ヨシケイ浜松・ヨシケイ愛知 オリジナル

12月 トクトク 得々コース

人気メニューでお得！

こちらのコースは、月～金の5日間か、月～土の6日間の通し限定メニューです。

お客様からの声にお応えして

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！

12/7週
締切日 2026. 12/2(水) 17:00まで

12/14週
締切日 2026. 12/9(水) 17:00まで

価格もお得!!

	5日間(月～金)	6日間(月～土)
	スマイリーミールは6,880円	
2人用	5,480円	6,600円
3人用	6,600円	8,000円

ご注文用紙・WEB注文にて

ご利用週をお間違いのないようお願い申し上げます。
12/14週メニューをご利用のお客様は、12/14週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、記載の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



12/7・14 月曜日

牛ひき肉の麻婆豆腐
ちくわと野菜のポン酢あえ



12/8・15 火曜日

さけのムニエル
ミネストローネ



12/9・16 水曜日

ポークBBQ
ハムマカロニサラダ



12/10・17 木曜日

さばの昆布白醤油干し
ベーコンと野菜の炒めもの



12/11・18 金曜日

豚しゃぶ肉と
いろいろ野菜のちゃんこ鍋



12/12・19 土曜日

きのこ入りチキンカレー
カリカリベーコンのサラダ

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、
“12/ 7 週 12/14 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。

12/11・18 金曜日

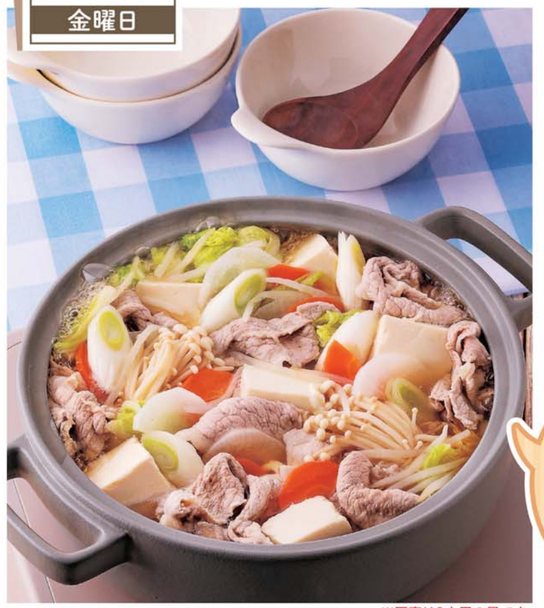
豚しゃぶ肉といろいろ野菜のちゃんこ鍋

調理時間 約20分

消費期限12/13(日)・12/20(日)

エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
237kcal	23.6g	11.2g	15.0g	3.1g

アレルギー物質を含む食品	小麦	乳成分	卵	そば	落花生	えび	かに	くるみ
ちゃんこ鍋スープ	●							



※写真は3人用の量です。

豚しゃぶ肉といろいろ野菜のちゃんこ鍋

1. 鍋に水、スープを入れて中火にかける。
2. 大根、人参…薄い半月切り
   白菜…ざく切り
   太葱…斜め切り
   えのき茸…根元を切り、ほぐす
   豆腐…水気をきり、食べやすく切る
   豚肉…食べやすく切る
   具材を切りながら順に鍋に加えていくと時短に！
   【For Kids】小さなお子さまには具材を小さく切ることで食べやすくなります♪
3. ❶に具材を入れ、煮立ったらアクを取り、蓋をして中火で煮る(目安として2人用約7～10分)。

小袋調味料付き：ちゃんこ鍋スープ
昆布の風味をきかせた、少し甘めの醤油ベースのスープ。

材　料	2人用	3人用
豚モモ薄切り肉しゃぶしゃぶ用	150g	220g
豆腐	1パック	1パック
えのき茸(冷蔵)	1/2袋	1袋
白菜(冷蔵)	200g	300g
太葱(冷蔵)	1/2本	1/2本
もやし(冷蔵)	100g	150g
大根(冷蔵)	100g	150g
人参(冷蔵)	40g	60g
ちゃんこ鍋スープ	2袋	3袋
□水	500ml	750ml

お得なおまけ付き！ メのうどん

ゆでうどん
2人用 1玉
3人用 2玉



アレルギー 小麦

12/12・19 土曜日

きのこ入りチキンカレー

カリカリベーコンのサラダ

調理時間 約30分

12/11(金)・12/18(金)お届け
消費期限12/13(日)・12/20(日)

エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
398kcal	18.5g	26.4g	24.7g	3.4g

アレルギー物質を含む食品	小麦	乳成分	卵	そば	落花生	えび	かに	くるみ
カレールウ<甘口>	●	●						
ベーコン		●	●					



きのこ入りチキンカレー

1. ぶなしめじは根元を切って食べやすくほぐす。玉葱はくし形切り、人参は乱切りにする。
2. 鍋に油を熱して鶏肉、❶を炒め、水を加えて蓋をして中火で煮る。
3. 火が通ったら、火を止めてルウを加えて混ぜ、再び弱火にかけてとろみがつくまで煮る。最後にホットスパイス(お好みで加減)を加えて煮る。
   ホットスパイスは少量でも辛いので、味をみながら加えてください。

材　料	2人用	3人用
若鶏モモ角切り肉	160g	240g
玉葱	小1コ	1コ
人参(冷蔵)	40g	60g
ぶなしめじ(冷蔵)	1/2パック	2/3パック
□油	大1/2	大2/3
□水	400ml	600ml
カレールウ<甘口>	60g	90g
ホットスパイス	1/3袋	1/2袋

カリカリベーコンのサラダ

1. 貝割大根は根元を切って半分に切り、レタスはちぎる。
2. ベーコンは短冊切りにし、キッチンペーパーを敷いた耐熱器に重ならないように並べ、キッチンペーパーをかぶせて電子レンジで加熱する(目安として2人用約1分20秒、焦げやすいので注意)。
3. ❶、❷を盛り、お好みのドレッシングをかける。

材　料	2人用	3人用
ベーコン	1 1/3枚	2枚
貝割大根(冷蔵)	2/3パック	1パック
レタス又葉野菜(冷蔵)	適量	適量
□お好みのドレッシング	適量	適量

◎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。

キリトリ線

12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)	○をつけてください 12/7週	12/14週	6日間(月～土)	○をつけてください 12/7週	12/14週
2人用	5,480円			6,600円		
3人用	6,600円			8,000円		