	340g	460g
		人参	短冊			
		白葱	斜めスライス			
8/19(土)	カット野菜はありません。					



◆ 8/14号はプチママ・早プチママの差替えができません。何卒ご了承ください。

お盆休みのご案内

※誠に勝手ですが  
8月12日(土)~8月15日(火)まで  
お盆休みとさせていただきます。

注意

◆8月7日号・8月14日号は  
ご注文〆切が同日  
(8月2日(水) 17時迄)  
となります。

※消費期限はお届け日を含めて2日です。  
冷蔵保存の上、お早めにお召し上がり下さい。

品名	産地
大根	北海道・青森
玉ねぎ	北海道・滋賀・愛知 兵庫・徳島
じゃがいも	北海道・茨城・静岡 広島・長崎
かぼちゃ	岡山・長崎・鹿児島
白菜	茨城・長野・滋賀
キャベツ	長野・群馬・愛知・滋賀・宮崎
人参	北海道・青森・愛知・滋賀
ごぼう	大分・宮崎・鹿児島
ピーマン	高知・宮崎・大分
白葱	静岡・鳥取・大分