

2025 10/13 週

ご注文締切日 10/8 水 WEBは 23:59まで

今週の  
推し!!

Saturday  
10/18 土

にぎやか  
鶏だんご鍋

カット野菜使用メニューから厳選!  
~10/13週限定~

世界の国から  
こんにちは!!

Special Menu

Good 楽  
バリュー

毎日がオトク! スペシャルな1週間!

1日ごとでのご利用 OK!!

今週は  
5日間  
(月~金)が  
お得!!



各メニュー記載の料金表をご確認ください。

5日間 (月~金) 6日間 (月~土) はさらにお得!!

今週は火~土の  
ご利用もOK!

5日間 月~金

6日間 月~土

5日間 火~土

人数	通常価格	特別価格	通常価格	特別価格	通常価格	特別価格
2人用	7,205円	6,520円	8,755円	7,850円	7,305円	6,610円
3人用	9,020円	8,165円	10,960円	9,860円	9,140円	8,280円
4人用	11,580円	10,405円	14,050円	12,580円	11,740円	10,550円

メニュー番号	1日ごと
697	2人用 1,550円
698	3人用 1,940円
699	4人用 2,470円

お子さまが食べやすい  
手づくりの鶏だんご、  
豚肉、野菜の旨みが染み出た  
スープが美味しいあったか鍋です。

Good 楽 Special!!  
おまけで  
メのうどん  
プレゼント!



Monday  
10/13 月

シャキシャキ  
キャベツの回鍋肉  
卵と野菜の春雨スープ

メニュー番号	1日ごと
197	2人用 1,450円
198	3人用 1,820円
199	4人用 2,310円



回鍋醬を使って  
パパッと炒めて出来上がり♪  
今日のおまけ!  
卵と野菜の  
春雨スープ用  
かにかま!  
「更に彩りゆたか♪」

Tuesday  
10/14 火

鶏モモ肉で!  
和風チーズタッカルビ  
きのこのさっぱりサラダ

メニュー番号	1日ごと
297	2人用 1,595円
298	3人用 1,990円
299	4人用 2,640円



人気の韓国料理、チーズタッカルビを、  
西京漬けの素で和風にアレンジしました♪  
ケチャップを加えてお子さまも食べやすい◎  
通常 若鶏ムネ肉  
→お値段そのまま♪  
若鶏モモ肉に!!

Wednesday  
10/15 水

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

メニュー番号	1日ごと
397	2人用 1,440円
398	3人用 1,800円
399	4人用 2,290円



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  
パパッとできます♪  
美味しさアップ!  
卵増量!  
1人当たり1コ→2コへ増量!

Thursday  
10/16 木

ミラノ風  
チキンカツ  
ミートボールと野菜の  
ケチャップ煮

メニュー番号	1日ごと
497	2人用 1,365円
498	3人用 1,710円
499	4人用 2,175円



ミラノ風カツレツは、仔牛肉をたたいてのばし、  
チーズを選じた衣をつけて揚げ焼いた料理。  
今回は、鶏肉とパン粉焼ミックス  
今回は、鶏肉とパン粉焼ミックス  
(チーズ&ハーブ)で  
アレンジしました♪  
美味しさアップ!  
ミートボール  
1人当たり  
増量!  
1個増量!

Friday  
10/17 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 1,355円
598	3人用 1,700円
599	4人用 2,165円



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♪  
美味しさアップ!  
チーズなんと!  
2倍!

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。

裏面は  
レシピ  
保管してください



スマホで見られる  
レシピはこちら

10/13月

シャキシャキ キャベツの回鍋肉 卵と野菜の春雨スープ

作り方
1 玉葱...くし形切り
ピーマン...縦半分は切って
へたと種を取り、乱切り
キャベツ...ざく切り
【For Kids】ピーマンの種が付いている白い部分には苦み成分が含まれているので、取り除くことで食べやすくなります。
2 人参...細切り
にら...ざく切り
3 鍋にAを煮立て、春雨、人参を入れて蓋をして中火で約4分煮る。
4 フライパンに油を熱して豚肉、1を中火~強火で炒める。豚肉の色が変わってきたら水をまわし入れ(目安として2人用大さじ1)、火が通るまで炒め、回鍋醤を加えてからめる。
【コツ】中火~強火でパッと炒めるのがポイント!少量の水を加えることで野菜に火が通りやすくなります。
5 卵...溶きほぐす
6 3に火が通ったら、にらとほぐしたかに風味かまぼこを加えてさっと煮、溶き卵を流し入れ、ごま油を振る。

材料
2人用 3人用 4人用
豚切り落とし肉 200g 300g 400g
キャベツ(冷蔵) 200g 300g 400g
玉葱 小1コ 小1コ 1コ
ピーマン(冷蔵) 1コ 1コ 2コ
[油] 大1/2 大2/3 大1
回鍋醤 2袋 3袋 4袋
回鍋醤 醤の旨みとコクのある辛味、ごま油の香りがきいたたれ。
卵 1コ 1コ 2コ
春雨 20g 30g 40g
人参(冷蔵) 30g 40g 60g
にら(冷蔵) 1/5ワ 1/4ワ 1/3ワ
だし汁 400ml 600ml 800ml
酒 大1/2 大2/3 大1
しょうゆ 大2/3 大1 大1/3
みりん 大1/2 大2/3 大1
ごま油 少々 少々 少々
かに風味かまぼこ 2本 2本 3本
かにかまのおまけ付き!

10/14火

鶏モモ肉で! 和風チーズタッカルビ きこのさっぱりサラダ

作り方
1 鶏肉 ...ポリ袋に西京漬けの素、お好みでおろしにんにくと共に入れてもむ
2 ぶなしめじ ...根元を切って食べやすくほぐす →耐熱器に入れてAを振り、ラップをして電子レンジ加熱(目安として2人用約1分20秒)
3 レタス...ちぎる 貝割大根...根元を切って半分に切る
貝割大根はさっとゆでることで、辛みがやわらぎます。
4 フライパンにごま油を熱して1(たれは取っておく)、カット野菜を炒め、たれ、ケチャップを加えてからめる。
5 4に火が通ったら、チーズを散らし、蓋をしてチーズが溶けるまで蒸し焼き。
6 水気をきった2、3を盛り、合わせたBをかける。
西京漬けの素 まろやかな甘みと味噌の風味・コクが特長の西京漬けの素。味噌と甘酒の相性が抜群です。

材料
2人用 3人用 4人用
若鶏モモ肉(一口カット) 200g 300g 400g
西京漬けの素 2袋 3袋 4袋
[お好みでおろしにんにく] 少々 少々 少々
カット野菜(キャベツ、玉葱、人参) 240g 360g 480g
[ごま油] 大1/2 大2/3 大1
[トマトケチャップ] 大1 大1/2 大2
ナチュラルチーズ 40g 60g 80g
ぶなしめじ(冷蔵) 1/2パック 2/3パック 1パック
酒 大1/2 大2/3 大1
塩 少々 少々 少々
貝割大根(冷蔵) 1/2パック 2/3パック 1パック
レタス 適量 適量 適量
又葉野菜(冷蔵) 適量 適量 適量
味付けポン酢 大1/3 大2 大2/3
[ごま油] 大2/3 大1 大1/3

10/15水

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

作り方
1 にら...ざく切り
えび...キッチンペーパーで水気を拭く
2 鍋にD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)。
3 玉葱・なす...角切り
4 フライパンにAの油を熱し、ひき肉、3を炒め、B、ソース、バジルを加えてからめ、温かいご飯と共に盛る。
5 4のフライパンの汚れを拭き取り、Cの油を足して目玉焼きを作り(半熟程度でもOK)、4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。
6 2に火が通ったら、にらを加えてさっと煮る。
まろやかスイートチリソース 酸味がきいた甘めの仕上げ。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。

材料
2人用 3人用 4人用
鶏ひき肉 200g 300g 400g
玉葱 小1コ 小1コ 1コ
なす 1本 1本 2本
A油 大1/2 大2/3 大1
まろやかスイート 2袋 3袋 4袋
チリソース 1/2袋 1袋 1袋
乾燥バジル 1/2袋 1袋 1袋
しょうゆ 大1 大1/2 大2
塩、こしょう 少々 少々 少々
卵 4コ 6コ 8コ
たまご倍増の特別サービス!
油 小2/3 小1 大1/2
むきえび(冷凍) 50g 70g 100g
ビーフン 30g 40g 60g
もやし(冷蔵) 100g 150g 200g
にら(冷蔵) 1/5ワ 1/4ワ 1/3ワ
水 500ml 750ml 1000ml
鶏がらスープの素 大2/3 大1 大1/3
しょうゆ 小1/2 小2/3 小1
こしょう 少々 少々 少々

10/16木

ミラノ風チキンカツ ミートボールと野菜のケチャップ煮

作り方
1 玉葱...薄切り
人参...半月又いちょう切り
白菜...ざく切り
2 鍋にA、1を入れて煮立て、凍ったままの肉団子を加え、蓋をして中火で煮(目安として2人用約5分)、Bで調味する。
3 鶏肉...ラップで挟み、めん棒で軽くたたいてのぼす →パン粉焼ミックスを全体にまぶす
4 レタス...ちぎる
5 フライパンに多めの油(1cmくらい)を熱して鶏肉を揚げ焼き、レタス、ミニトマトと共に盛る。
小袋調味料付き
パン粉焼ミックス(チーズ&ハーブ) チーズ、ハーブ、にんにく風味のパン粉ミックス。食材にまぶすだけで調理も簡単。

材料
2人用 3人用 4人用
若鶏ムネ肉(一口カット) 240g 360g 480g
パン粉焼ミックス(チーズ&ハーブ) 1/3袋 2袋 2/3袋
油 適量 適量 適量
レタス又葉野菜(冷蔵) 適量 適量 適量
ミニトマト(冷蔵) 2コ 3コ 4コ
肉団子(冷凍) 6コ 9コ 12コ
肉団子サービス1人当たり1個増量!
白菜(冷蔵) 100g 150g 200g
玉葱 小1コ 小1コ 1コ
人参(冷蔵) 30g 40g 60g
水 200ml 300ml 400ml
Aコンソメ 2/3コ 1コ 1/3コ
Bトマトケチャップ 大1/3 大2 大2/3
塩、こしょう 少々 少々 少々

10/17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蒸し

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 ぶなしめじ ...根元を切り、食べやすくほぐす
キャベツ...ざく切り
ハム...食べやすく切る
3 大きめの耐熱器に2、もやしを入れてA(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、オープン又オープン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のせてもOK!

材料
2人用 3人用 4人用
ドライカレーの素 2袋 3袋 4袋
[ご飯(茶碗に軽く)] 約400g 約600g 約800g (2/2杯) (4杯) (5/1杯)
卵 2コ 3コ 4コ
ミックスベジタブル(冷蔵) 20g 30g 40g
ナチュラルチーズ 80g 120g 160g
マヨネーズ 適量 適量 適量
チーズ2倍! たっぷりチーズとカレーがピッタリ!!
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。
ポークハム 2枚 2枚 3枚
キャベツ(冷蔵) 200g 300g 400g
ぶなしめじ(冷蔵) 1/2パック 1/2パック 1パック
もやし(冷蔵) 100g 150g 200g
酒 大2 大3 大4
Aコンソメ 1/3コ 1/2コ 2/3コ
塩、こしょう 少々 少々 少々

10/18土

にぎやか鶏だんご鍋 本日は前日お届けです。

作り方
1 鍋にBを入れて中火にかける。
2 大根...半月切り
人参...半月又いちょう切り
えのき茸...根元を切り、ほぐす
太葱...斜め切り
白菜...ざく切り
油揚げ...食べやすく切る
3 玉葱 ...みじん切り→ボウルにひき肉、卵、Aと共に加えて粘りが出るまでよく練り混ぜる
4 1が煮立ったら3をスプーンですくい入れ、豚肉、2を加えてアクを取り、蓋をして中火で煮る(目安として2人用約7~10分)。味付けポン酢を添える。
5 お好みのタイミングでゆでうどんを加えて煮る。
今回だけの特別サービス!

材料
2人用 3人用 4人用
鶏ひき肉 200g 300g 400g
玉葱 小1コ 小1コ 1コ
卵 1/2コ 1コ 1コ
酒 大2/3 大1 大1/3
塩 小1/4 小1/3 小1/2
Aしょうゆ 小2/3 小1 大1/2
片栗粉 大2/3 大1 大1/3
お好みでおろし生姜 少々 少々 少々
豚切り落とし肉 80g 120g 160g
油揚げ 1枚 1枚 2枚
えのき茸(冷蔵) 1/2袋 1袋 1袋
白菜(冷蔵) 200g 300g 400g
太葱(冷蔵) 1/2本 1/2本 1本
大根(冷蔵) 100g 150g 200g
人参(冷蔵) 40g 60g 80g
ゆでうどん 1玉 2玉 2玉
だし汁 600ml 900ml 1200ml
酒 大2/3 大4 大5/3
B塩 小2/3 小1 小1/3
しょうゆ 大1 大1/2 大2
みりん 大1 大1/2 大2
味付けポン酢 適量 適量 適量