



# ひのでの夕食宅配便メニュー

令和5年 2023



三ツ星お米マイスターが厳選したお米を使用しています

## 「お誕生日無料食券」プレゼント中!!

只今ご継続中のお客様に  
お客様のお誕生日に3食分の  
「無料食券」をプレゼント中です。  
ご利用ください。



1(土)

- ・ピーマンの肉詰め
- ・ポテトサラダ
- ・菜の花とあさり煮

3(月)

- ・赤魚の照り焼き
- ・大根のそぼろ煮
- ・豚と野菜オイスター炒め

4(火)

- ・豚のみそ焼き
- ・マーボ春雨
- ・ツナじゃが

5(水)

- ・ヤンニョムチキン
- ・さつま芋と切昆布煮
- ・カニカマとほうれん草三色和え

6(木)

- ・カレイの野菜煮
- ・五目切干大根
- ・がんもの含め煮

7(金)

- ・照焼ハンバーグ
- ・マカロニサラダ
- ・ピーマンと竹輪マヨ炒め

8(土)

- ・鮭の照り焼き
- ・大根とツナさつと煮
- ・わかめの酢の物

10(月)

- ・なすと鶏のおろし和
- ・豆腐ハンバーグ
- ・白花豆煮

11(火)

- ・蓮根みそつくね焼
- ・鱈フライ
- ・キャベツとあさり煮浸し

12(水)

- ・ほっけの塩焼き
- ・手作り肉団子
- ・しめじとピーマン当座煮

13(木)

- ・さばの唐揚げ
- ・豚とキャベツみそ炒め
- ・大根と海老のチリ煮

14(金)

- ・ポークカレー
- ・イカフライ
- ・ほうれん草とコーンバター炒め

15(土)

- ・鶏と野菜のトマト煮
- ・ブロッコリーと海老のサラダ
- ・さつま芋のレモン煮

17(月)

海の日  
お休みです

18(火)

- ・鯖の塩焼き 大根おろし添え
- ・竹輪の磯部揚げ
- ・胡瓜と蒸し鶏の胡麻和え

19(水)

- ・炙り塩チキンステーキ
- ・人参と挽肉春雨炒め
- ・ポテトチーズ焼き

20(木)

- ・洋風ポトフ
- ・チャプチェ
- ・焼肉

21(金)

- ・あじの甘酢漬け
- ・牛と牛蒡味噌煮込み
- ・あさりと菜の花辛し和え

22(土)

- ・ポークチャップ
- ・ごぼうサラダ
- ・隠元のくたくた煮

24(月)

- ・クリーミーコロック
- ・昔風ナポリタン
- ・いか豆板醤マヨ炒め

25(火)

- ・タンドリーチキン
- ・豚とブロッコリー塩炒め
- ・蒟蒻とメンマピリ辛炒め

26(水)

- ・さわらの西京漬け
- ・煮物三種
- ・かぼちゃの甘煮

27(木)

- ・いかの天婦羅
- ・根菜の金平
- ・棒棒鶏風

28(金)

- ・鶏ムネみそマヨ焼
- ・塩焼きそば
- ・蓮根とひじきごまマヨサラダ

29(土)

- ・牛丼風
- ・五目ひじき煮
- ・彩り野菜ピクルス風

31(月)

- ・鶏のホイコーロー
- ・厚揚げのそぼろ煮
- ・肉じゃが風

免疫力を高める食べ物



(ひので夕食宅配便からのお願い)

- ◎ 食材は新鮮なものを使用していますが、食中毒防止のため午後10時までにお召し上がりなるようお願いいたします。
- ◎ お召上がり後は、簡単に結構ですので水洗いをお願いします。
- ◎ 毎月のご注文表は前の月に献立表をお届けしたときにお持ちします。ご注文の日ごとに食数をご記入のうえ係員にお渡しください。
- ◎ 食数の変更は当日12時まで、お電話でご連絡ください。

## ひのでの夕食宅配便

八戸市江陽 2-17-46 電話(0178)70-5691

電話受付 10時~17時 FAX(0178)70-5529

\*食材仕入の都合で一部献立の内容が変更になる場合がありますのでご了承下さいませようお願い致します。