

2024 5/13 週

ご注文
締切日

5/8 水 WEBは 23:59まで

カット野菜使用メニューから厳選!
~5/13 週限定~

Special Menu
スペシャルメニュー

Good 楽
ラック
バリュー

6日間のご利用で
驚きの価格!!

今週は
スペシャルプライス!!

1日ごとでのご利用OK!!

各メニュー記載の料金表をご確認ください。

5(月~金) 6(月~土) 日間はさらにお得!!

	5日間 月~金	6日間 月~土
2人用	通常価格 6,450円 特別価格 5,980円 (税込)	通常価格 7,750円 特別価格 7,080円 (税込)
3人用	通常価格 8,120円 特別価格 7,470円 (税込)	通常価格 9,750円 特別価格 8,870円 (税込)
4人用	通常価格 10,380円 特別価格 9,550円 (税込)	通常価格 12,450円 特別価格 11,310円 (税込)

今週の
推し!!

Saturday
5/18 土

こどもも食べられる♪
ガパオ風ご飯
フォー風えびビーフンスープ

タイの定番料理を
お子様にも食べやすい味にアレンジ!
フライパンひとつでパッとできます♪



メニュー番号	1日ごと
697	2人用 1,300円
698	3人用 1,630円
699	4人用 2,070円

プチママ

本日は前日
お届けです。

調理時間
約15分

まろやか
スイート
チリソース
付き!

Monday
5/13 月

おろしソースでからめるだけ!
豚肉のおろしソース
チーズマカロニサラダ
青菜のさっと煮

メニュー番号	1日ごと
197	2人用 1,310円
198	3人用 1,640円
199	4人用 2,090円

楽定番

調理時間
約25分

人気メニューが再登場
おろしソースでからめるだけ!



大根おろし
ソース付き!

Tuesday
5/14 火

辛くない!
麻婆豆腐
カリカリ!焼きワンタン
胡瓜ともやしの中華あえ

メニュー番号	1日ごと
297	2人用 1,220円
298	3人用 1,530円
299	4人用 1,950円

プチママ

調理時間
約15分

辛くないから小さなお子様でもOK!
大人はご家庭にあるラー油で
辛味をプラス!



具入り
麻婆ソース
付き!

Wednesday
5/15 水

[洋食プレート]
ガーリックチキンの
完熟トマトソース
コーンサラダ

メニュー番号	1日ごと
397	2人用 1,270円
398	3人用 1,590円
399	4人用 2,030円

プチママ

調理時間
約15分

味付けはソースにおまかせ!
にんにくをきかせた鶏肉は、
隠し味のしょうゆでご飯がすすみます!



完熟トマトの
ソース付き!

ちびっ子
すだきい

Thursday
5/16 木

のせるだけ!
まぐろのたたき丼
豆腐のチャンプルー

メニュー番号	1日ごと
497	2人用 1,430円
498	3人用 1,830円
499	4人用 2,360円

Cut Meal

調理時間
約10分

解凍してのせるだけの簡単丼!
生魚が苦手な方や小さなお子様には、
まぐろをさっと炒めても◎



Friday
5/17 金

とろ〜りチーズ
の焼きカレー
ハムとキャベツの
コンソメ煮し

メニュー番号	1日ごと
597	2人用 1,220円
598	3人用 1,530円
599	4人用 1,950円

プチママ

調理時間
約15分

ドライカレーの素を使った
簡単焼きカレー!
とろ〜りチーズ&卵で美味しさプラス!



ドライカレー
の素付き!

ちびっ子
すだきい

TV番組で
高評価
メニュー

ご注文の方法はコチラ

【ヨシケイアプリはこちらから】

通しのご利用は
「カテゴリー」の
一番下にある
「Good 楽バリュー」で
ご注文ください。



【お申込書での注文】

1日ごとご利用の場合は3桁の番号を記入欄に、まとめて
ご利用の場合は希望する日数の記入欄にご記入ください。

スマホで見られる
レシピはこちら



裏面は
レシピ
保管してください

5/13(月)

おろしソースでからめるだけ！
豚肉のおろしソース
チーズマカロニサラダ・青菜のざつと煮

作り方

1 マカロニ…塩少々を加えた熱湯で約4分ゆでる(途中、人参を加える)
2 胡瓜、チーズ…小口切り→胡瓜は塩もみ→水気を絞る
3 ①、②を⑤で煮る。
4 青菜…ざく切り、油揚げ…短冊切り
5 鍋に⑤を煮立て、④を入れてざつと煮る。
6 フライパンに油を熱して豚肉、玉葱を炒め、おろしソースを加えてからめ、ちぎったグリーンリーフと共に盛る。
大根おろしソース
大根おろしてざっぱり仕上げた醤油味。
⑥の調味料は和風万能調味料なら簡単！
和風万能調味料(お好みで加減)
水

2人用 3人用 4人用
和風万能調味料 小1/2 小2/3 小1
水 170ml 220ml 300ml

調理時間 約25分
材料
豚肉のおろしソース
マカロニ
チーズマカロニサラダ
青菜のざつと煮

5/14(火)

辛くない！麻婆豆腐
カリカリ！焼きワンタン
胡瓜ともやし中華あえ

作り方

1 胡瓜…細切り
もやし…軽く洗って耐熱器に人参と共にのせ、ラップをして電子レンジ加熱(目安として2人用約1分30秒)して、水気をきる。
2 ②を合わせて①、ちぎったのりをあえる。
3 フライパンに油を熱して弱火～中火でワンタンを焼いて盛り、酢じょうゆを添える。
4 なら…ざく切り
5 豆腐…水気をきり、大きめのさいの目切り
6 ③のフライパンの汚れを拭き取り、麻婆ソース、豆腐、ならを入れて火にかけ、ソースをからめながら炒める。
大人はご家庭にあるラー油で辛みをプラスしても♪

調理時間 約15分
材料
辛い！麻婆豆腐
カリカリ！焼きワンタン
胡瓜ともやし中華あえ

5/15(水)

【洋食プレート】
ガーリックチキンの完熟トマトソース
コーンサラダ

作り方

1 わかめ…塩を水で洗い流し、水につけて戻す
2 にんにく…包丁の腹でつぶして芯を取る→ポリ袋に鶏肉、塩、黒こしょうと共に入れてもむ→小麦粉を加えてポリ袋の口を持って軽く振り、全体にまぶす
3 フライパンにオリーブ油を熱して②を中火で焼き、焼き色がついたら、ぶなしめじ、玉葱を加えて炒め合わせ、蓋をして蒸し焼き(目安として2人用約2分～2分30秒)
4 コーン…ラップに包み、電子レンジ加熱(目安として30g約1分)
わかめ…食べやすく切る、レタス…ちぎる
5 ③に火が通ったら、完熟トマトのソースを加え、しょうゆで味を調える。温かいご飯と共に盛り、お好みでパセリを散らす
6 ④を盛り、お好みのドレッシングをかける
使用する時短キッチングッズ…ポリ袋

2人用 3人用 4人用
完熟トマトのソース
完熟トマトのペーストとビュレを使用した甘さとコクのあるソース。酸味を抑えた、お子さまでも食べやすい味付けです。

調理時間 約15分
材料
ガーリックチキンの完熟トマトソース
コーンサラダ

5/16(木)

のせるだけ！
まぐろのたたき丼
豆腐のチャンプルー

作り方

1 豆腐…適当な大きさにちぎり、塩を振り→十分に水気をきる
【電子レンジで簡単水きり！】
耐熱器の上に乾いたキッチンペーパーを敷き、豆腐を重ねないように並べて加熱(目安として1パック約2分～2分30秒)。豆腐に塩を振ってからレンジ加熱することで、豆腐から水分が出やすくなり、下味も付きます。
2 まぐろのたたき…パックのまま水を張った容器に入れて解凍する
3 チンゲン菜…ざく切り
4 フライパンに油を熱し、豆腐をくずしながら炒めて取り出す。
5 続いて豚肉、③、もやし、カット野菜を炒め、④を戻し入れてざつと炒め合わせ、⑤で調味して削り節を散らす
6 温かいご飯に②のをせ、刻みのりを散らし、お好みでおろしわさびを添え、しょうゆをかける。

調理時間 約10分
材料
のせるだけ！まぐろのたたき丼
豆腐のチャンプルー

5/17(金)

とろ～りチーズの
焼きカレー
ハムとキャベツのコンソメ煮し

作り方

1 ミックスベジタブル…ラップで包み、電子レンジ加熱(目安として20g約1分)
2 ハム…食べやすく切る
3 大きめの耐熱器に②、キャベツ、ぶなしめじ、もやしを入れて③(コンソメは刻んで)を合わせて振りかけ、ラップをして電子レンジで加熱する(目安として2人用約6分)。
電子レンジの加熱時間は様子を見ながら加減してください。鍋又フライパンで弱火～中火で蒸してもよいでしょう。
4 温かいご飯にドライカレーの素を加えて混ぜ、耐熱器に入れる。中央をくぼませて卵を割り入れ、①、チーズをのせてマヨネーズをかけ、オープン又オーブトースターでチーズが溶けるまで焼く。
卵はお好みでゆで卵にしてもOK！

2人用 3人用 4人用
ドライカレーの素
合いびき肉の旨みとチャツネのコクがきいた本格的な味わいです。混ぜるだけでとっても簡単。

調理時間 約15分
材料
とろ～りチーズの焼きカレー
ハムとキャベツのコンソメ煮し

5/18(土)

子どもも食べられる♪
ガパオ風ご飯
フォー風えびビーフンスープ

作り方

1 えび…解凍する
2 なら…ざく切り
えび…キッチンペーパーで水気を拭く
3 鍋に①を煮立て、えび、もやし、ビーフンを入れて蓋をして中火で煮る(目安として2人用約4分)。
4 なす…角切り
5 フライパンに③の油を熱し、ひき肉、玉葱、④を炒め、⑤、ソース、パセリを加えてからめ、温かいご飯と共に盛る。
6 ⑤のフライパンの汚れを拭き取り、⑥の油を足して目玉焼きを作り(半熟程度でOK)、⑦にのせる
お子様でも辛さを感じず、美味しくお召し上がりいただけます。
7 ③に火が通ったら、ならを加えてざつと煮る。
まろやかスイーツチリソース
酸味がきいた甘めの仕上り。にんにくとコリアンダーを加えて風味とコクをプラスしました。

調理時間 約15分
材料
子どもも食べられる♪ガパオ風ご飯
フォー風えびビーフンスープ