

スペシャルメニュー
SPECIAL
MENU

スペシャル
メニュー
DIGEST
ダイジェスト

月



和豚もちぶた
肩ロースの生姜焼き

火



骨取り赤魚の
みりん干し

水



ハンバーグステーキ

木



八宝菜

金



照り焼きチキン

土



和豚もちぶたの
ごま酢しゃぶ

5月9日

和豚もちぶた
肩ロースの生姜焼き
大根のあっさり煮・みそ汁

焼くだけ簡単!!
豪華メニュー!!



ヨシケイ
プレミアム

和豚もちぶた

●エネルギー509kcal ●蛋白質29.6g ●脂質30.0g ●炭水化物27.7g
●食塩相当量4.9g ●和豚もちぶた肩ロース薄切り肉生姜醤油漬…小麦使用
●焼く…小麦・卵使用

特別価格

	月～金5日間コース	月～土6日間コース
2人用	5,830円(税込)	6,840円(税込)
3人用	7,280円(税込)	8,550円(税込)
4人用	9,310円(税込)	10,920円(税込)

※ご注文は別紙OCR用紙にご記入下さい。

調理時間
約30分

作り方

和豚もちぶたの肩ロースの生姜焼き

下ごしらえ

⑦ 豚肉を解凍しておく
⑧ 玉葱…薄切り
青葱…ざく切り

① フライパンに油を熱し、⑧、⑨を炒め、塩、こしょうして盛る。
② 続いて豚肉を焼き、火が通ったら①に盛る。

大根のあっさり煮

下ごしらえ

⑦ 焼くわ、大根、人参…乱切り

① 鍋に⑧、⑨を入れ、蓋をして中火で煮る。

みそ汁

下ごしらえ

⑦ 油揚げ…食べやすく切る

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
和豚もちぶた 肩ロース薄切り 生姜醤油漬(冷蔵) 青葱(冷蔵) 玉葱 カーネルコーン(冷蔵)	240g 1/2ワ 小1コ 20g	360g 1/2ワ 小1コ 30g	480g 1/2ワ 1コ 40g
油 塩 こしょう	大1/2 少々 少々	大1/2 少々 少々	大1 少々 少々
焼くわ(冷蔵) 大根(冷蔵) 人参(冷蔵) だし汁 塩 酒 しょうゆ	1本 200g 40g 170ml 少々 大1/2 小1/2	1本 300g 60g 220ml 小1/2 大1/2 小1	2本 400g 80g 300ml 小1/2 大1 大1/2
油揚げ(冷蔵) カットブナシメジ(冷蔵) だし汁 みそ	1/2枚 1/2袋 300ml 大1	1枚 1袋 450ml 大1/2	1枚 1袋 600ml 大2

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 (モモ肉)

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。

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

一般のプロイラーに比べ、じっくりと
時間をかけて育てています。



5月14日

和豚もちぶたのごま酢しゃぶ
半熟卵の具だくさん汁・おかかこんにやく

豚バラ肉1人前
通常100g
120g

人気メニュー

豚バラ薄切り肉しゃぶしゃぶ用(300g)
特別価格 800円(税込)

ヨシケイ
プレミアム

和豚もちぶた
価値卵

●エネルギー719kcal ●蛋白質25.2g
●脂質54.1g ●炭水化物26.3g ●食塩相当量6.3g

調理時間
約35分

作り方

下ごしらえ

⑦ 玉葱…薄切り→水にさらす
人参(具だくさん汁にも使用)…せん切り レタス…食べやすくちぎる

① 豚肉は食べやすく切り、酒少々を加えた熱湯でゆでて冷ます。
② 器に⑦、⑧を盛り、ごまを炒って⑨と合わせてかける。

下ごしらえ

⑦ 舞茸…小房に分ける 太葱…斜め切り
人参(ごま酢しゃぶにも使用)…いちょう切り

① 鍋にだし汁、⑦を入れて煮、みそを溶かし入れ、卵を落とし入れて
半熟になるまで煮る。

下ごしらえ

⑦ こんにやく…ちぎってゆでる

① 油をひかない鍋又フライパンで⑦を炒り、⑧で調味し、削り節を
まぶす。

材料	2人用	3人用	4人用
豚バラ薄切り肉しゃぶしゃぶ用(冷蔵) 玉葱 人参(冷蔵) レタス又葉野菜(冷蔵) 白ごま さとう 酢 しょうゆ 卵(冷蔵) 舞茸(冷蔵) 太葱(冷蔵) 人参(冷蔵) だし汁 みそ こんにやく(冷蔵) しょうゆ・みりん 塩 削り節	240g 小1コ 少々 適量 1袋 大1 大2 大1 2コ 1/2パック 1/2本 40g 500ml 大2 1/2枚 各大1/2 少々	360g 小1コ 少々 適量 1袋 大1 大1 大2 3コ 1/2パック 1/2本 60g 750ml 大3 3/4枚 各大1 少々	480g 1コ 少々 適量 2袋 大2 大5 大2 4コ 1/2パック 1/2本 80g 1000ml 大4 1枚 各大1 少々