

スペシャルメニュー
SPECIAL MENU

日頃の感謝を込めて、人気おかず・オリジナルメニューを特別価格で!!

11月24日 日南どりのカリカリチキン
カラフルポテトサラダ・オニオンスープ

衣がくせになる
オリジナル山賊焼き!

日南どりモモ肉 1人前 150g

●エネルギー544kcal ●蛋白質26.2g ●脂質28.9g ●炭水化物71.0g
●食塩相当量4.6g ●山賊焼のたれ…小麦使用 ●粉チーズ…乳使用

ヨシケイ プレミアム 日南どり

特別価格 でご提供いたします。

	月～金5日間コース	月～土6日間コース
2人用	5,660円 (税込)	6,640円 (税込)
3人用	7,070円 (税込)	8,300円 (税込)
4人用	9,040円 (税込)	10,600円 (税込)

※ご注文は別紙OCR用紙にご記入下さい。

作り方

調理時間 約35分

下ごしらえ

⑦ サニーレタス…食べやすい大きさにちぎる

⑧ 鶏肉…厚みを均等に開き③をもみ込む

① 片栗粉に山賊焼のたれを加え、ポロポロになるまで混ぜる。

② 汁気をきった④に①をぎゅっとまぶし付け、フライパンに多めの油(1cm位)を熱して揚げ焼き、食べやすい大きさに切り、⑦と共に盛る。

下ごしらえ

⑦ ジャガイモ、人参…いちよう切り→ゆでる(途中、コーンを加える)→熱いうちに塩、こしょうする

⑧ 胡瓜…小口切り→塩もみ→水気を絞る

① ⑦、⑧をマヨネーズであえる。

下ごしらえ

⑦ 玉葱…薄切り

① 鍋に、油を熱し、⑦をじっくり炒め、④を入れて煮立ったら、味をみて塩、黒こしょうして盛り、パセリ、粉チーズを散らす。

	材料	2人用	3人用	4人用
日南どりのカリカリチキン	若鶏モモ肉(冷蔵)	300g	450g	600g
	酒	大1/2	大1	大1 1/2
	しょうゆ	大1	大1 1/2	大2
	山賊焼のたれ	1 1/2袋	2袋	3袋
	片栗粉	1/2カップ (約60g)	3/4カップ (約90g)	1カップ (約120g)
カラフルポテトサラダ	油	適量	適量	適量
	サニーレタス又葉野菜(冷蔵)	適量	適量	適量
オニオンスープ	じゃが芋	2コ	3コ	4コ
	人参(冷蔵)	30g	40g	60g
	カーネルコーン(冷凍)	20g	30g	40g
	塩	少々	小1/4	小1/2
	こしょう	少々	少々	少々
	胡瓜(冷蔵)	1/2本	1本	1本
	マヨネーズ	大2	大3	大4
	玉葱	小1/2	小1コ	1コ
	油	大1/2	大3/4	大1
	水	300ml	450ml	600ml
	コンソメ	1/2コ	3/4コ	1コ
	塩	少々	少々	少々
	黒こしょう(あらびき)	少々	少々	少々
	乾燥パセリ	少々	少々	少々
	粉チーズ	大1/2	大3/4	大1

スペシャルメニュー
DIGEST

月	火	水	木	金	土
日南どりのカリカリチキン カラフルポテトサラダ オニオンスープ	からすがれいのみりん干し ベーコンと野菜のあっさり炒め 大根の梅あえ	麻婆豆腐 水餃子スープ 華風あえ	牛じゃが チーズオムレツ わかめと水菜のごま酢	親子丼 三色おひたし ちぎりごんにゃく	和豚もちぶた よくばりしゃぶしゃぶ

11月29日 和豚もちぶた よくばりしゃぶしゃぶ

和豚もちぶたのロース肉とバラ肉をとことん味わう贅沢しゃぶしゃぶ

和豚もちぶたよくばりしゃぶしゃぶご注文の方限定
豚肉を増量したい方に!

豚しゃぶしゃぶ用(300g)
・豚ロース薄切り肉
しゃぶしゃぶ用150g
・豚バラ薄切り肉
しゃぶしゃぶ用150g

特別価格 820円 (税込)

●エネルギー547kcal ●蛋白質30.5g
●脂質39.0g ●炭水化物16.3g ●食塩相当量0.2g

ロース肉
きめ細かサレ
柔らかな肉質
和豚もちぶたの
旨みが絶品!

バラ肉
脂身と赤身が
三層に重なり脂の
甘み特徴

ヨシケイ プレミアム 和豚もちぶた 生とうふ

作り方

調理時間 約20分

和豚もちぶたよくばりしゃぶしゃぶ

① 鍋に水、だし昆布を入れて火にかける(昆布は沸騰直前に取り出す)

② 豆腐…水気をきり、食べやすく切る

えのき茸…根元を落とす

白菜、水菜…ざく切り

太葱…斜め薄切り

人参…ピーラーで薄切り

豚肉…大きければ食べやすく切る

③ ①が沸騰したら、お好みの具材を加えて火を通し、箸で肉を取ってさつと色が変わる程度に振り動かし、お好みのたれにつけていただく。

材料	2人用	3人用	4人用
豚ロース薄切り肉しゃぶしゃぶ用(冷蔵)	120g	180g	240g
豚バラ薄切り肉しゃぶしゃぶ用(冷蔵)	120g	180g	240g
豆腐(冷蔵)	1パック	1パック	1 1/2パック
えのき茸(冷蔵)	1/2袋	1袋	1袋
白菜(冷蔵)	200g	300g	400g
太葱(冷蔵)	1/2本	1/2本	1本
人参(冷蔵)	小1本	小1本	1本
水菜(冷蔵)	1/4ワ	1/2ワ	1/2ワ
だし昆布	3g	6g	6g

ヨシケイ プレミアム

毎週のメニューで使用しています

今月のピックアップ 1/27(木)、28(金)卵に使用!!

ヨシケイの卵は水・エサ・空気(環境)にこだわった新鮮たまご

価値卵

直営農場では、エサにはトウモロコシ主体のオリジナル配合の植物性飼料に、飲み水には人間の体にも良い電子イオン水を与え、緑豊かな山の中ですくすく育った親鶏が産んだたまごです。

ビタミンE 一般卵の約8倍

葉酸 一般卵の約2倍

新鮮で安全性の高い卵

直営農場で生産された卵を自社のたまごセンターでたまごの洗浄・品質検査(最新鋭の機械と人の目でチェック)→パック詰め→出荷するので、「新鮮・安心・安全」な卵をお届けできるのです。

元気な卵の証

元気な鶏の卵はからの強さや白身の弾力からも一目瞭然。ゆでたまごにすると「うす皮」がむきにくくなるのは新鮮な卵の証です。

ヨシケイ 福山

HEALTHY・VEGETABLE 適地適作野菜

※季節・天候により産地が異なる場合があります。

品名	産地	品名	産地	品名	産地	品名	産地
じゃがいも	北海道	かぼちゃ	メキシコ	細葱	岡山	舞茸	新潟
人参	鳥取・長崎	白菜	茨城・岡山	青梗菜	広島	オクラ	フィリピン・タイ
玉葱	北海道	なす	高知	レモン	アメリカ・チリ	なめこ	長野
ほうれん草	北海道・青森	生姜	熊本	ブロッコリー	香川・鳥取	セロリ	長野
ほうれん草	熊本・福岡	大根	鳥取	グリーンアスパラ	兵庫・福岡・香川	重曹	愛媛
なす	岡山	キャベツ	長崎	グリーンアスパラ	兵庫・福岡・香川	長芋	北海道・青森
なす	香川	えのき	愛知・香川	ミニトマト	熊本・岡山	アボカド	メキシコ
トマト	長野・熊本	ピーマン	高知・鹿児島	貝割大根	広島・福岡	れんこん	岡山
にんじく	青森	パセリ	福岡	小松菜	広島	ラディッシュ	高知
レタス	兵庫・福岡・香川	にら	高知	サラダ水菜	高知・福岡	かぶ	千葉・徳島
						レッドオニオン	北海道

お申し込み・お問い合わせは

つくる人から笑顔に。 お客様相談窓口 YOSHIKE! 0120-314545

ヨシケイ福山 0120-314545

ヨシケイ尾道 0120-745000

ヨシケイ三原 0120-374491

ヨシケイ倉敷 0120-374491

ヨシケイ府中 0120-449125

ヨシケイ鴨方 0120-375539

アレルギー表示変更のお知らせ

「すまいるごはん、ラビュ、スペシャルメニュー」は全国統一メニューのため、メニューのアレルギー表示が、一部地域仕入商品と異なる場合がありますので、以下に変更させていただきます。ご了承ください。

【フチママ】1/25(火) がんもどき …… 小麦

【キットde菜】1/28(金) がんもどき …… 小麦

【フリー】1/26(水) がんもどき …… 小麦

【ラビュバリエ】1/26(水) かき油・オースターソース …… 未使用

【ラビュクイック】1/26(水) 青じりかえりのごま醤油フライ(冷凍)… 小麦