

期間限定・お一人様1回限り

食後のデザート6種セット お試しキャンペーン

2023年10月1日(日)～12月31日(日)

美味しいたんぱく質補給ゼリーを
お弁当と一緒にいかがですか?
食後のデザート、おやつにどうぞ!



〈 6種セットの内訳 〉

 オレンジ
 ピーチ
 青りんご
 いちご
 グレープ
 ゆず

たんぱく質
6.2g/個

半額 6種セット通常価格 ~~840円~~ ▶ **420円** 税込

購入ご希望の方は、お名前とお電話番号を
ご記入の上、配達スタッフにお渡しください

〈 ご注文書 〉

お名前

お電話番号

●お問い合わせ



お弁当のご注文・お問い合わせは各店舗まで

2023年12月 vol.116
発行/株式会社ソニアライフイベント 〒108-0073 東京都港区三田3丁目12番14号 ニッポン三田ビル6F TEL03-6303-7500
企画/制作/ソニアライフイベント株式会社 〒550-0003 大阪府西区京町堀1-8-5 明星ビル12F TEL06-6445-8898

読めば、さらにおいしくなる会報誌

あはは

2023
12
vol.116

特集

今年で22年目
スタッフの活気にあふれた
浜松東店

株式会社
ソニアライフイベント
SENIOR LIFE CREATE



代表取締役
高橋 洋
HIROSHI TAKAHASHI

『あはは』ご愛読の皆様へ

宅配クック123が12月で25年目を迎えます
関わってくださったすべての方へ感謝を申し上げます

宅配クック123の0号店

おかげ様をもちまして、宅配クック123は12月で25年目を迎えることになりました。

いつも宅配クック123をご利用いただいている皆様やご家族様、ケアマネジャーの方や各店舗で働くスタッフなど、関わっているすべての方々のおかげだと深く感謝しています。



宅配クック123の始まりである0号店は大阪にあった一般的な弁当店で、その頃1番売っていたのは海老フライ、鶏のから揚げ、ハンバーグがメインになって

いる「エビカラバーグ」というお弁当でした。業務の一部に近所の病院から依頼をされたご高齢

者への配達があり、「退院後の食事の用意が不安だから」とご紹介を受けていましたが、0号店は1999年の末に閉店が決まっていた。近所のお客様には店頭の貼り紙で、法人のお客様には電話や手紙で閉店案内を行う予定でしたが、その方々はご高齢ということもあり、12月末にお店が閉店することを貼り紙や電話ではなく、直接お話しして理解を得る必要がありました。お弁当を注文していた方々の中には、複数個入りの菓子パンを数回に分けて食べていたり、大衆食堂で毎回1,000円以上となるように食べきれない量の出前を繰り返し注文していたりした方々で、お弁当の配達を終了することでその頃



の生活に戻れることを考えると、お店が閉店することをお伝えすることができませんでした。その後、一般向けの弁当店は閉店しましたが、ご高齢者をお客様として残してオープンしたのが、宅配クック123の1号店であり、全国初の高齢者専門宅配弁当店となります。



振り返ると、「配達を断ることができなかった」ことから始まった事業であり、お届けするものは嗜好品ではなく、生きるために欠かせないエネルギー源であるということです。そのためにも、お

弁当を自由に選んでもらうのではなく、一度に食べきれる量にして、栄養バランスの整ったものを日替わりでお届けしようと決めました。

最後に

食べるものでご利用者様の寿命は延ばせなかったとしても、食べるもので健康である期間は延ばせると考えています。ご高齢になると「食べたいもの」と「食べられるもの」が徐々に一致しなくなることあるかと思いますが、これからも毎日楽しみに待っていただけるようなお惣菜づくりに励み、お客様の生きる活力に繋がるよう注力して参ります。



店舗編

静岡県
浜松東店

宅配クック ワン・ツウ・スリー

全国のお店めぐり



今年で22年目
スタッフの活気にあふれた
浜松東店

浜松東店の特徴

宅配クック123浜松東店は2002年9月にオープンし、今年で22年目となりました。面積の広い浜松市でお弁当の配達をしている宅配クック123の店舗は2店舗あり、市内に住む多くの方にお食事をお届けできるように日々活動されています。特に、浜松東店が担当されている地域の一部である天竜区は、91%が森林という緑豊かな地域であり、スーパーなども少ないそうです。買



い物が大変な地域だからこそ、お弁当や買い物代行のサービスを必要とされている方が多いそうで、宅配クック123のお弁当や買い物代行サービス「住みいるお助け便」を活用して日用品などもお届けされています。お困りの方にとって必要なサービスをお届けしたいという想いで、少しずつお弁当の配達できる範囲を広げているそうです。

スタッフ間の連携と独自サービスの提供がポイント 浜松東店

宅配クック123浜松東店で働くスタッフは42名いらっしゃり、毎日朝礼と昼礼をおこなうことで日々の連絡事項や注意事項などの共有をおこなってられます。また、スタッフの知識や意識を高めるために定期的に社員ミーティングやスタッフ勉強会も実施されており、大事なことを繰り返し伝えることで、スタッフ全員の士気を上げているそうです。お客様にはご自宅にいる時間を少しでも楽しんでいただきたいという想いから、店舗新聞やノベルティを配布されています。特にお正月に配布した店舗新聞の新年特別号では、お手持ちの年賀状のお年玉番号を利用したお年玉企画を実施して防災食などをプレゼントし、大変好評をいただいたそうです。ご利用者様の日々の状況の変化やデイサービスを利用する日なども把握することで安否確認を徹底。安心してご利用いただけるように心がけて



います。お客様からは日頃からいろいろな話を聞かせていただくそうで、「雨の中ご苦労様」などのお言葉をいただくことや、家族のように気遣ってくださることが励みになり、配達の際にお客様にお会いできることが楽しみになっているそうです。

2023年9月には「はままつあんしんネットワーク」の協定を締結しており、地域との連携も行いながらより一層お客様を想った活動に取り組んでおられます。これからもお客様のことを第1に考え、お客様やご家族の方、地域の方々などから愛される店舗になることを目指されています。

オーナーからのメッセージ

宅配クック123浜松東店を開業して21年が経過しました。良い仕事に出会い、素晴らしいスタッフに恵まれ、お客様・ご家族様・ケアマネジャー様などからも喜ばれ、日々の運営を全うしています。現在当店は、1日に約1,000食のお弁当を「お客様の健康と長寿の願い」と「スタッフの笑顔」を添えてお届けしています。これからも皆様から愛される店舗を継続して運営できるよう努力して参りますので、引き続きご声援のほどを宜しくお願いいたします！

地元の老舗店をご案内

入河屋



明治18年創業の和洋菓子店「入河屋」。「先ずお客様に喜んでいただくこと」という商いの基本を受け継がれて約140年、5代目の現在も人々に深く愛されるお店です。看板商品の「みかん最中」は昭和29年に販売開始。日本有数のみかんの産地である三ヶ日のみかんを青いうちに収穫し、皮ごと全部使用しています。

オンラインショップ [入河屋オンラインショップ]
<https://www.irikawaya.jp/>

日本のほぼ中央 歴史上の偉人を生んだ 日本の要

浜松市は人口約80万人、面積は全国で2番目に大きい町です。日本のほぼ中央に位置し、鉄道・高速道路・航空路の全てを利用することができます。

市域が7つに分かれており(2023年11月現在)、中心市街地の中区、交通要衝の東区、水産業や農業が盛んに行われている西区、工場や田畑が広がる南区、美しい景観を誇る北区、緑豊かな都市景観が広がる浜北区、豊富な森林資源に恵まれた天竜区で構成されています。豊かな自然に恵まれた浜松市は全国的に見ても日照時間が長く、気象庁が発表しているデータでは毎年トップクラスの日照時間を誇っています。浜松市は、軽自動車やオートバイ、テレビ、写真フィルムなど、現代の生活では欠かせないものを日本で初めて開発したことから、「日本有数のものづくり都市」としても知られている地域です。今後は「アジアで一番輝くものづくり都市」をめざしています。



出世城とも呼ばれる 縁起の良いお城 浜松城

1570年に徳川家康によって築城された浜松城。往時の石垣の上に新天守閣が再建され、展望台からは浜松市街を一望でき、城内には徳川家康と城下町浜松にまつわる歴史的資料、武具などを展示しています。城を囲うように広がる緑豊かな浜松城公園は、浜松有数の桜の名所で、秋には日本庭園を中心に紅葉が広がります。

浜松市、湖西市にまたがる「浜名湖」

館山寺、奥浜名湖、弁天島、白倉峡などさまざまな景勝地に囲まれていることも特徴的な浜名湖は、周遊する遊覧船もあり、湖上散策もできます。名産として名高いうなぎのふるさとでもあり、新鮮なうなぎ料理を楽しめるエリアです。



1970年に開園した植物園 「はままつフラワーパーク」

3,000種10万本、世界中の植物や花々を楽しめるテーマパークです。四季折々の花のリレーを見ることができ、時期ごとにイルミネーションや盆栽展などの企画展も開催されています。

霊長類の展示は国内最大級「浜松市動物園」

移転前も含めると約70年の歴史を誇る動物園。約100種類の動物を見ることができ、日本ではここでしか飼育されていないブラジル生まれの小型サル「ゴールデンライオンタマリン」を見ることができます。



標高866mの山頂付近にある 「秋葉山本宮秋葉神社」

全国に400社以上ある秋葉神社の総本宮で、天竜川上流に位置する秋葉山にあります。毎年12月15日、16日に行われる全国的にも有名な火まつり(防火祭)は、社殿がなかった時代から行われていた神事です。

昭和浪漫倶楽部

読者の方々から寄せられた素敵な作品をご紹介します！



浜松東店 細野恵美子さん



集いの場大館店さん



福井中央・丹南店 宮田都美子さん



広島中央店 末国久子さん



西美濃・羽島店 渡邊文江さん



諏訪エリア店 小池章子さん



砺波店 村田恵さん



神戸中央区店 高淵春樹さん



神戸中央区店 高淵春樹さん



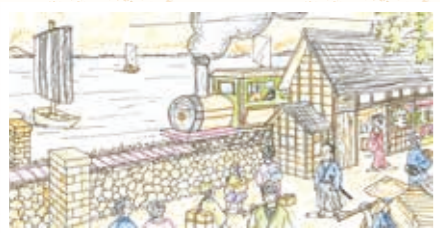
北総店 鈴木千代子さん



和歌山中央店 Kさん



福井中央・丹南店 山本靖子さん



川崎さつき橋店 柿崎フキ子さん



長岡店 五十嵐明美さん



津店 のんちゃんさん



佐賀店 吉ヶ江雅子さん



東播磨店 上坂嘉子さん



豊岡店 森孝子さん



富山店 澤豊則さん



広島中央店 伊藤京子さん



広島中央店 山田幸子さん



広島中央店 有貞富美子さん



北総店 篠塚幸子さん

私は、大相撲が大好きで毎場所楽しみにしております。
「上越場所」があったらいいな！生の大相撲を観たいな！
…という思いで、夢の「上越場所」を宅配123後援で開催しました。
丸勝や謙信が上位に上がってきた時に、
巡業の形で実現するかもしれないと思っています。
その時はぜひ観戦をお願いします。

幕下丸勝(青禪)対
角勝(赤禪)
引き落としで丸勝の勝



上越店 大塚富士夫さん

皆さまからの作品・おたよりを募集します！

イラスト・おたより・俳句や川柳など
自由にお寄せください



ご投稿先

◆ ファックスの場合

03-3548-8318

◆ 配達スタッフにお渡しください

◆ 郵送の場合

〒103-0028

東京都中央区八重洲1-4-16 東京建物八重洲ビル3階+OURS内

アルファクリエイト株式会社「昭和浪漫倶楽部」係

応募要項

・郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号(匿名希望の方はペンネーム)、応募内容を記入いただき、上記の宛先まで郵送してください。
・ご投稿いただいた作品の返却は致しかねますので、写真などでご投稿ください。

※文章は若干の手直しをさせていただく場合がございます。※掲載の可否にかかわる問い合わせはご遠慮ください。※著作権・肖像権保護の関係上、ご本人以外の顔写真は掲載できかねます。ご了承の程よろしくお願いたします。

〈個人情報の取り扱いについて〉

応募作品にかかる著作権は、応募者に帰属するものとします。ただし、応募が完了したときをもって応募者は弊社に対し、応募作品を媒体、期間、配布地域または配布方法等何ら制限なく利用(複製、翻訳、翻案、改編または公衆送信する権利および第三者にこれらの権利を利用される権利を含みます)する権利を非独占的に無償で許諾するものとし、また、弊社に対し著作権者人格権を行使しないものとします。

おたより募集

テーマ 印象に残った出来事

あっという間に12月ですね。1年が過ぎるのがとても早いです。
今年は、WBCやラグビー、バスケットボールなど国際試合が多い一年でしたね。

皆さまの心に残った出来事は何ですか？

本紙に随時、掲載させていただきます

ご馳走のお食事

24日

霧島黒豚のハッシュドポーク弁当



12月のご馳走の日のお食事は、「霧島黒豚のハッシュドポーク弁当」をご用意しました。
宮崎県のブランドポークである霧島黒豚は、宮崎県霧島連山の雄大な自然環境の中で、
独自に開発された専用飼料を与え、出荷までに多くの手間をかけることで、「甘みのある旨さ」と
「美味しい脂肪」を作りあげています。霧島黒豚はお肉の食感を感じられる脂身の少ないも肉を使用し、
玉ねぎ・マッシュルームを合わせた食べ応えのあるハッシュドポークに仕上げました。
ソースは赤ワインやウスターソースで味に深みを出し、生クリームを加えてまろやかな味わいとなっています。

[エネルギー]538kcal [たんぱく質]17.6g [食塩相当量]2.4g



ポテトとウィンナー

じゃが芋と相性の良いウィンナーを合わせました。じゃが芋はホクホクした食感に仕上げ、ウィンナーは香辛料の少ない食べやすいものを使用しています。



ブロッコリーとコーンの和え物

ブロッコリーとコーンを醤油と和風出汁で薄味の和え物にしました。ブロッコリーの緑とコーンの黄色で彩りの良い一品です。



マカロニのクリーム煮

バターと小麦粉を丁寧炒って作った旨味のあるベシャメルソースをマカロニに合わせました。

ごはん



一口照り焼きチキン

スチームオープンで焼いた鶏もも肉を醤油・みりん・砂糖で甘めに味付けしました。食べやすいように小さめにカットした一品です。



カラフルピクルス

大根・人参・黄ピーマンを使用し、彩りの良いピクルスに仕上げました。ゆずの風味を効かせたさっぱりとした味わいの一品です。

献立表
普通食

12

2023年



WEB版の
献立表はこちら



お手持ちの携帯電話で
上記QRコードを
読み取ってください

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|---|---|--|--------------------------------------|--|--|
| 11月 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 1 ☀️ いわし紀州煮 🌙 チキンと野菜の ガーリック風味 | 2 ☀️ 麻婆豆腐 🌙 ぶりの揚げ煮 |
| 3 ☀️ ホッケみりん焼き 🌙 デミグラスソース ハンバーグ | 4 ☀️ 豚肉と玉ねぎの 味噌仕立て 🌙 ふんわりカニ玉 | 5 ☀️ さば煮付け 🌙 大葉香る ささみカツ | 6 ☀️ 鶏肉ねぎ塩ダレ 🌙 あじ西京焼き | 7 ☀️ サーモンバーグ 🌙 豚肉の トマトソース | 8 ☀️ チキンカツ 🌙 白糸だらの 照焼き | 9 ☀️ にしん甘辛煮 🌙 若鶏の味噌焼き |
| 10 ☀️ 豚肉の 葱塩ソース 🌙 メバル 白醤油風味焼き | 11 ☀️ カツオ竜田揚げ (甘酢あん) 🌙 蓮根と豚肉の コチジャンソース | 12 ☀️ チキンミートローフ (トッピングソース(トマト)) 🌙 ホッケ塩焼き | 13 ☀️ ぶり照焼 🌙 麻婆茄子 | 14 ☀️ 豚肉と木耳の 中華旨煮 🌙 鶏ごぼうフライ | 15 ☀️ あじ塩焼き 🌙 つくね (くわい入り) | 16 ☀️ 鶏肉と茄子の 黒酢あん 🌙 いわし かつお節煮 |
| 17 ☀️ カレイの唐揚げ 🌙 鶏肉とインゲンの オイスターソース | 18 ☀️ 和風おろしソース ハンバーグ 🌙 さば味噌煮 | 19 ☀️ 銀ひらす照焼き 🌙 豚肉と がんもの含め煮 | 20 ☀️ プレーンオムレツ (ミートソース) 🌙 カジキカツ | 21 ☀️ メバル塩焼き 🌙 麻婆豆腐 | 22 ☀️ 豚肉の生姜風味 🌙 にしんみぞれ煮 | 23 ☀️ 白身フライ (タルタルソース) 🌙 鶏肉と野菜の 和風醤油煮 |
| 24 ☀️ 厚揚げの 塩そばあん 🌙 霧島黒豚の ハッシュドポーク | 25 ☀️ いわし山椒煮 🌙 若鶏から揚げ | 26 ☀️ 豚肉と野菜の ガーリック風味 🌙 サーモンバーグ | 27 ☀️ さば塩焼き 🌙 豚肉と玉ねぎの 味噌仕立て | 28 ☀️ 鶏ささみ チーズカツ 🌙 カツオ煮付け | 29 ☀️ ふんわりカニ玉 🌙 鶏肉の 炊き合わせ | 30 ☀️ トマトソース ハンバーグ 🌙 あじみりん焼き |
| 31 ☀️ スケソウダラ 煮付け 🌙 年越しそば | <h3>月間献立表の使いかた</h3> <p>右端の空白は、お弁当配達の有無を チェックする欄としてご活用ください</p> | | | | | <p>☀️ 若鶏の塩焼き <input type="checkbox"/></p> <p>🌙 白身フライ (タルタルソース) <input checked="" type="checkbox"/></p> |

お客様相談室(通話無料)にご意見をお寄せください

☎️ 0120-288-120

受付時間/平日10:00~17:00(土・日・祝、年末年始はお休みいたします)

地産外商の取り組み



地産外商とは？

地元でとれた農水畜産物を地元で消費する地産地消に対して、地産外商とは地元以外の場所で消費するという意味です。各地域の食材を使用することで、地域の活性化、過疎地域の応援、フードロス削減などを行う取り組みとなります。宅配クック123では地産外商の取り組みを通じて全国のご利用者様に日々のお食事(お弁当)のお惣菜としてご提供させていただいております。

献立表内の「★印」が地産外商の食材を使ったメニューです。

今月の地産外商メニュー



8日 23日

鳴門産細切りわかめ煮

徳島県鳴門産の茎わかめを細切りにし、あっさりとした味付けでやわらかく炊き上げました。



9日

久米島産紅芋のうむくじボール

沖縄県久米島産の紅芋を使用した一品です。紅芋ペーストに水戻したポテトフレーク・タピオカでん粉を合わせ、砂糖と少量の食塩を加え、ボール状に丸めて揚げました。おやつ感覚でお召し上がりいただけるように仕立てています。一口食べると紅芋の鮮やかな色味が楽しめる一品です。



10日

高知県産しし唐のそぼろ味噌和え

高知県産のしし唐に大豆ミートのそぼろを合わせました。しし唐は食べやすいように一口大にカットしています。味噌に、みりん・砂糖・酒・醤油を加え、少し甘めに味付けし、千切り生姜を加えて風味良く仕立てました。

丼メニュー



チキンカレー

[エネルギー] 518kcal
[食塩相当量] 2.4g

※丼メニューは一部取り扱いのない店舗がございます。詳しくは、直接店舗にお問い合わせください。※丼メニューの価格は594円(税込)です。



31日 夕食

年越し弁当

[エネルギー] 476kcal
[たんぱく質] 18.0g
[食塩相当量] 3.1g
(めんつゆ:1.5gを含む)

年末に「年越し弁当」をご用意いたしました。おそばと相性の良い、海老天ぷらといなり寿司、合鴨スモークを盛り込みました。おそばは、鰹や煮干しなどの出汁を効かせためんつゆでお召し上がりください。



※「おかずのみ」をご利用のお客様は、内容が異なります。詳しくは、直接店舗にお問い合わせください。

1週目

2023年 12月

| | 昼食 | 夕食 |
|-------|---|---|
| 1 (金) | いわし紀州煮 付)味付いんげん ●ミートボール(オニオンソース) ●畑のお肉の旨煮 ●わさび菜おひたし ●あみ佃煮 ●ごはん [エネルギー] 485kcal [たんぱく質] 19.8g [食塩相当量] 1.7g | チキンと野菜のガーリック風味 ●豆サラダ ●ポテトとウインナー ●おくらと湯葉のお浸し ●胡瓜の生姜漬 ●ごはん [エネルギー] 475kcal [たんぱく質] 16.8g [食塩相当量] 2.2g |
| 2 (土) | 麻婆豆腐 ●玉子焼(ミルフィーユ仕立て) ●肉入り野菜炒め ●黒豆 ●赤ずいきの酢の物 ●ごはん [エネルギー] 493kcal [たんぱく質] 16.8g [食塩相当量] 1.6g | ぶりの揚げ煮 付)チンゲン菜のお浸し ●切干大根 ●茄子と挽肉の味噌炒め ●いんげんのピーナッツ和え ●豚肉のしぐれ煮 ●ごはん [エネルギー] 548kcal [たんぱく質] 18.1g [食塩相当量] 1.5g |
| 3 (日) | ホッケみりん焼き 付)花形人参 ●お豆と昆布の煮物 ●ささみフライ(梅入り) ●おくらのおかか和え ●刻みたくあん ●ごはん [エネルギー] 493kcal [たんぱく質] 19.7g [食塩相当量] 1.9g | デミグラスソースハンバーグ 付)ナポリタン ●ほうれん草と人参の煮浸し ●花野菜のポトフ ●ツナマヨコーン ●白菜漬 ●ごはん [エネルギー] 487kcal [たんぱく質] 16.7g [食塩相当量] 2.1g |

| | 昼食 | 夕食 |
|-----------|--|---|
| 4 (月) | 豚肉と玉ねぎの味噌仕立て ●ポテトサラダ ●高野豆腐と野菜の煮物 ●一口照り焼きチキン ●野沢菜入り大根の漬物 ●ごはん [エネルギー] 490kcal [たんぱく質] 17.3g [食塩相当量] 1.9g | ふんわりカニ玉 ●しゅうまい ●春雨と野菜のそぼろ炒め ●ちりめんじゃこの佃煮 ●塩えんどう豆 ●ごはん [エネルギー] 517kcal [たんぱく質] 16.8g [食塩相当量] 2.4g |
| 5 (火) | さば煮付け 付)人参煮 ●ささげの胡麻和え ●鶏肉と野菜のいなり巻 ●小松菜のお浸し ●しば漬け ●ごはん [エネルギー] 518kcal [たんぱく質] 16.9g [食塩相当量] 1.8g | 大葉香るささみカツ ●豆乳入りしっとり卵の花 ●キャベツのコンソメ煮 ●うずら豆 ●広島菜漬け ●ごはん [エネルギー] 563kcal [たんぱく質] 16.1g [食塩相当量] 1.7g |
| 6 (水) | 鶏肉ねぎ塩ダレ ●マカロニのクリーム煮 ●豆腐干と野菜の中華和え ●五目厚焼き玉子 ●切り昆布煮 ●ごはん [エネルギー] 546kcal [たんぱく質] 19.6g [食塩相当量] 2.0g | あじ西京焼き 付)味付いんげん ●ひじき煮 ●大根サラダ ●おぐらの胡麻和え ●あみ佃煮 ●ごはん [エネルギー] 458kcal [たんぱく質] 19.1g [食塩相当量] 1.5g |
| 7 (木) | サーモンバーグ 付)キャベツと人参の炒め ●おかず豆 ●ポテトとウインナー ●ほうれん草白和え ●鶏そぼろ ●ごはん [エネルギー] 549kcal [たんぱく質] 16.9g [食塩相当量] 2.0g | 豚肉のトマトソース ●野菜しんじょう ●鶏肉入り玉子とじ ●ごぼうサラダ ●高菜ちりめん ●ごはん [エネルギー] 481kcal [たんぱく質] 16.1g [食塩相当量] 1.9g |
| 8 (金) | チキンカツ ●ミートソーススパゲティ ●ブロッコリーのカニカマあんかけ ●人参しりしり ●鳴門産細切りわかめ煮★ ●ごはん ★[地産外産]徳島県鳴門産のわかめを使用 [エネルギー] 528kcal [たんぱく質] 16.2g [食塩相当量] 1.5g | 白糸だらの照焼き 付)花形人参 ●ささげのお浸し ●高野豆腐の含め煮 ●黒豆 ●刻みたくあん ●ごはん [エネルギー] 447kcal [たんぱく質] 19.8g [食塩相当量] 1.7g |
| 9 (土) | にしん甘辛煮 付)味付いんげん ●ミートボール(柚子おろし) ●鶏肉と春雨の中華和え ●チンゲン菜と人参のお浸し ●塩えんどう豆 ●ごはん [エネルギー] 491kcal [たんぱく質] 19.2g [食塩相当量] 1.6g | 若鶏の味噌焼き ●久米島産紅芋のうむくじボール★ ●白菜と青菜のそぼろあんかけ ●胡瓜とツナの酢の物 ●赤しそ大根 ●ごはん ★[地産外産]沖縄県久米島産の紅芋を使用 [エネルギー] 536kcal [たんぱく質] 16.7g [食塩相当量] 2.3g |
| 10 (日) | 豚肉の葱塩ソース ●干し海老入り卵の花 ●厚焼き玉子(関東風) ●高知県産しし唐のそぼろ味噌和え★ ●広島菜漬け ●ごはん ★[地産外産]高知県産のしし唐を使用 [エネルギー] 519kcal [たんぱく質] 17.5g [食塩相当量] 1.8g | メバル白醤油風味焼き 付)チンゲン菜のお浸し ●マカロニと果物のサラダ ●チキンボールのトマトソース ●いんげんのピーナッツ和え ●しば漬け ●ごはん [エネルギー] 489kcal [たんぱく質] 17.7g [食塩相当量] 1.9g |

| | 昼食 | 夕食 |
|-----------|---|---|
| 11 (月) | カツオ竜田揚げ(甘酢あん) ●焼きそば ●がんと野菜の含め煮 ●小松菜とちくわの煮浸し ●白菜漬け ●ごはん [エネルギー] 478kcal [たんぱく質] 16.4g [食塩相当量] 1.7g | 蓮根と豚肉のコチジャンソース ●豆ひじき ●鶏さつま揚げ ●おぐらのおかか和え ●野沢菜入り大根の漬物 ●枝豆と小エビごはん [エネルギー] 505kcal [たんぱく質] 21.3g [食塩相当量] 2.8g |
| 12 (火) | チキンミートローフ(トッピングソース(トマト)) ●スクランブルエッグ(人参) ●野菜とウインナーの炒め物 ●ツナとほうれん草の和え物 ●胡瓜漬け ●ごはん [エネルギー] 511kcal [たんぱく質] 16.6g [食塩相当量] 2.1g | ホッケ塩焼き 付)味付いんげん ●切干大根 ●畑のお肉の旨煮 ●野菜のマリネ ●しそ昆布 ●ごはん [エネルギー] 455kcal [たんぱく質] 18.2g [食塩相当量] 1.9g |
| 13 (水) | ぶり照焼 付)花形人参 ●じゃが芋とおからのサラダ ●春雨と野菜のそぼろ炒め ●小豆煮 ●刻みたくあん ●ごはん [エネルギー] 510kcal [たんぱく質] 16.3g [食塩相当量] 1.5g | 麻婆茄子 ●ザーサイと蒸し鶏の塩だれ和え ●出汁巻き玉子 ●わさび菜おひたし ●塩えんどう豆 ●ごはん [エネルギー] 516kcal [たんぱく質] 16.9g [食塩相当量] 2.0g |
| 14 (木) | 豚肉と木耳の中華旨煮 ●しゅうまい ●キャベツのコンソメ煮 ●大豆ちりめん ●胡瓜の生姜漬け ●ごはん [エネルギー] 493kcal [たんぱく質] 16.9g [食塩相当量] 2.2g | 鶏ごぼうフライ ●ペンのカレークリーム ●高野豆腐と野菜の煮物 ●ツナマヨコーン ●赤ずいきの酢の物 ●ごはん [エネルギー] 559kcal [たんぱく質] 16.8g [食塩相当量] 1.7g |
| 15 (金) | あじ塩焼き 付)味付いんげん ●さつまいもの甘煮 ●豆腐と野菜のそぼろあん ●おぐらと湯葉のお浸し ●大根としその実の漬物 ●ごはん [エネルギー] 445kcal [たんぱく質] 18.9g [食塩相当量] 1.7g | つくね(くわい入り) ●ひじき煮 ●豆腐干と野菜の中華和え ●かにかま入り玉子 ●白菜漬け ●ごはん [エネルギー] 512kcal [たんぱく質] 17.3g [食塩相当量] 2.6g |
| 16 (土) | 鶏肉と茄子の黒酢あん ●ほうれん草と人参の煮浸し ●大葉入り豆腐団子 ●ささがききんぴらごぼう ●しば漬け ●ごはん [エネルギー] 481kcal [たんぱく質] 16.9g [食塩相当量] 1.8g | いわしかつお節煮 付)人参煮 ●蓮根そぼろ ●蒸し鶏の胡麻だれ和え ●小松菜のお浸し ●切り昆布煮 ●ごはん [エネルギー] 468kcal [たんぱく質] 18.8g [食塩相当量] 1.7g |
| 17 (日) | カレーの唐揚げ ●カリフラワーとウインナーの煮物 ●大根サラダ ●花斗六豆 ●ザーサイ炒め ●ごはん [エネルギー] 510kcal [たんぱく質] 19.9g [食塩相当量] 1.4g | 鶏肉とインゲンのオイスターソース ●ジャンボ肉だんご ●キャベツとさつま揚げの中華煮 ●人参しりしり ●胡瓜漬け ●ごはん [エネルギー] 510kcal [たんぱく質] 16.8g [食塩相当量] 2.3g |

| | 昼食 | 夕食 |
|--------|---|---|
| 18 (月) | 和風おろしソースハンバーグ 付)ペペロンチーノ ●豆サラダ ●ラタトゥイユ ●キャベツのマリネ ●あみ佃煮 ●ごはん [エネルギー] 539kcal [たんぱく質] 16.7g [食塩相当量] 2.1g | さば味噌煮 付)花形人参 ●さつま芋煮 ●ブロッコリーのカニカマあんかけ ●ささみの梅肉和え ●刻みたくあん ●ごはん [エネルギー] 533kcal [たんぱく質] 16.3g [食塩相当量] 1.6g |
| 19 (火) | 銀ひらす照焼き 付)れんこんの甘酢漬け ●小松菜の和え物 ●五目揚げ豆腐 ●うずら豆 ●赤しそ大根 ●ごはん [エネルギー] 529kcal [たんぱく質] 17.2g [食塩相当量] 1.6g | 豚肉とがんもの含め煮 ●ミートボール(オニオンソース) ●春雨と野菜のそぼろ炒め ●若布と干し海老の当座煮 ●胡瓜の生姜漬け ●ごはん [エネルギー] 468kcal [たんぱく質] 17.1g [食塩相当量] 2.2g |
| 20 (水) | プレーンオムレツ(ミートソース) ●ツナの梅風味パスタ ●高野豆腐の含め煮 ●チンゲン菜と人参のお浸し ●昆布ちりめん ●ごはん [エネルギー] 480kcal [たんぱく質] 17.2g [食塩相当量] 2.2g | カジキカツ ●豆乳入りしっとり卵の花 ●畑のお肉とキャベツの味噌炒め ●枝豆とコーンの洋風煮 ●野沢菜入り大根の漬物 ●ごはん [エネルギー] 582kcal [たんぱく質] 16.4g [食塩相当量] 1.9g |
| 21 (木) | メバル塩焼き 付)味付いんげん ●ひじき煮 ●白菜と青菜のそぼろあんかけ ●合鴨スモーク ●大根としその実の漬物 ●ごはん [エネルギー] 476kcal [たんぱく質] 18.4g [食塩相当量] 2.3g | 麻婆豆腐 ●コールスローサラダ ●鶏さつま揚げ ●小豆煮 ●広島菜漬け ●ごはん [エネルギー] 507kcal [たんぱく質] 16.9g [食塩相当量] 1.8g |
| 22 (金) | 豚肉の生姜風味 ●蓮根そぼろ ●チキンボールのトマトソース ●胡瓜とツナの酢の物 ●塩えんどう豆 ●大根葉としらすの混ぜごはん [エネルギー] 472kcal [たんぱく質] 16.8g [食塩相当量] 3.0g | にしんみぞれ煮 付)人参煮 ●かぼちゃの田舎煮 ●鶏肉と春雨の中華和え ●ほうれん草のごま和え ●しば漬け ●ごはん 12月22日は、「冬至」です。「かぼちゃの田舎煮」をお楽しみください。 [エネルギー] 467kcal [たんぱく質] 16.4g [食塩相当量] 2.1g |
| 23 (土) | 白身フライ(タルタルソース) ●湯葉入りチンゲン菜 ●畑のお肉の旨煮 ●いんげんのピーナッツ和え ●刻みたくあん ●ごはん [エネルギー] 524kcal [たんぱく質] 16.5g [食塩相当量] 1.7g | 鶏肉と野菜の和風醤油煮 ●焼きそば ●ラタトゥイユ ●ちりめんじゃこの佃煮 ●鳴門産細切りわかめ煮★ ●ごはん ★【地産外商】徳島県鳴門産のわかめを使用 [エネルギー] 479kcal [たんぱく質] 16.8g [食塩相当量] 1.9g |
| 24 (日) | 厚揚げの塩そぼろあん ●枝豆と魚すり身団子(豆乳入り) ●キャベツのコンソメ煮 ●ごぼうサラダ ●桜でんぶ ●ごはん [エネルギー] 472kcal [たんぱく質] 16.1g [食塩相当量] 2.0g | 霧島黒豚のハッシュドポーク弁当 +ご馳走の日+ 内容はP.10をご覧ください  |

| | 昼食 | 夕食 |
|--------|---|---|
| 25 (月) | いわし山椒煮 付)人参煮 ●切干大根 ●鶏肉入り玉子とじ ●小松菜のお浸し ●胡瓜漬け ●ごはん [エネルギー] 460kcal [たんぱく質] 17.8g [食塩相当量] 1.8g | 若鶏から揚げ 付)ナポリタン ●お豆と昆布の煮物 ●豆腐干と野菜の中華和え ●ささがきんぴらごぼう ●あみ佃煮 ●ごはん [エネルギー] 531kcal [たんぱく質] 16.9g [食塩相当量] 2.1g |
| 26 (火) | 豚肉と野菜のガーリック風味 ●さつまいもの甘煮 ●茄子と挽肉の味噌炒め ●ツナマヨコーン ●広島菜漬け ●ごはん [エネルギー] 517kcal [たんぱく質] 16.6g [食塩相当量] 1.6g | サーモンバーグ 付)キャベツと人参の炒め ●ひじき煮 ●厚焼き玉子(関東風) ●鶏レバー煮 ●野沢菜入り大根の漬物 ●ごはん [エネルギー] 545kcal [たんぱく質] 19.4g [食塩相当量] 2.5g |
| 27 (水) | さば塩焼き 付)味付いんげん ●ほうれん草と人参の煮浸し ●キャベツとさつま揚げの中華煮 ●おくらのおかか和え ●しば漬け ●ごはん [エネルギー] 498kcal [たんぱく質] 16.1g [食塩相当量] 1.9g | 豚肉と玉ねぎの味噌仕立て ●平麺ビーフン(大豆ミート入り) ●鶏肉と野菜のいなり巻 ●小松菜とちくわの煮浸し ●刻みたくあん ●ごはん [エネルギー] 470kcal [たんぱく質] 16.0g [食塩相当量] 2.0g |
| 28 (木) | 鶏ささみチーズカツ ●マカロニと果物のサラダ ●ラタトゥイユ ●枝豆とコーンの洋風煮 ●しそ昆布 ●ごはん [エネルギー] 562kcal [たんぱく質] 17.1g [食塩相当量] 2.0g | カツオ煮付け 付)花形人参 ●ミートボール(柚子おろし) ●野菜とウインナーの炒め物 ●いんげんのピーナッツ和え ●白菜漬け ●ごはん [エネルギー] 462kcal [たんぱく質] 20.1g [食塩相当量] 1.6g |
| 29 (金) | ふんわりカニ玉 ●豆ひじき ●畑のお肉とキャベツの味噌炒め ●チンゲン菜と人参のお浸し ●あみ佃煮 ●ごはん [エネルギー] 476kcal [たんぱく質] 16.0g [食塩相当量] 2.4g | 鶏肉の炊き合わせ ●焼きそば ●ちくわの磯辺揚げ(豆乳入り) ●うずら豆 ●胡瓜漬け ●ごはん [エネルギー] 507kcal [たんぱく質] 16.0g [食塩相当量] 2.1g |
| 30 (土) | トマトソースハンバーグ 付)ペペロンチーノ ●コールスローサラダ ●ポテトとウインナー ●大豆ちりめん ●切り昆布煮 ●ごはん [エネルギー] 549kcal [たんぱく質] 17.1g [食塩相当量] 2.2g | あじみりん焼き 付)味付いんげん ●小松菜の和え物 ●豆腐と野菜のそぼろあん ●人参しりしり ●赤しそ大根 ●ごはん [エネルギー] 441kcal [たんぱく質] 19.1g [食塩相当量] 1.6g |
| 31 (日) | スケソウダラ煮付け 付)花形人参 ●ささげのお浸し ●鶏さつま揚げ ●おくらのお肉和え ●刻みたくあん ●ごはん [エネルギー] 449kcal [たんぱく質] 17.8g [食塩相当量] 2.0g | そば 年越し弁当 ●海老天ぶら ●いなり寿司 ●おかず豆 ●合鴨スモーク ●めんつゆ [エネルギー] 476kcal [たんぱく質] 18.0g [食塩相当量] 3.1g (めんつゆ:1.5gを含む)  |

こだわり食材を使ったお弁当のおかずをご紹介します

献立ピックアップ

18日 23日 28日 ラタトゥイユ

🔍 ラタトゥイユってどんな料理?

ラタトゥイユとは、ズッキーニや玉ねぎ、トマトなどの野菜を炒め、野菜の水分を利用して煮込んだ料理のことです。

フランス南部地方の郷土料理ですが、その作り方は各家庭によって異なることから、「おふくろの味」と言われるほど家庭料理の定番だと言われています。ラタトゥイユは野菜の煮込み料理ですが、温かい状態だけではなく冷たくしても美味しく食べることができ、



どんな野菜とも合うため、季節を問わず食べられています。



ラタトゥイユ

宅配クック123のお惣菜の一つであるラタトゥイユは、改良を重ねながら10年近くお客様にお届けされている一品です。今回はラタトゥイユという料理についてご紹介します。

🔍 ラタトゥイユには栄養がたくさん!

野菜は加熱することで、かさが減って一度でたくさん食べることが出来たり、生野菜に比べて消化吸収が良くなったりします。ビタミンやミネラルなど、加熱によって流出する栄養素がありますが、スープや煮物にすることで、効率よく栄養を摂ることができると言われています。ラタトゥイユに使用されているトマトの代表的な栄養素であるリコピンは、加熱することで吸収しやすくなる栄養素です。リコピンは強い抗酸化作用を持ち、悪玉コレステロールの酸化を防ぐことから、血流を改善する効果や生活習慣病を予防する効果が期待されています。



🔍 色とりどりの野菜が入ったラタトゥイユ

宅配クック123のラタトゥイユは、にんにく、ベーコン、玉ねぎの順に炒め、トマトピューレ・トマトペースト・白ワイン・他調味料を加えて煮込んでいます。揚げ茄子やズッキーニ、黄ピーマンなどいろいろな野菜が入っている一品で、10年近くお客様に愛されているお惣菜の一つです。12月のお弁当でもラタトゥイユをお届けしますので、ぜひお召し上がりください。

抽選で毎月200名様に

大人のための123ぬりえ プレゼント!

難易度



宅配クック123オリジナルの「ぬりえ」をプレゼントいたします。
今月は「伊勢神宮(三重県)」のぬりえです。



完成イメージ



線画イメージ

内宮の入り口は日常の世界から神聖な世界を結ぶ懸け橋ともいわれています。五十鈴川にかかる宇治橋の正面の美しい大鳥居は神聖な雰囲気。緑豊かで敞かな空気感を想像しながら彩色しましょう。

スポット紹介

「お伊勢さん」として親しまれる伊勢神宮。伊勢神宮は外宮・内宮を中心とした125の宮社の総称です。内宮の主祭神は天照大御神、八百万の神々の中心であり太陽にも例えられる神様です。神宮林なども合わせると約5,500ヘクタールという広さがあります。

ご応募は
こちら

お客様相談室(通話無料)まで

0120-288-120

受付時間/平日10:00~17:00(土・日・祝、年末年始はお休みいたします)

応募締め切り

2023年
12月27日(水)まで

ご応募お待ちしております!

●当選者は、発送をもって発表とさせていただきます。(2024年1月中旬発送予定) ●1回のご応募につき1部の受付となります。

おせち料理

特選
宅配クック123の

ご予約承り中



37品 27,000円(税込)
25,000円(税抜)

3~4人前 お重サイズ 257mm×196mm×183mm / 3段

| | | | |
|-------|----------|---------|----------------|
| エネルギー | 3543kcal | 炭水化物 | 329.1g |
| たんぱく質 | 240.2g | 食塩相当量 | 24.6g |
| 脂質 | 143.6g | アレルギー物質 | 小麦・乳成分・卵・えび・かに |

※1台あたり ●アレルギー物質については特定原材料のみ表示

- 巻の重** 国産鰯照焼、いか松笠ウニ焼、牛肉ごぼう巻、赤魚西京焼、焼湯葉、味付焼筒、国産車海老、紅白市松蒲鉾、伊達巻、田作り、北海道産帆立旨煮、徳島県産なると芋きんとん、渋皮栗甘露煮
- 式の重** 海老テリーヌ、オーロラカスタード、くるみ甘露煮、湯葉ティラミス、北海道産味付数の子、あわび旨煮、ズワイ蟹爪、紅白なます、丹波篠山産黒豆、たたきごぼう、寿高野豆腐、北海道産味付いくら
- 参の重** 柚子貝柱、若桃甘露煮、リンゴと紅芋のパイ包み、紅鮭昆布巻、サーモントラウトスモーク、クランベリーポーク、黒糖ローストポーク、カニ彩りテリーヌ、北寄貝サラダ、市松高菜巻、あんずさわやか煮、近江牛しぐれ煮

あわびやズワイ蟹、近江牛など素材や産地にこだわった豪華な三段重。山海のご馳走が存分に詰まったおせちが、一年の始まりを華やかに彩ります。



吉祥 きつしろう

参の重

巻の重

式の重

定番の食材を揃えた、五色の配置が目にも美しい一段重です。

27品 6,980円(税込)
6,463円(税抜)

1~2人前 お重サイズ 257mm×196mm×79mm / 1段

| | | | |
|-------|----------|---------|----------------|
| エネルギー | 1141kcal | 炭水化物 | 100.8g |
| たんぱく質 | 74.1g | 食塩相当量 | 7.7g |
| 脂質 | 49.1g | アレルギー物質 | 小麦・乳成分・卵・えび・かに |

※1台あたり ●アレルギー物質については特定原材料のみ表示

- 寿高野豆腐、味付焼筒、帆立旨煮、梅人参旨煮、焼湯葉、椎茸旨煮、合鴨スモーク、子持いか旨煮、チキン香草ロール、田作り、チーズ入り挽肉の肉巻、若桃甘露煮、金箔黒豆、マーブルチーズ キウイ、マーブルチーズ イチゴ、くるみ甘露煮、紅白なます、味付いくら、紅白市松蒲鉾、祝い海老、きんとん、栗甘露煮、味付数の子、たたきごぼう、鰯照焼、サーモントラウトスモーク、カニテリーヌ

伝統の味を豊富に盛り込んだ三段重。彩り豊かな食材をお楽しみください。

38品 12,000円(税込)
11,112円(税抜)

2~3人前 お重サイズ 196mm×196mm×185mm / 3段

| | | | |
|-------|----------|---------|----------------|
| エネルギー | 2407kcal | 炭水化物 | 249.9g |
| たんぱく質 | 141.2g | 食塩相当量 | 17.1g |
| 脂質 | 93.8g | アレルギー物質 | 小麦・乳成分・卵・えび・かに |

※1台あたり ●アレルギー物質については特定原材料のみ表示

- 巻の重** きんとん、渋皮栗甘露煮、紅白なます、鯛きぬた巻、たたきごぼう、祝い海老、小鯛ひしお焼、たこ照焼、梅人参旨煮、焼湯葉、帆立旨煮、金箔黒豆、若桃甘露煮、くるみ甘露煮
- 式の重** 合鴨スモーク、サーモントラウトスモーク、大根焙煎胡麻サラダ、日向夏あみ笠、牛肉とごぼうのしぐれ煮、スイートポテトロール、寿高野豆腐、味付焼筒、きぬさや、にしん昆布巻、田作り、紅白市松蒲鉾、あんずさわやか煮、宇治抹茶ようかん
- 参の重** 真鱈子昆布、北寄貝サラダ、ソーセージテリーヌ、チーズ入り挽肉の肉巻、味付数の子、味付いくら、湯葉ティラミス、鰯照焼、鳴門金時芋レモン煮、シーフードテリーヌ



初夢 はつゆめ

参の重

巻の重

式の重

栄養価の調整が必要な方や噛む力が弱くなった方向けのおせち料理

カロリー・塩分調整おせち 38品 7,980円(税込)

1人前 7,389円(税抜)
お重サイズ 166mm×166mm×107mm / 2段 ※1台あたり ●アレルギー物質については特定原材料のみ表示

| | | | |
|-------|---------|---------|----------------|
| エネルギー | 960kcal | 炭水化物 | 91.0g |
| たんぱく質 | 69.8g | 食塩相当量 | 7.4g |
| 脂質 | 37.1g | アレルギー物質 | 小麦・乳成分・卵・えび・かに |

巻の重 蒲鉾 白、蒲鉾 紅、たこ照焼、にしん昆布巻、味付数の子、サーモントラウトスモーク、くるみ甘露煮、鳴門金時芋レモン煮、花斗六豆、あんずさわやか煮、おはぎ、味付焼筒、寿高野豆腐、きぬさや、焼湯葉、椎茸旨煮、梅人参旨煮、カニ信田巻、カニとほうれん草の信田巻、黒豆

式の重 たたきごぼう、カニと南瓜のテリーヌ、子持いか旨煮、たらこ旨煮、若桃甘露煮、きんとん、渋皮栗甘露煮、鰯照焼、紅白なます、味付いくら、なごみ巻(海老)、なごみ巻(ほうれん草)、祝い海老、田作り、合鴨スモーク、ソーセージテリーヌ、宮崎県産若鶏のチーズ焼、牛肉とごぼうのしぐれ煮

たんぱく・塩分調整おせち 35品 7,980円(税込)

1人前 7,389円(税抜)
お重サイズ 166mm×166mm×107mm / 2段 ※1台あたり ●アレルギー物質については特定原材料のみ表示

| | | | |
|-------|----------|---------|----------------|
| エネルギー | 1232kcal | カリウム | 1343mg |
| たんぱく質 | 38.2g | リン | 472mg |
| 脂質 | 39.2g | 食塩相当量 | 5.0g |
| 炭水化物 | 184.3g | アレルギー物質 | 小麦・乳成分・卵・えび・かに |

巻の重 きんとん、渋皮栗甘露煮、栗甘露煮、紅白なます、味付いくら、サーモントラウトスモーク、味付数の子、たたきごぼう、なごみ巻(海老)、なごみ巻(ほうれん草)、きぬさや、味付焼筒、梅人参旨煮、椎茸旨煮、カニと南瓜のテリーヌ、合鴨スモーク、ソーセージテリーヌ、花斗六豆

式の重 鳴門金時芋レモン煮、蒲鉾 紅、蒲鉾 白、若桃甘露煮、あんずさわやか煮、くるみ甘露煮、田作り、日向夏あみ笠、スイートポテトロール、黒豆、にしん昆布巻、ドライトト赤ワイン煮、蟹入り団子、いちごフロマージュ、はかた地どりテリーヌ、錦玉子市松、チーズ入り挽肉の肉巻

やわらかいおせち料理(和-なごみ-) 噛む力が弱くなった方向けのやわらかおせち。

15品 2,980円(税込)
1人前 2,760円(税抜)
お重サイズ 201mm×143mm×46mm / 1段 ※1台あたり ●アレルギー物質については特定原材料のみ表示

| | | | |
|-------|---------|---------|-------------|
| エネルギー | 419kcal | 炭水化物 | 48.5g |
| たんぱく質 | 16.0g | 食塩相当量 | 1.8g |
| 脂質 | 17.5g | アレルギー物質 | 小麦・乳成分・卵・えび |

伊達巻、ソフト蒲鉾 紅、ソフト蒲鉾 白、きんとん、錦玉子市松、サーモンとほうれん草のテリーヌ、スイートポテトロール、魚すり身の照焼、やわらか昆布巻、ほうれん草ムース、なごみ巻(ほうれん草)、なごみ巻(海老)、祝い海老ムース、味付いくら、黒豆

おせち料理に関するお問い合わせは、店舗までお願いいたします。

- ◆お届けは12月31日となります。
- ◆お料理は必ず冷蔵保存してください。
- ◆お料理は1月2日までに召上がりください。
- ◆お料理内容は変更できません。
- ◆飾り物や魚の骨(製造時細心の注意を払って取り除いております)などもございますので、充分にお気をつけください。
- ◆写真は盛り付け例です。お届けする商品とは異なる場合がございます。
- ◆販売個数に限りがございますので売り切れの際はご容赦ください。