

2022 12月12日
お申込締切日 12.7 17:00まで

今年最後の/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!!

特別価格		でご利用いただけます。	
	月～金5日間コース	月～土6日間コース	
2人用	6,000円 (税込)	7,050円 (税込)	
3人用	7,500円 (税込)	8,810円 (税込)	
4人用	9,590円 (税込)	11,250円 (税込)	

※ご注文は別紙OCR用紙にご記入下さい。

スペシャルメニュー
DIGEST
ダイジェスト



12月12日

やみつきチキンカツ

マカロニサラダ・みそ汁

揚げただけのチキンカツ！
甘辛味のソースがクセになる美味しさ♪

今月のピックアップ
ヨシケイプレミアム
日南どり
価値卵
ポークハム

●エネルギー402kcal ●蛋白質22.4g ●脂質23.5g ●炭水化物31.5g ●食塩相当量3.4g
●若鶏ムネ肉パン粉付…小麦・乳成分使用 ●焼き肉のたれ…小麦使用 ●マカロニ…小麦使用 ●ポークハム…乳成分・卵使用

調理時間 約35分

作り方

やみつきチキンカツ

下ごしらえ
⑦ キャベツ…せん切り

① たれ(お好みで加減)、②を合わせる。
② カツは凍ったまま、中温(170～180℃)の揚げ油で時々返しながら揚げ、食べやすく切って⑦、ミニトマトと共に盛る。
①をかけ、ごまを散らす。
お好みでマヨネーズをつけても♪

マカロニサラダ

下ごしらえ
⑦ 卵…水からゆでる(沸騰後約10分)→流水につけてさます→乱切り
ハム…短冊切り
① マカロニ…塩少々を加えた熱湯で約4分ゆでる(途中、むき枝豆を加える)

みそ汁

下ごしらえ
⑦ 油揚げ…短冊切り

① 鍋にだし汁を煮立てて⑦、シメジを煮、みそを溶かし入れる。

材料	2人用	3人用	4人用
若鶏ムネ肉パン粉付(100g)(冷蔵)	2枚	3枚	4枚
揚げ油	適量	適量	適量
焼き肉のたれ	1½袋	2袋	3袋
さとう	少々	少々	少々
ごま油	少々	少々	少々
黒こしょう(あらびき)			
白ごま	½袋	¾袋	1袋
キャベツ(冷蔵)	100g	150g	200g
ミニトマト(冷蔵)	2コ	3コ	4コ
マカロニ	40g	60g	80g
ポークハム(冷蔵)	2枚	2枚	3枚
卵(冷蔵)	1コ	2コ	2コ
むき枝豆(冷蔵)	20g	20g	30g
マヨネーズ	大2	大3	大4
塩	少々	少々	少々
こしょう	少々	少々	少々
油揚げ(冷蔵)	½枚	1枚	1枚
カットブナシメジ(冷蔵)	½袋	½袋	1袋
だし汁	300ml	450ml	600ml
みそ	大1½	大2	大2½

今月のピックアップ 12/12(月)・12/13(火)・12/16(金)に登場!!

ヨシケイプレミアム

日南どり

(食彩以外の全メニューで使用)

一般の鶏に比べ
ビタミンEが 2.5倍

ビタミンEを含んだオリジナル飼料で「おなかの中から健康に」がキーワードの元気チキン。脂肪を減らし、旨みを引き出したワンランク上のチキンです。

モモ肉 足の付根からモモの部分の肉

程よく脂肪分があり、たんぱく質に加え、鉄分、ビタミンB2も多い部分です。
ジューシーでコクと旨味が味わえるため、照焼や唐揚げ、煮物などにおすすめです。

開放鶏舎 太陽光が入る広い開放鶏舎で、ゆったりとしたスペースを与えられ、ストレスなく育っています。

飼育期間 一般のブロイラーに比べ、じっくりと時間をかけて育てています。

12月17日 土

和豚もちぶた厚切りチャーシュー丼

青菜の二色和え・わかめと大根のみそ汁

ちょっとひと手間で
絶品チャーシュー

チャーシュー丼をご利用の方限定
豚肉を増量したい方に!

豚肩ロース固まり肉(冷蔵) 300g 特別価格 780円(税込)

●エネルギー556kcal ●蛋白質34.9g ●脂質34.4g ●炭水化物23.7g
●食塩相当量5.2g ※ごはんの栄養量は含まれません。
●やさしい旨だし…小麦使用

満足度No.1 豪華

ヨシケイプレミアム
和豚もちぶた 価値卵

おいしく召し上がるコツ
肉の繊維に対して垂直に切る。

調理時間 約45分

作り方

和豚もちぶた厚切りチャーシュー丼

下ごしらえ
⑦ 卵…ゆでる(沸騰後約6分)
① 生姜…皮付きのまま薄切り 太葱…ぶつ切り
② 貝割大根…根元を切って半分に切る

① フライパンに油を熱して強めの火で豚肉の表面を焦げ目がつく程度に焼く
② 鍋に①、⑦をいれ、沸騰したら①を加えて蓋をし、弱火～中火で約30分煮る。
③ ②の肉を返して⑦を加え更に10分煮る。
④ 丼に温かいご飯を盛り、食べやすく切った豚肉、半分に切った卵をのせ、煮汁をかけて貝割大根をのせ、お好みで練りからしを添える。

青菜の二色和え

下ごしらえ
⑦ 青菜…ざく切り 人参…細切り

① ⑦を共にゆでて、水に取り、水気を絞る。
② ①を旨だしであえる。

わかめと大根のみそ汁

下ごしらえ
⑦ わかめ…水につけて戻し、食べやすく切る。
① 大根…短冊切り

① 鍋にだし汁、①を入れて煮、火が通ったら、⑦加えてさつと煮、みそを溶かし入れる。

材料	2人用	3人用	4人用
豚肩ロース固まり肉(冷蔵)	240g	360g	480g
油	大½	大¾	大1
太葱(冷蔵)	1/2本	1/2本	1本
生姜	1/2かけ	1/2かけ	1かけ
水	80ml	120ml	160ml
さとう	大3	大4½	大6
酒	大2	大3	大4
しょうゆ	60ml	90ml	120ml
貝割大根(冷蔵)	1/2パック	1パック	1パック
卵(冷蔵)	2コ	3コ	4コ
練りからし			
青菜(冷蔵)	½ワ	2/3ワ	1ワ
人参(冷蔵)	30g	40g	60g
やさしい旨だし	1½袋	2袋	3袋
塩蔵わかめ(冷蔵)	適量	適量	適量
大根(冷蔵)	100g	150g	200g
だし汁	300ml	450ml	600ml
みそ	大1½	大2	大2½

お届け日までこのチラシを保管しておいてね!