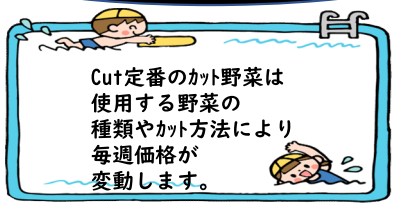
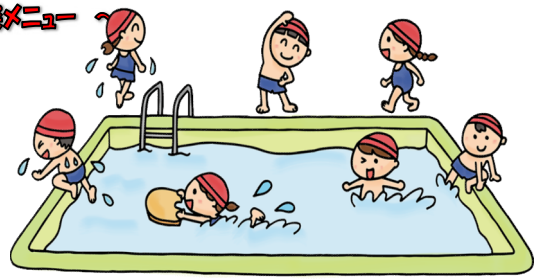
6/30号

≪ 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



※6/30号のカット野菜は以下の内容でお届け致します。

	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	6,600円	330円	6,930円	7,960円	470円	8,430円
3人用	8,260円	430円	8,690円	9,960円	600円	10,560円
4人用	10,530円	510円	11,040円	12,700円	710円	13,410円



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
6/30(月)	手間抜き ﾄﾞﾗｲｶﾚｰ	玉　葱	角切	100g	150g	200g
		ピーマン	角切			
		人　参	角切			
7/1(火)	豚肉と揚げなすのみそ煮	玉　葱	スライス	100g	150g	200g
		人　参	半月又銀杏			
7/2(水)	ﾊﾑと温野菜のｻﾗﾀﾞ	キャベツ	角切	160g	240g	320g
		人　参	半月又銀杏			
7/3(木)	豚肉のみそ炒め	玉　葱	スライス	120g	180g	240g
		ピーマン	細切			
7/4(金)	らくらく！いかと豆腐のうま煮	白　菜	角切	160g	240g	320g
		人　参	半月又銀杏			
7/5(土)	焼あごだしのｽｰﾌﾟ	大　根	銀杏	120g	180g	240g
		人　参	半月又銀杏			

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
6/30(月)	切干大根とお豆の煮もの	人　参	細切	30g	40g	60g
7/1(火)	回鍋肉	キャベツ	角切	280g	420g	560g
		玉　葱	スライス			
7/2(水)	鶏肉とじゃが芋の照り煮	じゃが芋	乱切	360g	540g	720g
		玉　葱	スライス			
		人　参	乱切			
7/3(木)	夏野菜のｷｰﾏｶﾚｰ	玉　葱	角切	80g	120g	160g
7/4(金)	ぶなしめじのみそ汁	キャベツ	角切	100g	150g	200g
7/5(土)	牛肉きんぴら	ごぼう	ささがき	130g	190g	260g
		人　参	細切			
	鶏肉と青菜のすまし汁	玉　葱	スライス	80g	120g	160g

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
6/30(月)	焼ちくわと野菜のｺｸうま炒め	白　菜	角切	160g	240g	320g
		人　参	短冊			
		白　葱	斜めｽﾗｲｽ	40g	60g	80g
7/1(火)	ﾂﾅとｷｬﾍﾞﾂのﾚﾝｼﾞ蒸し	キャベツ	角切	240g	360g	480g
		玉　葱	スライス			
		人　参	半月又銀杏			
7/2(水)	鶏肉としめじの煮もの	玉　葱	スライス	110g	160g	220g
		人　参	半月又銀杏			
7/3(木)	ｳｲﾝﾅｰのﾐﾈｽﾄﾛｰﾈ	大　根	銀杏	120g	180g	240g
		人　参	半月又銀杏			
7/4(金)	ｶｯﾄ野菜はありません					
7/5(土)	ｶｯﾄ野菜はありません					

※ﾒﾆｭｰﾌﾞｯｸには，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

半夏生

【 半夏生(はんげしょう) 】のおはなし

半夏生は「はんげしょう」と読み、季節の移り変わりを表す雑節のひとつです。夏至から11日目頃のことを言い、今年は7月1日になります。言い伝えで、半夏生の間は天から毒が降るとされていたそうで、昔はこの期間までに田植えを終わらせておく必要があったそうです。

関西を中心に京都の一部地域でも、半夏生にﾀｺを食べるという風習があるようですが、何故ﾀｺを食べるのかご存じですか？ﾀｺの足は8本あって吸盤がたくさんついています。そのため、田植え後の苗がしっかり根付いて離れないよう…にという願いを込めて、この季節の旬であるﾀｺを食べたのだとか。また、食べる物は違っても半夏生に関する風習は各地に残っているようで、鯖やうどん・芋汁などを食べる地域もあるそうです。今までこの風習を知らなかった…という方も、せっかくなのでﾀｺを食べてみてはいかがですか？ﾀｺは栄養豊富な食材で疲労回復などの効果もあるので、これからやってくる夏本番に向けてしっかり根を張って過ごせるようになるかもしれませんね。

【Cut定番　日毎の金額表】

		月	火	水	木	金	土
2人用	商品番号	189	289	389	489	589	689
	金額	1,410円	1,480円	1,610円	1,400円	1,370円	1,570円
3人用	商品番号	190	290	390	490	590	690
	金額	1,770円	1,860円	2,010円	1,750円	1,720円	1,970円
4人用	商品番号	191	291	391	491	591	691
	金額	2,250円	2,350円	2,550円	2,240円	2,190円	2,490円

ｶｯﾄ野菜の産地予定一覧

品　名	産　地	品　名	産　地
ｷｬﾍﾞﾂ	愛知・滋賀・和歌山・兵庫	人参	徳島・兵庫・長崎・鳥取
玉葱	兵庫・長崎・佐賀・大阪	白菜	長野・宮崎・茨城
ﾋﾟｰﾏﾝ	鹿児島・高知・宮崎・和歌山	大根	青森・千葉・徳島・和歌山
ごぼう	青森・大分・群馬	じゃがいも	長崎・鹿児島
		白葱	鳥取・静岡・群馬・大分

≪裏面のご案内もご覧ください≫

つくる人から笑顔に。
YOSHIKEI!