



# あいちゃんセット



1回目	お届け品			2人用	3人用	4人用	2	3	4
				2人用	3人用	4人用	2,073円(税込)	2,670円(税込)	3,245円(税込)
欠食締切日 <b>1/18木</b> Aコース <b>2/2金</b> Bコース <b>2/3土</b>	麓山高原豚もも薄切り	150g	200g	250g	<b>食材おすすめレシピCHECK!</b> <span>冷蔵</span>				
	国産真いわし丸干し	200g	300g	400g	日本近海で水揚げされた真いわしをうす塩味でソフトタイプの天日干しにしました。解凍後、中火のグリルで焼いてどうぞ <span>冷蔵</span>				
	天然えびステーキカツ	2枚	3枚	4枚	えびをたっぷりを使用したボリュームたっぷりのえびカツです。冷凍のまま170℃~180℃の油で揚げてどうぞ <span>アレルギー</span> 小麦・えび <span>冷蔵</span>				
	国内産いかの足と耳でつくったいか塩辛	130g	130g	130g	国内産するめいかの足と耳だけを使用し、丹念に仕込んだいかの腑を使用しました。解凍後、そのままどうぞ <span>冷蔵</span>				
	マス福豆	55g	55g	55g	2月3日は節分です！豆まきには欠かせないマスを紙にしておいしいデザインを施しました <span>常温</span>				

2回目	お届け品			2人用	3人用	4人用	2	3	4
				2人用	3人用	4人用	2,012円(税込)	2,717円(税込)	3,521円(税込)
欠食締切日 <b>1/20土</b> Aコース <b>2/5月</b> Bコース <b>2/6火</b>	野菜を加える鶏肉の甘酢炒め	230g	280g	460g	粉付けした国産鶏肉とタレをセットにしました。お好みの野菜を加えてどうぞ <span>アレルギー</span> 小麦 <span>冷蔵</span>				
	浅羽カレイ切身	2切	3切	4切	鮮度の良い浅羽カレイを切身にしました <span>冷蔵</span>				
	大きな餃子	4個	6個	8個	国産の肉と野菜を使用し素材にこだわり、バランスのとれた味に仕上げました <span>アレルギー</span> 小麦・卵 <span>冷蔵</span>				
	冷凍あさり(北海道産)	150g	200g	250g	<b>食材おすすめレシピCHECK!</b> <span>冷蔵</span>				

3回目	お届け品			2人用	3人用	4人用	2	3	4
				2人用	3人用	4人用	1,952円(税込)	2,649円(税込)	3,250円(税込)
欠食締切日 <b>1/23火</b> Aコース <b>2/7水</b> Bコース <b>2/8木</b>	麓山高原豚肩小間肉	150g	200g	250g	<b>食材おすすめレシピCHECK!</b> <span>冷蔵</span>				
	海鮮鍋セット	2人用	3人用	4人用	赤海老、すり身団子、ほたて、たら切身とたれをセットにしました。海鮮鍋にどうぞ <span>アレルギー</span> 小麦・卵・えび <span>冷蔵</span>				
	福島県産さつまいもコロッケ	2個	3個	4個	福島県産さつまいもをふんだんに使用したホクホクなさつまいもコロッケです。油で揚げてどうぞ <span>アレルギー</span> 小麦 <span>冷蔵</span>				
	仙台麩(あぶら麩)	1本	1本	1本	麩の生地を大豆油で揚げた宮城の特産品です。煮物にどうぞ <span>アレルギー</span> 小麦 <span>常温</span>				

4回目	お届け品			2人用	3人用	4人用	2	3	4
				2人用	3人用	4人用	1,972円(税込)	2,878円(税込)	3,417円(税込)
欠食締切日 <b>1/25木</b> Aコース <b>2/9金</b> Bコース <b>2/10土</b>	国産豚ももマー油香る炒飯の素	150g	200g	250g	国産豚もも肉を粗挽きにし、ニンニク、香味野菜で作った香味油で味付けした炒飯の素です <span>アレルギー</span> 小麦 <span>冷蔵</span>				
	定塩沖獲れ鮭切身	2切	3切	4切	<b>食材おすすめレシピCHECK!</b> <span>冷蔵</span>				
	唐揚げ用めひかり	100g	150g	200g	小型サイズのみひかりを唐揚げ用にしました。油で揚げてどうぞ <span>アレルギー</span> 小麦 <span>冷蔵</span>				
	伊達漁師のわかめ(湯通し塩蔵わかめ)	50g	80g	80g	三陸の外洋で育った肉厚でミネラル豊富なわかめを収穫後すぐ浜ゆで・塩蔵処理をしました <span>冷蔵</span>				
	国産大豆納豆小粒(2入)	1p	2p	2p	国産大豆使用 <span>アレルギー</span> 小麦 <span>冷蔵</span>				

5回目	お届け品			2人用	3人用	4人用	2	3	4
				2人用	3人用	4人用	2,534円(税込)	3,360円(税込)	4,511円(税込)
欠食締切日 <b>1/27土</b> Aコース <b>2/14水</b> Bコース <b>2/15木</b>	福島牛切落とし	150g	200g	250g	福島牛の中でも4等級以上を「銘柄 福島牛」といい、風味豊かでまろやかな味わいのやわらかな牛肉です。牛丼などにしてどうぞ <span>冷蔵</span>				
	広島県産カキフライ	6粒	6粒	12粒	<b>食材おすすめレシピCHECK!</b> <span>アレルギー</span> 小麦・卵 <span>冷蔵</span>				
	海鮮揚かすてら	1枚	2枚	2枚	鮮度の良いすり身を使用したボリューム感のあるかすてら揚げです。焼いても煮物にしても美味しくいただけます <span>アレルギー</span> 卵 <span>冷蔵</span>				

※表示価格は全て税込です。※本チラシに記載の価格は、(株)JA ライフクリエイト福島の希望小売価格です。※画像はイメージです。  
 ※各回のおすすめ食材のレシピを二次元コードよりご確認ください。

# 二次元コードからおすすめ食材レシピをチェック!

1 スマートフォンアプリのコードリーダーを起動させる。



2 右上にある二次元コードにスマートフォンをかざし、データを読み込む。

3 表示されたURLをタップすると、おすすめ食材を使ったレシピが表示されます。



1回から10回のおすすめ食材レシピを全部見られます!

## 6回目

欠食締切日

**1/30火**

Aコース **2/16金**

Bコース **2/17土**

お届け品	2人用	3人用	4人用	価格
麓山高原豚ローススライス	150g	200g	250g	② 1,997円(税込) ③ 2,790円(税込) ④ 3,509円(税込)
<b>食材おすすめレシピCHECK!</b> <span style="float: right;">冷蔵</span>				
氷温造りさば生姜醤油煮	2切	3切	4切	鮮度の良いさばをじっくりと氷温熟成し、さっぱりとした生姜醤油ベースのたれで煮付けました <span style="float: right;">アレルギー 小麦 冷凍</span>
まん丸ねぎとろ(たれ付)	100g	150g	200g	鮮度の良いめばち鮪、びんちょう鮪を使用し仕上げに鮪油を添加しました。解凍後、わさびしょう油でどうぞ <span style="float: right;">アレルギー 小麦 冷凍</span>
のり佃煮	60g	80g	80g	着色料、防腐剤不使用で甘いのり佃煮に仕上げました。温かいご飯に合せてどうぞ <span style="float: right;">アレルギー 小麦 冷凍</span>

## 7回目

欠食締切日

**2/3土**

Aコース **2/19月**

Bコース **2/20火**

お届け品	2人用	3人用	4人用	価格
麓山高原豚バラスライス	150g	200g	250g	② 2,154円(税込) ③ 3,153円(税込) ④ 3,573円(税込)
<b>食材おすすめレシピCHECK!</b> <span style="float: right;">冷蔵</span>				
無塩縞ホッケ半身	2枚	3枚	4枚	鮮度の良い縞ホッケを半身にしました <span style="float: right;">冷凍</span>
柚子塩炙りかつお	170g	340g	340g	サツと炙ったかつおのたたきと独自調味の柚子塩たれを合わせました <span style="float: right;">冷凍</span>
無着色辛子明太子	70g	70g	70g	発色剤・着色料不使用のJAオリジナルの辛子明太子です。温かいご飯に合せてどうぞ <span style="float: right;">冷凍</span>

## 8回目

欠食締切日

**2/6火**

Aコース **2/21水**

Bコース **2/22木**

お届け品	2人用	3人用	4人用	価格
ささみのサクサク揚げ	150g	200g	400g	② 1,858円(税込) ③ 2,641円(税込) ④ 3,386円(税込)
<b>食材おすすめレシピCHECK!</b> <span style="float: right;">冷蔵</span>				
赤魚切身	2切	3切	4切	国産鶏ささみににんにくベースのたれで味付けして衣を付けました。電子レンジで温めてどうぞ <span style="float: right;">アレルギー 小麦・乳 冷凍</span>
ふんわりいかキャベツ焼	2個	3個	4個	キャベツがたっぷり入ったふんわりベースにいかを入れました。フライパンで焼いてお好み焼き風にしても美味しくいただけます <span style="float: right;">アレルギー 小麦・卵 冷凍</span>
豆腐チゲの素	200g	300g	300g	魚介類の旨みが詰まったスープに豚肉とキムチを加えた豆腐チゲの素です。豆腐や野菜、きのこを煮込んでどうぞ <span style="float: right;">アレルギー 小麦・えび 冷凍</span>
食材豆腐(木綿)	1丁	2丁	2丁	豆腐チゲの素と一緒にどうぞ <span style="float: right;">冷蔵</span>

## 9回目

欠食締切日

**2/8木**

Aコース **2/26月**

Bコース **2/27火**

お届け品	2人用	3人用	4人用	価格
麓山高原豚もも薄切り	150g	200g	250g	② 2,028円(税込) ③ 2,739円(税込) ④ 3,266円(税込)
<b>食材おすすめレシピCHECK!</b> <span style="float: right;">冷蔵</span>				
天然ブリ切身	2切	3切	4切	北海道産のブリを大きめの切身にしました <span style="float: right;">冷蔵</span>
煮物セット(もち巾着・京がんも)	60g	90g	120g	自社工場丁寧包んだもち巾着と煮崩れしにくい京がんもをセットにしました <span style="float: right;">アレルギー 小麦 冷凍</span>
白魚くるみ	65g	65g	65g	白魚とくるみを甘辛く味付けしました <span style="float: right;">アレルギー 小麦・くるみ 冷蔵</span>
流鏑馬こんにゃく(黒)	1袋	2袋	2袋	煮物セットに加えてどうぞ <span style="float: right;">常温</span>

## 10回目

欠食締切日

**2/10土**

Aコース **2/28水**

Bコース **2/29木**

お届け品	2人用	3人用	4人用	価格
麓山高原豚の完熟いちじくソース漬け	180g	270g	360g	② 1,934円(税込) ③ 2,867円(税込) ④ 3,438円(税込)
<b>食材おすすめレシピCHECK!</b> <span style="float: right;">冷蔵</span>				
銀ひらす切身	2切	3切	4切	北海道産のブリを大きめの切身にしました <span style="float: right;">冷蔵</span>
びんちょう鮪切落し	130g	180g	230g	鮮度の良いびんちょう鮪を切落しにしました。解凍後、わさびしょう油でどうぞ <span style="float: right;">冷凍</span>
お料理サラダスティック	1p	2p	2p	新鮮な無リンのすり身を使用したサラダスティックです。お好みの野菜と一緒にサラダの具材にどうぞ <span style="float: right;">アレルギー 小麦・卵・えび・かに 冷蔵</span>

※表示価格は全て税込です。※本チラシに記載の価格は、(株)JAライフレイト福島の希望小売価格です。※画像はイメージです。  
 ※各回のおすすめ食材のレシピを二次元コードよりご確認ください。