

6/20・6/27
金

つるつるごまだれサラダうどん
いなりごはん



調理時間
約20分

消費期限6/22(日)・6/29(日)

つるつるごまだれサラダうどん

① うどん…凍ったまま袋ごと耐熱器にのせ、電子レンジ加熱(目安として1玉約3分30秒)→流水で洗って冷ます→水気をきって盛る

② コーン…ラップで包み、電子レンジ加熱(目安として20g約50秒)

レタス…ちぎる

胡瓜…スライサー(薄切り用)で小口切り

ミニトマト…くし形切り

ハム…食べやすく切る

胡瓜は包丁で切ってもOK!
【For Kids】胡瓜はスライサーで薄く切ることで、お子さまにも食べやすい♪

③ ①に②、油をきったツナフレークをのせ、ごまだれ、マヨネーズをかける。

材料

2人用

3人用

材料

2人用

3人用

小袋調味料付き

ごまだれ
ごまの香ばしさとにんにくの風味、みそのコクを活かして香り豊かに仕上げました。

電子レンジ調理は500Wを目安にしておりますが、機種により加熱時間が異なりますのでご了承ください。

6/21・6/28
土

牛サイコロステーキ
あさりと野菜のとっとき煮



調理時間
約15分

消費期限6/22(日)・6/29(日)

6/20(金)・6/27(金)お届け

消費期限6/22(日)・6/29(日)

下ごしらえ

② あさり…解凍する

① 牛サイコロステーキ…解凍する

牛肉を食べやすくサイコロ状に成型しました。ソフトな食感が特長です。

牛サイコロステーキ

① フライパンを熱して②を転がしながら中火で焼き(油はひかなくてOK)、蓋をして弱火にする。中まで火が通ったら余分な脂を取り、③を加えてからめ、ちぎったレタスと共に盛る。

材料

2人用

3人用

材料

2人用

3人用

あさりと野菜のとっとき煮

① 鍋に和風調味料(お好みで加減)、水を煮立て、②、カット野菜を入れ、蓋をして中火で煮る(目安として2人用約5分)。

● カット野菜の消費期限は6/21(土)・6/28(土)です。本日中にお召し上がりください。

6月の得々コース

こちらの用紙にご記入いただいても、お申込みができます。スマイルスタッフにお渡しください。

コース

コード

氏名

5日間(月～金)

6/16週

6/23週

6日間(月～土)

6/16週

6/23週

2人用

5,480円

6,800円

3人用

6,600円

8,300円

ヨシケイ浜松・ヨシケイ愛知
オリジナル

6月の得々コース

人気メニューで
お得!

お客様の声に
お応えて

どちらの週でも
ご利用可能!

ご都合に合わせて
ご利用ください!

6/16週

2025.6/11(水)

17:00まで

6/23週

2025.6/18(水)

17:00まで

価格も
お得!!

5日間(月～金)

6日間(月～土)

2人用

5,480円

6,800円

3人用

6,600円

8,300円

ご注文用紙・WEB注文にて

ご利用週をお間違いないよう
お願い申し上げます。

6/23週メニューをご利用のお客様は、
次週配布のご注文用紙にご記入ください。

ご不明な点がございましたら、下記フリーダイヤルまでお問合せください。
ヨシケイ浜松 ☎0120-166337 ヨシケイ愛知 ☎0120-930917

6/16・6/23
月

豚肉の和風おろし
野菜のかきたま汁

6/17・6/24
火

チキンの完熟トマトのソース
ウインナーとキャベツのマヨネーズ煮

6/18・6/25
水

めかじきのおろしポン酢がけ
焼ちくわと青菜のみそ煮

6/19・6/26
木

麻婆豆腐
皮ワンタンスープ・トマトの華風あえ

6/20・6/27
金

つるつるごまだれサラダうどん
いなりごはん

6/21・6/28
土

牛サイコロステーキ
あさりと野菜のとっとき煮

お申込みについて

記入例のように、得々コース2人用もしくは得々コース3人用の右側に、(月)～(金)もしくは(月)～(土)まで同じ数量をご記入ください。

WEBからご注文の場合は、
“ 6/16週 →カテゴリー →得々コース”をお選びいただき、(月)～(金) or (月)～(土)まで、同じ数量をご入力ください。

※通しメニューとなっておりますので、(月)～(金)の5日間or(月)～(土)の6日間の数量が入っていないとご注文が入りませんのでご注意ください。

Y*デリ 2人用

Y*デリ 3人用

バランス400 2人

バランス400 3人

記入例: 2人用(月～金)の5日間の場合

得々コース 2人用

得々コース 3人用

お申込みについて

記入例のように、得々コース2人用もしくは得々コース3人用の右側に、(月)～(金)もしくは(月)～(土)まで同じ数量をご記入ください。

WEBからご注文の場合は、
“ 6/16週 →カテゴリー →得々コース”をお選びいただき、(月)～(金) or (月)～(土)まで、同じ数量をご入力ください。

※通しメニューとなっておりますので、(月)～(金)の5日間or(月)～(土)の6日間の数量が入っていないとご注文が入りませんのでご注意ください。

Y*デリ 2人用

Y*デリ 3人用

バランス400 2人

バランス400 3人

記入例: 2人用(月～金)の5日間の場合

得々コース 2人用

得々コース 3人用