

次回【10月1週(10月6日)のお献立メニュー】のご案内

主 菜	副 菜
鯖のかば焼き	里芋のこっくり煮
厚切りポークのクリーム仕立て	キャベツの塩レモンマリネ
鶏肉とたっぷり野菜の旨煮	豆腐ときのこのマヨ和え
麻婆豆腐	さつま芋とレーズンの甘煮
秋鮭の彩りポトフ	なす炒め



【9月4週の原材料のご紹介】

今月のお惣菜セットの基本原材料をご紹介します。無添加・国産を基本としています。一部魚は冷凍輸入があります。農産物、海産物、その他の残留放射能の取扱ですが、全有連の基準に基づき安全を確認しています。

☆ 次回のお届けは、10月1週…10月6日、10月2週…10月13日
10月3週…10月20日、10月4週…10月27日となります。

● 保存方法と食べ方

☆冷菜やサラダ、和え物もそのまま解凍では分離してしまう食材もございます。
いったん湯煎で解凍し、冷やしていただくと美味しく召し上がれます。

- お湯を沸かします。火を止めて、パックに入ったままお湯に入れ、5～10分。
※お鍋の淵にパックがあたるとビニールが溶けて、お湯が入ったり中身が漏れたりします。心持ち大きめのお鍋を御用意ください。
※主菜は8分、副菜は5分ほど。様子を見ながら引き上げてください。
- 温まったらお皿に盛りつけ完成です。

〈ご注意〉

- 加熱調理の際はやけど等にご注意ください。
- 開封した物は、お早めにお召し上がりください。
- 電子レンジご利用の際は、容器に移し替えて 600Wで 2分ほど 加熱してください。

※安心飼育＝生産者が選んだ厳選飼料を使用しています。

※牛、豚、鶏肉は放射能不検出です。お魚は漁業域で選んでいます。

※お肉・鶏・玉子＝生産者が選んだ厳選資料、EU基準に準じた飼育です。

野 菜			お 肉 ・ 魚 ・ 卵 など			調 味 料		
かぼちゃ	山形	笹原均	赤魚	アイスランド	石井商店	薄口/濃口醤油	丸大豆・小麦	日本食品工業
きゅうり	山形	渡辺	牛肉	国産 天童牛	イトミート	オリーブオイル	エキストラバージンオイル	GABAN
ごぼう	青森	渡辺	卵	山形	板垣鶏卵	オリゴ糖	天然オリゴ	ニッテン商事(株)
さつま芋	茨城	鹿行産直	鶏肉	国産 菜彩鶏	大商金山牧場	片栗粉	無添加	大川食品
里芋	熊本	大矢野有機	豚肉	山形 三元豚	平田牧場	カレー粉		S & B
生姜	熊本	大矢野有機	乾物・加工品・その他			ケチャップ	有機JAS	創健社
玉ねぎ	長崎	がんこ村	青豆/いんげん豆/大豆	国内産	鈴木源三郎商店	米油	国産原料米ぬか	三和油脂(株)
トマト	山形	五十嵐芳恭	油揚げ/木綿豆腐	ノンGM	太子食品	ごま油	無添加	竹本油脂(株)
茄子	山形		塩蔵わかめ	宮城県	板坂商店	純米酒	国産米・米麴	白河銘醸(株)
人参	長崎	がんこ村	押麦	国内産	ムソー	純米酢	国産米	私市醸造(株)
にんにく	山形	山形山農場	かつお厚削り	国産	マルトモ(株)	三温糖	宮崎県	第一糖業
ねぎ	山形	渡辺	鯉節	国内産	伏高商店	中力粉	山形	(株)小川製粉
ピーマン	山形	山形山農場	乾燥昆布	国内産	大忠食品(株)	食塩	天日塩・オーストラリア産	赤穂の天塩
ほんしめじ	新潟	ホクト	車麩	山形産	鈴木製麩所	マヨネーズ	松田マヨネーズ	ななくさの郷
舞茸	山形	マッシュハウス最上	小エビ	無着色無添加/瀬戸内産	味のよねくら	白味噌	無添加	山崎醸造(株)
夕顔	山形	山形山農場	ダイストマト	有機JAS	モンテ物産	本みりん	国産米・米麴	中野BC(株)
れんこん	茨城	鈴木農園	生クリーム	北海道産	雪印メグミルク	藻塩	新潟産	中浜観光物産
			ビーファン	タイ	ケンミン食品(株)	有機胡椒/粉バセリ/粉バジル	有機JAS	S & B
			ひよこ豆	有機	オーサワ	有機ごま/レモン果汁	有機JAS	ムソー