

FRESTA フレスタの夕食宅配

毎週、水曜日までにお申し込み。

新鮮な食材で作っています。

夕食宅配は
配達料 0円

とってもヘルシー!

たんぱく質、塩分、カロリー...
管理栄養士が栄養バランスを
考えてメニューを作っています。

こだわりの
おいしさ

飽きのこない豊富なメニュー。
ひとつひとつを手作りで
丁寧に調理しおいしさと
安全にこだわっています。

1週間単位

ご注文は
1週間単位

お申し出いただくまでは
自動的に次週からは継続して
お届け致します。

毎週
水曜日まで
にお申し込み

夕食宅配(弁当)の
配送料は無料です!

夕食宅配は、エブリデイフレスタの
宅配会員の方であればどなたでも
ご利用いただけます。

毎週月~土曜日まで**毎日**お届け

土曜日・
祝日も配達!

午後6時頃までにお届けします。
土曜日・祝日もお届け(日曜日のみ休み)
※ご注文は1週間単位での受け付けとなります。
日別にはお受けできません。

お留守でも安心!
保冷BOXに
入れてお届け
します。

6日分の献立

価格(税別)
600円(1食)×6日=
3,600円

フレスタの
夕食宅配は

選べる2種類

おかずコース

ごはんコース

◎お申し込みは宅配コールセンターまで

好評受付中!

050-1808-4981

おかずコース

【5月献立表】

(月)	(火)	(水)	(木)	(金)	(土)
5月4日	5月5日	5月6日	5月7日	5月8日	5月9日
<ul style="list-style-type: none"> サバのカレー焼き キャベツの洋風煮 野菜の和え物 さつまいもツナのサラダ なす煮浸し 蓮根と蒟蒻の炒め物 金時豆 	<ul style="list-style-type: none"> ハンバーグ ブロッコリーとイカの炒め物 チャブチ 揚げポテトバター風味 明太子のスパゲティサラダ ミニくずもち(白桃) 	<ul style="list-style-type: none"> アジの香味焼き 豚バラ大根 南瓜コロッケ 法蓮草としめじのお浸し きんぴらごぼう 玉ねぎのベーコン炒め キャベツのレモン和え 	<ul style="list-style-type: none"> 鶏の味噌粕焼き だし香る肉じゃがが煮 だし香る高野豆腐 豆の彩りサラダ 切干大根とわかめの和え物 小松菜のソテー 高菜 	<ul style="list-style-type: none"> 白身魚フライ 牛肉のちゃんちゃん焼き 切干大根のお好みおえ 玉ねぎと人参の酢の物 もやしとニラの炒め物 胡瓜の浅漬け 	<ul style="list-style-type: none"> 天ぷらの盛合せ あさりと野菜の旨味あんかけ 筍とわかめの煮物 アスパラのナムル だし香るひじき煮 美味魔おはぎ
5月11日	5月12日	5月13日	5月14日	5月15日	5月16日
<ul style="list-style-type: none"> ブリの田楽風 牛肉と蓮根の甘辛炒め 野菜のコンソメ煮 法蓮草と油揚げの煮浸し 胡瓜の彩り酢の物 ほくほく塩昆布芋 桜漬 	<ul style="list-style-type: none"> タンドリーチキン 柳川風煮 白滝としめじの煮物 青梗菜ともやしのお浸し アスパラのピーナッツ和え いんげんのソテー ポテトサラダ 	<ul style="list-style-type: none"> サバの塩麹焼 八宝菜 法蓮草と卵の炒め物 春雨中華サラダ 五目豆 だしキャベツ 切干大根のゆかり和え 	<ul style="list-style-type: none"> 鶏のトマト煮 厚揚げと小松菜の炒め物 クリームコロッケ フレンチサラダ カリフラワーの和え物 南瓜の甘煮 	<ul style="list-style-type: none"> アジフライ 青梗菜と豚肉の豆板醤炒め 麻婆茄子 小松菜とツナの和え物 蓮根の和サラダ ナポリタンスパ たくあん 	<ul style="list-style-type: none"> 青椒肉絲 鶏肉と根菜の煮物 かに玉 ごぼうサラダ 菜の花の辛子和え さつまいも手作り大学芋
5月18日	5月19日	5月20日	5月21日	5月22日	5月23日
<ul style="list-style-type: none"> ホキの野菜甘酢あんかけ 鶏肉の彩り野菜巻きカツ 大根と蒟蒻の煮物 きんぴらごぼう 塩麹サラダ だし香る高野豆腐 	<ul style="list-style-type: none"> チキン南蛮 肉野菜炒め なすと南瓜の煮浸し きんぴらごぼう さつまいもの白和え 春雨とキャベツの炒め物 胡瓜のピリ辛漬 	<ul style="list-style-type: none"> 赤魚の粕漬焼 ミートコロッケ ジャーマンポテト キャベツのカレーソテー いんげんの辛し和え 人参の明太子炒め 蓮根のゆかり入酢の物 	<ul style="list-style-type: none"> すき焼き風肉豆腐 豚肉とアスパラのポン酢炒め お好み焼きフライ 人参とえのきの和え物 南瓜のおかずサラダ しば漬 	<ul style="list-style-type: none"> さんまの蒲焼風 ブロッコリーと海老の炒め物 小松菜のしらす和え 春雨と蒸し鶏のごま酢サラダ キャベツと舞茸の和え物 玉ねぎのベーコン炒め 金時豆 	<ul style="list-style-type: none"> 鶏天 豚肉とピーマンの味噌炒め だし香る南瓜煮 切干大根とわかめの和え物 マカロニサラダ 大根の白煮
5月25日	5月26日	5月27日	5月28日	5月29日	5月30日
<ul style="list-style-type: none"> 蒸しタラの梅なめ茸かけ 彩り野菜のバジルチキン じゃが芋のバター風味煮 キャベツとしらすの酢の物 炊合せ ブロッコリーのピーナッツ和え 白花豆 	<ul style="list-style-type: none"> 鶏の炭火照り焼き 豚肉とアスパラのピリ辛炒め チャブチ コールスローサラダ 枝豆とひじきの白和え もやしとニラの炒め物 紅白生酢 	<ul style="list-style-type: none"> 揚げ鱈と茄子のおろしあん 三角中華春巻き 法蓮草と卵の炒め物 だし香るひじき煮 さつまいもツナのサラダ 桜漬 	<ul style="list-style-type: none"> 豆腐ハンバーグ 豚肉の甘酢炒め だし香る里芋の煮ころがし 春雨中華サラダ 五目豆 胡瓜とトマトの和え物 	<ul style="list-style-type: none"> 白身魚フライ だし香る肉じゃがが煮 蓮根と蒟蒻の炒め物 ひじきとオクラの和え物 キャベツのカレーソテー 小松菜のおかか和え 	<ul style="list-style-type: none"> ポークチャップ イカの磯辺フライ 野菜の和え物 アスパラの胡麻和え 豆の彩りサラダ ゆで卵

■天候や原料事情等により、内容の一部を予告なく変更する場合がございます。予めご了承ください。