

おかげさまで創業47年を迎えることができました

周年記念メニュー



47年分の「ありがとう」を込めて。これまで共に歩んでくださった皆様へ、他では味わえないオリジナルプレミアム食材をこの6日間に凝縮しました。今だけの感謝価格で贈る、47年目の自信作です。皆様の食卓が、たくさんの笑顔で満たされますように。

※ご注文は別紙OCR用紙にご記入下さい。	月～金5日間コース	A 6日間 ステーキ	B 6日間 ミックスフライ	どちらも食べたい! C ステーキ&ミックスフライ	7日間特別価格	割引値
2人用	6,980円(税込)	9,440円(税込)	8,540円(税込)	11,000円(税込)	10,500円(税込)	500円
3人用	8,840円(税込)	12,200円(税込)	10,990円(税込)	14,350円(税込)	13,650円(税込)	700円
4人用	11,100円(税込)	15,340円(税込)	13,780円(税込)	18,020円(税込)	17,120円(税込)	900円

6/8 和豚もちぶた豚しゃぶサラダ
豆腐ステーキ・花麩のすまし汁
●エネルギー673kcal ●蛋白質30.6g ●脂質56.9g ●炭水化物13.8g ●食塩相当量4.2g ○花麩・小麦使用



6/9 水温造り銀鮭の塩焼き
鶏肉と野菜の炒め物・こんにやくのきんぴら
●エネルギー298kcal ●蛋白質24.7g ●脂質14.4g ●炭水化物15.0g ●食塩相当量3.9g



6/10 ハンバーグステーキ
温泉卵のサラダ・コンソメスープ
●エネルギー474kcal ●蛋白質26.4g ●脂質31.4g ●炭水化物27.0g ●食塩相当量5.2g
○温泉卵…卵使用 ○ハンバーグヴィアンド…小麦・乳成分・卵使用



6/13 A セーフティビーフブロースステーキ
オニオンスープ ●エネルギー503kcal ●蛋白質33.5g ●脂質28.5g ●炭水化物22.2g ●食塩相当量4.6g
お届けは6/12金



6/13 B がんこ職人の贅沢ミックスフライ
具だくさんみそ汁
●エネルギー628kcal ●蛋白質27.3g ●脂質42.4g ●炭水化物38.3g ●食塩相当量2.9g
○がんこ職人のアジフライ…小麦・卵使用 ○がんこ職人のジャンボエビフライ…小麦・えび使用 ○タルタルソース…小麦・卵使用



6/11 価値卵のダブル親子丼
かに風味スパサラダ・たたき胡瓜
●エネルギー549kcal ●蛋白質35.3g ●脂質34.8g ●炭水化物37.3g ●食塩相当量5.2g ※ご飯の栄養量は含まれません。
○スパゲティ…小麦使用 ○かに風味がまほこ…小麦・かに・卵使用 ○卵…卵使用



6/12 豪華海鮮八宝菜
和豚もちぶた餃子・もやしのナムル
●エネルギー362kcal ●蛋白質24.2g ●脂質12.5g ●炭水化物39.1g ●食塩相当量4.4g ○むきえび…えび使用 ○うま煮ソース…小麦使用 ○和豚もちぶた餃子…小麦使用



6/8 和豚もちぶた豚しゃぶサラダ 豆腐ステーキ 花麩のすまし汁

調理時間 約30分

手順: 花麩のすまし汁→豆腐ステーキ→和豚もちぶた豚しゃぶサラダ 消費期限: 6/10(水)

作り方	材料	2人用	3人用	4人用
和豚もちぶた豚しゃぶサラダ 下ごしらえ ⑦で使用する湯を沸かす ① 葉野菜…ちぎる ミノトマト…くし形切り ② 湯に酒少々を加え、食べやすく切った豚肉をゆでて冷ます。 ③ ①、②を盛り、白ごま、⑤を合わせてかける。	豚バラ薄切り肉 しゃぶしゃぶ用(冷蔵) 酒 ミノトマト(冷蔵) 葉野菜(冷蔵) 白ごま さとう 酢 しょうゆ	240g 適量 2コ 適量 1袋 大1 大2% 大1%	360g 適量 3コ 適量 %袋 大1% 大4 大2%	480g 適量 4コ 適量 %袋 大2 大5% 大2%
豆腐ステーキ ① 豆腐…1人3切当てに切る 細葱…小口切り 電子レンジで簡単水切り: 耐熱器の上に乾いたキッチンペーパーなどを敷き、豆腐を重ねないように並べます。1パックで約2分~2分30秒(500w) ② フライパンに油を熱して豆腐を焼き、盛る。 ③ フライパンの汚れを拭き取り、⑤を入れて火にかけて、煮立ったら豆腐にかけ、細葱を散らす。	豆腐(冷蔵) 油 バター+マーガリン しょうゆ 細葱(冷蔵)	1パック 大% 大% 大1 大1% 大2 少々	1%パック 大% 大1 大1% 大2 少々	2パック 大1 大1% 大2 大2% 少々
花麩のすまし汁 下ごしらえ ⑦わかめ…水につけて戻し、食べやすく切る 花麩…ぬるま湯につけて戻し、軽く水気を絞る ① 鍋に⑤を煮立て、⑦を加えてざっと煮る。	花麩 塩蔵わかめ(冷蔵) だし汁 塩 しょうゆ みりん	4コ 適量 300ml 小% 大% 小1	6コ 適量 450ml 小% 大% 大1% 大%	8コ 適量 600ml 小% 大1 大% 大%

6/12 豪華海鮮八宝菜 和豚もちぶた餃子 もやしのナムル

調理時間 約30分

手順: もやしのナムル→和豚もちぶた餃子→豪華海鮮八宝菜 消費期限: 6/14(日)

作り方	材料	2人用	3人用	4人用
豪華海鮮八宝菜 下ごしらえ ⑦むきえび…解凍する。 ① いか…キッチンペーパーで水気を押さえ、⑦、豚肉と共に②をもみ込む。 ② 白菜…ざく切り 玉葱、たけのこ…薄切り 人参…短冊切り ピーマン…乱切り ③ うま煮ソース、水を合わせる。 ④ フライパンに油を熱して①、②の順に炒め、火が通ったらよく混ぜた③を加えてとろみがつくまで炒め合わせ、お好みでごま油を振る。	むきえび(大)(冷凍) いか鹿の子短冊(冷凍) 豚コマ(冷蔵) 酒・しょうゆ・片栗粉 白菜(冷蔵) 玉葱(冷蔵) たけのこ水煮 人参(冷蔵) ピーマン(冷蔵) 油 うま煮ソース 水 ごま油	50g 50g 50g 小1 150g 小1コ 40g 40g 1コ 大% 2袋 100ml 少々	70g 70g 70g 大% 220g 小1コ 60g 60g 1コ 大% 3袋 150ml 少々	100g 100g 100g 大% 300g 1コ 80g 80g 2コ 大1 4袋 200ml 少々
和豚もちぶた餃子 ① 熱したフライパンに油を引き、餃子を並べて薄く焼き色をつける。 ② 湯少々(餃子の高さの1/3くらいの量)を加えて蓋をして蒸し焼きにし、水気がなくなったら蓋を取り、餃子の底がカリッとするとまで焼き上げる。	和豚もちぶた餃子(タレ付)(冷蔵) 油	10コ 大% 大%	15コ 大% 大%	20コ 大1 大%
もやしのナムル ① もやし…もやしをラップで包み、電子レンジで加熱(目安として2人用約2分)→水気を切る。 ② ①を⑤で食べる。	もやし(冷蔵) 塩 ごま油	100g 小% 小1	150g 小% 小1	200g 小% 大%

6/9 氷温造り銀鮭の塩焼き 鶏肉と野菜の炒め物 こんにゃくのきんぴら

調理時間 約25分

手順: こんにゃくのきんぴら→鶏肉と野菜の炒め物→氷温造り銀鮭の塩焼き 消費期限: 6/11(木)

作り方	材料	2人用	3人用	4人用
氷温造り銀鮭の塩焼き 下ごしらえ ⑦魚…解凍する ① グリルで両面焼く(焦げやすいので注意)。	甘塩だけ(約80g)(冷蔵)	2切	3切	4切
鶏肉と野菜の炒め物 ① キャベツ…ざく切り 人参…半月切り ② フライパンに油を熱して鶏肉、①、もやしを炒め、⑤で調味する。	若鶏コマ(冷蔵) 油 キャベツ(冷蔵) もやし(冷蔵) 人参(冷蔵) 酒 塩 しょうゆ 粗びき黒こしょう	50g 大% 150g 100g 30g 大% 小% 大% 少々	70g 大% 220g 150g 40g 大% 小% 大1 少々	100g 大1 300g 200g 60g 大1 小% 大1% 少々
こんにゃくのきんぴら ① 鍋に水を沸騰させ、糸こんにゃくを入れて、2~3分下ゆでし、水気を切る。 ② フライパンにごま油を熱し、こんにゃくを入れて中火で炒める。 水分を飛ばすように2~3分しっかり炒める ③ ①と白ごまを加え、汁気が少なくなるまで炒め絡め、全体に味がなじんだら完成。	糸こんにゃく(冷蔵) ごま油 白ごま しょうゆ みりん さとう 酒	80g 大% %袋 大1 大1% 小1 大%	120g 大1 %袋 大1% 大2 大1% 大% 大%	160g 大1% 1袋 大2 大2% 大% 大%

6/13 A セーフティビーフ リブローズステーキ オニオンスープ

調理時間 約25分

手順: オニオンスープ→セーフティビーフリブローズステーキ 消費期限: 6/14(日)

作り方	材料	2人用	3人用	4人用
セーフティビーフリブローズステーキ 下ごしらえ コツ ステーキ肉は室温に戻しておく。フライパンは十分熱しておく。塩・こしょうは焼く直前に ① にんにく…半量薄切り(残りはすりおろしてソースに使用) ピーマン…食べやすく切る。 玉葱(スープにも使用)…すりおろす ② 肉の片面だけ塩・こしょう(硬いスジがあれば、スジを切る)する。 ③ ジャが芋…洗って皮付きのままラップで包み、電子レンジ加熱(目安として2コ約5分、3コ約7分、4コ約9分30秒、竹串がすっと通るまで)→十文字に切り目を入れ、バターをのせ、塩、黒こしょうを振る。 ④ フライパンに⑥の油を熱して、ピーマンを焼き、塩こしょうして盛る。 ⑤ ④のフライパンに①の油を足してにんにくを加え、香りが出たら取りだし、肉を塩こしょうした面を強火で焼く。焼き色がついたら裏返して、火を止め、酒を振り、余熱でお好みの焼き加減まで火が通ったら、にんにくと共に盛り付ける。 ⑥ ⑤のフライパンに、すりおろした残りのにんにくと玉葱を入れ、ポン酢を加えて、ざっと煮立て、かける。	リブローズステーキ(150g)(冷蔵) にんにく 塩・粗挽き黒こしょう 油 酒又赤ワイン ジャが芋 バター 塩・粗挽き黒こしょう ピーマン(冷蔵) 油 塩・こしょう 玉葱(冷蔵) 味付けポン酢	2枚 1かけ 各少々 小1 適量 2コ 大1 少々 1コ 大% 少々 小%コ 大3	3枚 2かけ 各少々 大% 適量 3コ 大1% 少々 2コ 大% 少々 %コ 大4% 大6	4枚 2かけ 各少々 大% 適量 4コ 大2 少々 2コ 大1 少々 小1コ 大6
オニオンスープ ① 玉葱(ステーキにも使用)…薄切り ② 鍋に油を熱し、①を弱火でじっくり炒め、⑤を入れて煮立ったら塩・こしょうで調味し、パセリを散らす。	玉葱(冷蔵) 油 水 コンソメ 塩 こしょう 乾燥パセリ	小%コ 大% 300ml %コ 少々 少々 %袋	%コ 大% 450ml %コ 少々 少々 %袋	小1コ 大1 600ml 1コ 少々 少々 1袋

6/10 ハンバーグステーキ 温泉卵のサラダ コンソメスープ

調理時間 約25分

手順: コンソメスープ→温泉卵のサラダ→ハンバーグステーキ 消費期限: 6/12(金)

作り方	材料	2人用	3人用	4人用
ハンバーグステーキ ① ハンバーグは凍ったまま袋ごと熱湯に入れる(パッケージ参照)。 電子レンジ調理の場合…冷凍のまま袋に4、5箇所穴を開け、耐熱皿にのせて、電子レンジで加熱(パッケージ参照)。 ② 鍋に湯を沸かし、青菜とコーンをざっとゆでて取り出す。 ③ フライパンの中に⑤を入れ、中火で軽く混ぜながら加熱し、とろみがでてきたら火をとめる。 ④ 皿に、①、②を載せ、③をかける。	ハンバーグヴィアンド130g(冷蔵) 青菜(冷蔵) カーネルコーン(冷蔵) トマトケチャップ ソース	2コ %ワ 30g 大2 大2	3コ %ワ 40g 大3 大3	4コ %ワ 60g 大4 大4
温泉卵のサラダ ① 貝割大根…根元を切って半分に切る レタス…ちぎる ② 温泉卵、①を盛り、お好みのドレッシングをかける。	温泉卵(冷蔵) 貝割大根(冷蔵) レタス(冷蔵) お好みのドレッシング	2コ %パック 適量 適量	3コ 1パック 適量 適量	4コ 1パック 適量 適量
コンソメスープ ① 大根、人参…いちよう切り ② 鍋に⑥を煮立て、①を加えて煮、火が通ったら、塩、こしょうで味を調える。	大根(冷蔵) 人参(冷蔵) 水 コンソメ 塩、こしょう	100g 30g 500ml 1コ 少々	150g 40g 750ml 1%コ 少々	200g 60g 1000ml 2コ 少々

6/11 B がんこ職人の贅沢ミックスフライ かに風味スパサラダ たたき胡瓜

調理時間 約25分

手順: たたき胡瓜→かに風味スパサラダ→価値卵のダブル親子丼 消費期限: 6/13(土)

作り方	材料	2人用	3人用	4人用
がんこ職人の贅沢ミックスフライ ① キャベツ…せん切り ② エビフライは、凍ったまま中温(170~180℃)の揚げ油で揚げる(パッケージ参照)。 ③ アジフライは、凍ったまま、中温(170~180℃)の揚げ油で揚げる(パッケージ参照)。 ④ お皿に①、②、③、ミノトマトを盛り、タルタルソースをかける。	がんこ職人のアジフライ(冷蔵) がんこ職人のジャンボエビフライ(冷蔵) タルタルソース(冷蔵) キャベツ(冷蔵) ミノトマト(冷蔵)	2枚 4尾 60g 100g 2コ	3枚 6尾 90g 150g 3コ	4枚 8尾 120g 200g 4コ
かに風味スパサラダ 下ごしらえ ⑦で使用する湯を沸かす ① スパゲティ…半分に折り、塩少々を加えた⑦で約7分ゆでる(途中、むき枝豆を加える) ② かに風味かまぼこ…半分に切り、ほぐす ③ ①、②を⑤で食べる。	スパゲティ(冷蔵) かに風味かまぼこ(冷蔵) むき枝豆(冷蔵) マヨネーズ 塩 こしょう	40g 2本 20g 大2 少々 少々	60g 2本 30g 大3 少々 少々	80g 3本 40g 大4 少々 少々
たたき胡瓜 ① 胡瓜…めん棒でたたき→乱切り ② ①を⑤で食べる。	胡瓜(冷蔵) 塩 ごま油	1本 小% 小1	1本 小% 小1	2本 小% 大%

6/11 価値卵のダブル親子丼 かに風味スパサラダ たたき胡瓜

調理時間 約30分

手順: たたき胡瓜→かに風味スパサラダ→価値卵のダブル親子丼 消費期限: 6/13(土)

作り方	材料	2人用	3人用	4人用
価値卵のダブル親子丼 ① 玉葱…薄切り ② 鍋又フライパンに⑥を煮立て、鶏肉、①を入れて火が通るまで煮る。 ③ 1人1個当りの卵黄は取っておき、残りの卵(卵白はお好みで加減)は溶きほぐし、②に流し入れて蓋をし、半熟状態で火を止めて蒸らす。 ④ 温かいご飯に③を盛り、中央に卵黄をのせる。	若鶏モモ角切り肉(冷蔵) 玉葱(冷蔵) 卵(冷蔵) だし汁 さとう しょうゆ みりん	160g 小1コ 4コ 150ml 大% 大2 大1%	240g 小1コ 6コ 220ml 大1 大3 大2	320g 1コ 8コ 300ml 大1% 大4 大2%
かに風味スパサラダ 下ごしらえ ⑦で使用する湯を沸かす ① スパゲティ…半分に折り、塩少々を加えた⑦で約7分ゆでる(途中、むき枝豆を加える) ② かに風味かまぼこ…半分に切り、ほぐす ③ ①、②を⑤で食べる。	スパゲティ(冷蔵) かに風味かまぼこ(冷蔵) むき枝豆(冷蔵) マヨネーズ 塩 こしょう	40g 2本 20g 大2 少々 少々	60g 2本 30g 大3 少々 少々	80g 3本 40g 大4 少々 少々
たたき胡瓜 ① 胡瓜…めん棒でたたき→乱切り ② ①を⑤で食べる。	胡瓜(冷蔵) 塩 ごま油	1本 小% 小1	1本 小% 小1	2本 小% 大%

※葉野菜…天候等により、サニーレタス・グリーンリーフ・フリルレタスのいずれかをお届けします。※天候異常等で入荷不可能な場合は一部材料を変更させていただく場合がございます。※電子レンジ調理は500Wを目安にしております。 ※赤字部分はご家庭でご用意ください。