

7/4日号

Cut定番のカット野菜は使用する野菜の種類やカット方法により毎週価格が変動します。

<カット野菜のご案内> ~ カットミール・Cut定番・キットde楽メニュー ~



	Cut定番価格 (税込価格)					
	5日間 (月~金)			6日間 (月~土)		
	通常価格	カット金額	合計価格	通常価格	カット金額	合計価格
2人用	6,260円	190円	6,450円	7,550円	240円	7,790円
3人用	7,840円	260円	8,100円	9,450円	320円	9,770円
4人用	9,990円	300円	10,290円	12,040円	380円	12,420円

※7/4号のカット野菜は以下の内容でお届け致します。

Cut Meal ~カットミール~						
日付	メニュー	材料	カット方法	2人用	3人用	4人用
7/4(月)	特選ソテー	玉葱	スライス	80g	120g	160g
7/5(火)	ごまけんちん煮	玉葱 人参	スライス 細切	100g	150g	200g
7/6(水)	鶏肉と野菜の黒こしょう炒め	キャベツ 人参	角切 短冊	220g	330g	440g
7/7(木)	セトドライカレー	玉葱 人参	スライス 半月又銀杏	100g	150g	200g
7/8(金)	鶏肉と野菜のさっと煮	キャベツ 玉葱 人参	角切 スライス 半月又銀杏	240g	360g	480g
7/9(土)	塩麹炒め	人参	短冊	20g	30g	40g

Cut定番						
日付	メニュー	材料	カット方法	2人用	3人用	4人用
7/4(月)	鶏肉としめじの和風炒め	人参	半月又銀杏	30g	40g	60g
7/5(火)	麻婆なす	玉葱	スライス	80g	120g	160g
	やみつきキャベツ	キャベツ	角切	100g	150g	200g
7/6(水)	切干大根の含め煮	人参	短冊	40g	60g	80g
7/7(木)	いかとレタスの炒めもの	玉葱	スライス	80g	120g	160g
	くずし豆腐のボン酢がけ	人参	細切	30g	40g	60g
7/8(金)	豚肉と白菜のみそ煮	白菜	角切	150g	220g	300g
7/9(土)	牛肉と野菜のガーリックバターソテー	キャベツ	角切	240g	360g	480g
		人参	短冊			

キットde楽						
日付	メニュー	材料	カット方法	2人用	3人用	4人用
7/4(月)	カット野菜はありません					
7/5(火)	鶏肉と野菜のあっさり煮	白菜	角切	240g	360g	480g
		玉葱 人参	スライス 半月又銀杏			
7/6(水)	2種のきのこのごまみそ汁	玉葱	スライス	110g	160g	220g
		人参	半月又銀杏			
7/7(木)	上州豚のひとくちスタミナ焼き	キャベツ	角切	160g	240g	320g
		ピーマン	細切			
7/8(金)	かにかまと野菜のボン酢あえ	白菜	角切	160g	240g	320g
		人参	半月又銀杏			
7/9(土)	※ 別野菜(カット済)があります					

※メニューブックには、月・火曜日のカット野菜の消費期限が本日中と表示されていますが、当社のカット野菜は自社で製造している為、お届け日翌日までお召し上がりいただけます



豆知識



【きゅうりは栄養がない】は誤解！？

代表的な夏野菜である「きゅうり」ですが『栄養がない？』と聞いた事がある方も多いのでは？確かに「きゅうり」は95%が水分で、三大栄養素もほとんど含まれていません。しかし、皮膚や粘膜の健康に役立つ『βカロテン』や、むくみ解消に役立つ『カリウム』などのビタミン・ミネラル類が含まれてる野菜です。

【Cut定番 毎日の金額表】							
		月	火	水	木	金	土
Cut定番 2人	商品番号	189	289	389	489	589	689
	金額	1,340円	1,390円	1,390円	1,350円	1,300円	1,400円
Cut定番 3人	商品番号	190	290	390	490	590	690
	金額	1,680円	1,740円	1,740円	1,700円	1,630円	1,760円
Cut定番 4人	商品番号	191	291	391	491	591	691
	金額	2,140円	2,210円	2,220円	2,150円	2,080円	2,230円

カット野菜の産地予定一覧			
品名	産地	品名	産地
キャベツ	愛知・三重・滋賀・長野・茨城	人参	熊本・長崎・滋賀・兵庫・和歌山
白菜	長野・茨城・群馬	ピーマン	沖縄・和歌山・宮崎・高知
玉葱	長崎・静岡・佐賀・大阪・滋賀		

<<裏面のご案内もご覧ください>>

