

ぷちママ おかず倶楽部

2/20 (月)
若鶏のから揚げ
つるりん春雨スープ

から揚げの素で簡単調理♪肉の旨みを閉じ込めるようにコーティングするので、ジューシーな仕上がりに!お子様にも食べやすい春雨スープとのセットです。



2/21 (火)
とろとろ牛とじ丼
五目和風炒め



人気の牛丼を卵でとじたボリューム牛とじ丼。とろとろ卵に仕上げるコツは、卵を混ぜ過ぎず、蓋をして30秒〜1分煮て蒸らすこと!



2/22 (水)
あさりのコーンクリームチャウダー
ほうれん草オムレツ

甘みたっぷりのスイートコーン味のクリームシチューにあさりが入ったクラムチャウダー風の提案です。あさはり身が固くならない様、火の通しすぎに注意しましょう。



2/25 (土)
体ぽかぽか! キムチチーズ鍋

キムチの辛みとチーズのコクが絶妙な美味しさです。キムチには消化促進・整腸作用などの他、免疫力をアップする効果もあると言われていますので、風邪予防にも効果的!アツアツのウマ辛鍋で体の芯から温まりましょう♪



定番 おかず倶楽部

2/21 (火)
温玉のつけすきやき風ハンバーグ
ベーコンときこの黒こしょう炒め



みんな大好きなハンバーグとすきやきの贅沢なコラボレーション!湯煎するだけのハンバーグを使って、具材と煮込むだけなので簡単です。温泉卵をからめて召し上がれ♪



2/22 (水)
豚肉のくわ焼き
かぼちゃのおかずサラダ
きんぴら汁



カリッと焼いた豚肉の竜田焼きに、甘辛味のタレをからめた人気No.1メニュー♪野菜と一緒にさっぱりいただきます。



2/24 (金)
あったかカレー鍋

カレールウで作るお手軽鍋♪豚肉のビタミンB1とたっぷり野菜で疲労回復!



2/25 (土)
ピザ風チキン

ツナとキャベツのレンジ蒸し
ほうれん草のくるみあえ

お子様も食べやすいトマトケチャップととろ〜りチーズがたまらないおいしさです。更にモモ肉でジューシー♪



食彩 おかず倶楽部

※パターンによりこのメニューの販売はありません。

2/20 (月)

豚しゃぶと水菜のごま酢

おさつ汁
れんこんの土佐煮

昨年のお肉メニューの中で人気No.1! 豚しゃぶとシャキシャキの水菜や玉葱などの野菜をごま酢でいただきます。さっぱりとした和風の味付けで、みんなに喜んでいただけるメニューです。



2/22 (水)

ソーキ肉じゃが

えびと小大豆もやしのポン酢がけ
だし巻き卵

沖縄では定番の軟骨ソーキの煮付けを肉じゃがにしました。軟骨ソーキの煮付けは砂糖醤油でじっくりと煮込み、骨まで柔らかです。味付けもだし汁で煮るだけで簡単に出来上がりです。



Cook 15! 15分スピードクッキング

2/21 (火)

鶏肉の照り焼き丼

ポテトのバターじょうゆ炒め
青菜のみそ汁

鶏肉の照り焼き丼は湯煎してご飯にのせるだけのお手軽丼♪人気のポテトのバターじょうゆ炒めもヨシケイオリジナル調味料で簡単味付け!ボリューム満点のおすすめメニューです。



2/23 (木)

ぷるぷるコラーゲン鍋

コラーゲン入りのつみれ、鶏肉、コク、香り豊かな濃厚スープの素をセット。コラーゲンたっぷりのとろとろスープがたまりません。鍋あとはご飯を入れて雑炊にしたり、ラーメンやうどんを入れ、コラーゲンを最後まで余すことなくいただきます。



Y*デリ ヨシケイ*デリカ

2/22 (水)

ちゃんぽん

バリ皮中華春巻

具たくさんちゃんぽんは久々の登場! 人気メニューがお鍋1つでできあがり♪バリ皮中華春巻もレンジでラクラク!



2/23 (木)

洋食亭のハンバーグ

つぶつぶコーンポタージュ
ブロッコリーのごま辛子じょうゆあえ

人気No.1の洋食亭のハンバーグはドミグラスソースたっぷり!! ベシャメルソースにコーンピューレ、生クリームを加え、クリーミーに仕上げたつぶつぶコーンポタージュもおすすめです♪



カンタン ベンリ! オススメの

コレdo!

特集 東京うまいものマラソン

コース

2/23 (木)

なだ万 ふっくら煮穴子の押寿司

甘辛に煮込んだ穴子を使用し、ふっくらと仕上げた押寿司です。しゃりの中に椎茸煮と山くらげを挟み込み旨みと食感を出しました。



2/25 (土)

とうかんや 十日夜 しょうゆ拉麺

麺は、北海道産小麦を使用したコシのある中細麺。豚、鶏、魚介スープをブレンドした、深いコクと旨みが決め手のトリブルスープが自慢です。

