

2026
4/13号

2026
Special Menu

4/13週限定

ご注文締切日

2026
4/8水
WEBは23:59まで

Good楽バリュールック

カット野菜使用メニューから厳選!

人気メニューをpickup!

新年度!応援価格!

今週の
推しは
金曜日

Friday
4/17

ポークステーキ
〜トマトソースがけ〜
かぼちゃの洋風煮

今週は/
(月~金)
5日間が
超お得!!

新メニュー

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 7,270円 特別価格 6,880円 (税込)	通常価格 8,625円 特別価格 8,020円 (税込)
3人用	通常価格 9,140円 特別価格 8,610円 (税込)	通常価格 10,840円 特別価格 10,040円 (税込)
4人用	通常価格 11,670円 特別価格 11,000円 (税込)	通常価格 13,835円 特別価格 12,800円 (税込)

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。



めったにお目にかかれない
やまと豚米らぶの厚切りロース!
この脂の甘味、味わって欲しい!!

豚ロース肉が
通常の**1.5倍**サイズ!
1枚 100g → **150g**

しっかり解凍
してから焼くのが
おいしさのコツ!
※写真は100gです。

調理時間 約30分

まいらぶちゃん
国内フリーデン牧場で生まれ、
飼料用米を食べて育った。
スペシャルな「やまと豚」。
脂がさっぱりして
旨味が濃い肉質。

Monday
4/13月

やわらか
豆腐野菜ハンバーグ
ウインナー入り
具だくさん汁

メニュー番号	1日ごと
197	2人用 1,355円
198	3人用 1,700円
199	4人用 2,165円

調理時間 約15分

豆腐&野菜入りハンバーグ
レンジで加熱して焼くだけ!

ちびっ子
付おき墨

小さなお子さまには
ケチャップ+マヨネーズで
洋風の味付けにしても♪

大根おろし
ソース付き!

Tuesday
4/14火

とろとろ
たまごの親子丼
かにかま入り
大根サラダ

メニュー番号	1日ごと
297	2人用 1,355円
298	3人用 1,700円
299	4人用 2,165円

調理時間 約20分

毎回人気の親子丼♡
フライパンで
人数分まとめて作ると簡単!

Wednesday
4/15水

国産いわしの
蒲焼き丼
舞茸のみそ汁

メニュー番号	1日ごと
397	2人用 1,555円
398	3人用 1,990円
399	4人用 2,565円

調理時間 約10分

甘辛いタレで
ご飯がすすむ美味しさ!
焼いて味を付けるだけの
簡単メニュー!

TV番組で
人気No.1!

包丁いらず

Thursday
4/16木

鶏そぼろ
ごはん
具だくさん豚汁

メニュー番号	1日ごと
497	2人用 1,355円
498	3人用 1,700円
499	4人用 2,165円

調理時間 約15分

天丼のたれで簡単調味の
お手軽そぼろごはん♪
ほんのり甘い炒り卵と
鶏ひき肉のそぼろが
相性抜群です!

ちびっ子
付おき墨

天丼の
たれ付き!

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楽バリュールック」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



Saturday
4/18土

ベーコンとコーンの
マカロニグラタン
蒸し鶏のサラダ

メニュー番号	1日ごと
697	2人用 1,355円
698	3人用 1,700円
699	4人用 2,165円

調理時間 約20分

シチューミックスを使って味付け簡単!
オープン又オーブントースターで焼いて、
アツアツを召し上がれ!

ちびっ子
付おき墨

本日は前日
お届けです。このメニューは土曜日分です

4/13月

やわらか豆腐野菜ハンバーグ ウィナー入り具だくさん汁

作り方

- 1 ハンバーグ…凍ったまま耐熱器にのせてラップをし、電子レンジ加熱(目安として2コ約4分30秒)
2 ごぼう…表面をこすり洗いし(カット済)(皮が少し残る程度でOK!)、斜め切り→水にさらす
太葱…斜め切り
人参…いちょう又半月切り(カット済)
キャベツ…ざく切り(カット済)
ウィナー…小口切り
3 鍋にごま油を熱して2を炒め、だし汁を加えて蓋をして中火で煮る(目安として2人用約6分)
4 グリーンリーフ…ちぎる
5 フライパンに油を熱してハンバーグを両面焼き、グリーンリーフと共に盛り、大根おろしソースをかける。
【For Kids】大根おろしソースの代わりにケチャップ+マヨネーズ、ウスター又中濃ソース+マヨネーズもおすすです。
6 3に火が通ったら、みそを溶かし入れる。

作り方

Table with ingredients and quantities for 2, 3, and 4 people. Includes items like 豆腐野菜, ハンバーグ(冷凍), 大根おろしソース, グリーンリーフ又, 葉野菜(冷蔵), ウィナー, キャベツ(冷蔵), 太葱(冷蔵), ごぼう(冷蔵), 人参(冷蔵), ごま油, だし汁, みそ.

4/14火

とろとろたまごの親子丼 かにかま入り大根サラダ

作り方

- 1 太葱…斜め切り
2 フライパン又鍋にAを煮立て、鶏肉、太葱を入れて煮る(目安として2人用約3分)。
3 大根…スライサー(細切り用)で細切りグリーンリーフ…ちぎる
かにかまぼこ…フォークで裂く
大根は包丁で切ってもOK!
4 3を盛り、2を合わせてかける。
5 卵…溶きほぐす
6 2に火が通ったら、卵を糸状にたらしながら中心からまわりに円を描くように流し入れ、すぐに蓋をして約30秒〜1分煮て火を止め、半熟状に蒸らす。
7 温かいご飯に6をのせ、刻みのを散らす。
使用する時短キッチングッズスライサー(細切り用) ※スライサーで手を切らないように注意してください。野菜が小さくになったら包丁で切りましょう。

作り方

Table with ingredients and quantities for 2, 3, and 4 people. Includes items like 若鶏モモ角切り肉, 太葱(冷蔵), 卵, だし汁, さとう, しょうゆ, みりん, 刻みのみり, かにかまぼこ, 大根(冷蔵), グリーンリーフ又, 葉野菜(冷蔵), さとう, 酢, しょうゆ, サラダ油.

4/15水

国産いわしの蒲焼き丼 舞茸のみそ汁

作り方

- ア タレ…解凍する
1 舞茸…食べやすくほぐす
2 鍋にだし汁、舞茸、もやし、カット野菜を入れて蓋をして中火で煮る(目安として2人用約5分)。
3 フライパンに油を熱し、凍ったままのいわしを焼き、火を止めて余分な油を拭き取り、アを加えてからめる。
4 温かいご飯に3をのせ、ちぎった青じその葉、ごまを散らす。
5 2に火が通ったら、みそを溶かし入れる。

作り方

Table with ingredients and quantities for 2, 3, and 4 people. Includes items like 国産いわしの蒲焼(冷凍), いわし(打ち粉付), タレ(50g), 油, 青じその葉(冷蔵), 白ごま, 舞茸(冷蔵), もやし(冷蔵), カット野菜(玉葱・人参), だし汁, みそ.

4/16木

鶏そぼろごはん 具だくさん豚汁

作り方

- 1 ごぼう…表面をこすり洗いし(カット済)斜め切り→水にさらす
大根、人参…いちょう又は半月切り(カット済)
青菜…ざく切り
2 鍋にだし汁、1(青菜以外)を入れて煮立て、豚肉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6分)。
3 溶き卵にAを加えて混ぜ、フライパンに入れて3〜4本の菜箸を使ってかき混ぜ、炒り卵を作る。
【コツ】卵が少し固まってきたら、フライパンをぬれ布巾の上に置き、底を冷ましながら作ると焦げずにできます。
4 3のフライパンの汚れを拭き取り、ひき肉、たれを入れて混ぜ、中火にかけて汁気が少なくなるまで炒りつける。
5 温かいご飯に炒り卵、そぼろを盛り、のりを散らす。
6 2に火が通ったら、青菜を加えてさっと煮、みそを溶かし入れる。

作り方

Table with ingredients and quantities for 2, 3, and 4 people. Includes items like 鶏ひき肉, 天井のたれ, 卵, さとう, 塩, 刻みのみり, 豚コマ, 青菜(冷蔵), ごぼう(冷蔵), 大根(冷蔵), 人参(冷蔵), だし汁, みそ.

4/17金

ポークステーキ トマトソースがけ~ かぼちゃの洋風煮

作り方

- かぼちゃの洋風煮
1 豚肉…筋を切り、塩、こしょうする
【コツ】豚ロース肉は、筋切りをすることで、焼いたときに肉が縮んで反り返るのを防ぎます。また、包丁の背やめん棒でたたくと、肉の繊維がほぐれてやわらかく仕上がります。
2 グリーンリーフ…ちぎる
3 トマト…角切り→水気をきる→パセリ、Aと合わせる
4 フライパンにオリーブ油を熱して豚肉を両面焼き、食べやすく切る。
5 2、4を盛り、3をかける。
かぼちゃの洋風煮
1 かぼちゃ…一口大に切る(カット済)
玉葱…薄切り(カット済)
人参…半月又いちょう切り(カット済)
ハム…短冊切り
2 鍋に水、コンソメ、1を入れて蓋をして中火で煮、塩、こしょうで味を調える。

作り方

Table with ingredients and quantities for 2, 3, and 4 people. Includes items like 豚ロース肉(150g), 塩、こしょう, オリーブ油又, サラダ油, トマト(冷蔵), 乾燥パセリ, さとう, 酢, しょうゆ, オリーブ油又, サラダ油, 粗びき黒こしょう, グリーンリーフ又, 葉野菜(冷蔵), ポークハム, かぼちゃ(冷蔵), 玉葱, 人参(冷蔵), 水, コンソメ, 塩、こしょう.

4/18土

ベーコンとコーンのマカロニグラタン 蒸し鶏のサラダ

作り方

- 1 玉葱…薄切り(カット済)
ベーコン…短冊切り
2 フライパンにAのバターを熱して1、コーンを炒め、水、マカロニを加えて蓋をして中火で煮る(目安として2人用約4分)。
3 ミントマト…くし形切り
キャベツ…スライサー(薄切り用)でせん切り
キャベツは縦に持つとスライスしやすいです。包丁で切ってもOK!
4 鶏肉…厚みを均一にして耐熱器にのせ、Bを振り、ラップをかけて電子レンジ加熱(目安として2人用約2分)→冷ます
5 2の火を止めてシチューミックスを加えて混ぜ、再び弱火にかけてこしょうを振る。
6 耐熱器にBのバターを塗り、5を入れてチーズをのせ、オーブン又オーブントースターでチーズが溶けるまで焼き、パセリを散らす。
7 鶏肉を細かく裂き、3と共に盛り、お好みのドレッシングをかける。

作り方

Table with ingredients and quantities for 2, 3, and 4 people. Includes items like ベーコン, 玉葱, カーネルコーン(冷蔵), バター+マーガリン, マカロニ, シチューミックス(クリーム), 水, しょうゆ, バター+マーガリン, ナチュラルチーズ, 乾燥パセリ, 若鶏ムネ肉, 酒, 塩, ミントマト(冷蔵), キャベツ(冷蔵), お好みのドレッシング.