

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。

調理時間 約35分

作り方

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
カラフルポテトサラダ	片栗粉	1/2カップ (約60g)	3/4カップ (約90g)	1カップ (約120g)
	油	適量	適量	適量
	サニーレタス又は野菜(冷蔵)	適量	適量	適量
	じゃが芋	2コ	3コ	4コ
オニオンスープ	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
オニオンスープ	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
オニオンスープ	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
オニオンスープ	乾燥パセリ	少々	少々	少々
	粉チーズ	大1/2	大3/4	大1

ヨシケイ プレミアム

毎週のメニューで使用しています

宮崎県の南国情緒豊かな環境で育った鶏が産んだ卵です。

価値卵

ヨシケイの卵はエサにこだわった新鮮卵。植物性のエサを配合することにより生臭さが抑えられています。

ビタミンE 一般卵の約5倍

全卵100g当たりの数値比較

こだわりポイント

エサにはトウモロコシ主体の植物性飼料に海藻粉末を加えることでミネラルとビタミンが増え、さらに木酢液+樹皮炭を入れることで卵独特の臭みが少なく、更に吸着効果によりサルモネラ菌を鶏の体内から糞便と共に排出させる効果があります。

木酢液(もくさくえき)とは

炭を焼く際に、窯から出る煙と水蒸気が長い煙突を通る間に冷え液体となります。この液体を蒸留させたものが木酢液です。木酢液には250～300種類ものミネラルや有機成分が含まれているといわれています。

冷却 → ガス → 低温乾燥 → 炭化

粗木酢液 → 樹皮 → 粉砕

精製 → 木酢液 → 炭+樹皮炭 → 樹皮炭

スペシャルメニュー DIGEST

ダイジェスト

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

ロース肉
きめ細かすれ
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
甘みが特徴

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

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

豚ロース薄切り肉しゃぶしゃぶ用(冷蔵)

豚バラ薄切り肉しゃぶしゃぶ用(冷蔵)

豆腐(冷蔵)

えのき茸(冷蔵)

白菜(冷蔵)

太葱(冷蔵)

人参(冷蔵)

水菜(冷蔵)

だし昆布

2人用

3人用

4人用

120g

180g

240g

120g

180g

240g

1パック

1パック

1 1/2パック

1/2袋

1袋

1袋

200g

300g

400g

1/2本

1/2本

1本

小1本

小1本

1本

1/4ワ

1/2ワ

1/2ワ

3g

6g

6g

お届け日までこのチラシを保管しておいてね!

すまいるごはん、ラビュ、スペシャルメニューを3セット以上をご利用の方に

精米したてを
お届けします。
令和3年
広島県高野町産こしひかり(2kg)

通常価格 1,166円

特別価格 850円 (税込)

お一人様3袋までOKです。

お申し込み・お問い合わせは

ヨシケイ北大阪

0120-449125

072-652-0586

摂津営業所

0120-927651

06-6195-1870

池田営業所

0120-074491

072-735-7907

豊中営業所

0120-889660

06-6868-8566

アレルギー表示のお知らせ

「すまいるごはん、ラビュ」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。ご了承下さい。

【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・かき油・ごま油・揚げ油(冷凍)… 小麦