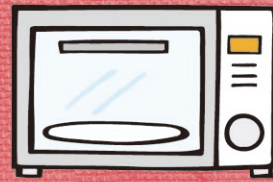




らくちんセット



1回目 欠食締切日 12/11木 Aコース 1/5月 Bコース 1/6火	お届け品	1人用	2人用	① 1,852円(税込) ② 2,536円(税込)
	あっさりチキンハンバーグ	80g	160g	湯せんで約10分 アレルギー 小麦・卵・乳 冷凍
	ブリ照焼き	55g	110g	湯せんで約10分 アレルギー 小麦 冷凍
	中華うま煮(しょうゆ味)	100g	200g	湯せんで約8分 アレルギー 小麦・卵・えび 冷凍
	関西風だし味とびっこ	80g	80g	解凍後、そのままどうぞ アレルギー 小麦 冷凍
2回目 欠食締切日 12/13土 Aコース 1/7水 Bコース 1/8木	お届け品	1人用	2人用	① 1,500円(税込) ② 2,006円(税込)
	国産鶏むね肉照焼き	150g	150g	電子レンジ(500W)で約6分 アレルギー 小麦 冷凍
	さんまのゆず塩煮	95g	190g	湯せんで約2分 常温
	洋食屋さんのふわとろオムレツ	1個	2個	電子レンジ(500W)で約1分30秒 アレルギー 小麦・卵 冷蔵
	いちじく甘露煮	200g	200g	そのままどうぞ。ヨーグルトに入れるのがおすすめです 常温
3回目 欠食締切日 12/16火 Aコース 1/9金 Bコース 1/10土	お届け品	1人用	2人用	① 1,637円(税込) ② 2,088円(税込)
	レンジで簡単国産鶏竜田揚げ	100g	180g	電子レンジ(500W)で約3分 アレルギー 小麦・卵 冷凍
	アジ生姜煮	80g	160g	湯せんで約10分 アレルギー 小麦 冷凍
	人参としめじのナムル風	70g	70g	冷蔵庫で自然解凍後、そのままどうぞ アレルギー 小麦 冷凍
	帆立ひも入り中華くらげ	70g	80g	解凍後、そのままどうぞ アレルギー 小麦 冷凍
4回目 欠食締切日 12/18木 Aコース 1/14水 Bコース 1/15木	お届け品	1人用	2人用	① 1,443円(税込) ② 1,989円(税込)
	キーマカレー	100g	200g	湯せんで約10分 アレルギー 小麦・乳 冷凍
	まん丸ねぎとろ(たれ付)	50g	100g	流水解凍後、ご飯にのせてどうぞ アレルギー 小麦 冷凍
	カニ風味焼売(あおさ入餡かけ風)	2個	4個	湯せんで約5分 アレルギー 小麦・卵・えび・かに 冷凍
	北海道産切昆布煮	120g	120g	そのままどうぞ アレルギー 小麦 冷蔵
5回目 欠食締切日 12/23火 Aコース 1/16金 Bコース 1/17土	お届け品	1人用	2人用	① 1,574円(税込) ② 1,839円(税込)
	鶏手羽元のあぶり焼き	2個	4個	電子レンジ(500W)で約2分30秒 アレルギー 小麦・卵 冷凍
	メヌケの白醤油焼き	90g	90g	湯せんで約10分 アレルギー 小麦 冷凍
	つかいきりナポリタン	160g	160g	湯せんで約5分30秒 アレルギー 小麦 冷凍
	3種のきのこ根野菜のしんじょう(生姜あん)	65g	130g	湯せんで約10分 アレルギー 小麦・卵 冷凍

※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希望小売価格です。※画像はイメージです。

商品紹介



4回目 まん丸ねぎとろ(たれ付)

ご飯の上に乗せ、添付のたれをかけるだけで簡単にねぎとろ丼が
お楽しみいただけます。



6回目	お届け品	1人用	2人用	① 1,413円(税込)	② 1,787円(税込)
	国産鶏むね肉香味オイル紫蘇風味	150g	150g	電子レンジ (500W) で約6分	アレルギー 小麦 冷凍
	鹿児島産レンジで小いわし磯部フライ	50g	100g	電子レンジ (500W) で約1分30秒	アレルギー 小麦 冷凍
	ごぼう入りふんわり肉詰めいなり煮	140g	140g	湯せんで約8分	アレルギー 小麦 冷凍
	国産大豆おから煮	70g	70g	解凍後、そのままどうぞ	アレルギー 小麦 冷凍
	国産とろろ(長芋100%)	60g	120g	解凍後、好みのタレをかけてどうぞ	冷凍

7回目	お届け品	1人用	2人用	① 1,301円(税込)	② 1,813円(税込)
	チキンかつ	1個	2個	電子レンジ (500W) で約1分10秒	アレルギー 小麦・卵・乳 冷凍
	氷温造りさば生姜醤油煮	90g	180g	湯せんで約7分	アレルギー 小麦 冷凍
	豆腐入り八宝菜	80g	160g	湯せんで約2分	アレルギー 小麦 冷凍
	おかか昆布	50g	50g	そのままどうぞ	アレルギー 小麦 常温
	食材小粒納豆	1p	1p	添付のたれとお好みで辛子を入れてどうぞ	アレルギー 小麦 冷蔵

8回目	お届け品	1人用	2人用	① 1,473円(税込)	② 2,427円(税込)
	照り焼き肉団子	85g	170g	湯せんで約6分	アレルギー 小麦・卵・乳 冷凍
	サケ塩焼	60g	120g	湯せんで約10分	冷凍
	小籠包	2個	4個	電子レンジ (500W) で約3分	アレルギー 小麦 冷凍
	めかじき和風ポトフ	210g	420g	湯せんで約5分	アレルギー 小麦・乳 常温

9回目	お届け品	1人用	2人用	① 1,555円(税込)	② 1,858円(税込)
	野菜入りつくね	70g	140g	電子レンジ (500W) で約3分	アレルギー 小麦・卵・乳 冷凍
	赤魚の粕漬焼き	90g	90g	湯せんで約10分	冷凍
	十六雑穀と七野菜の肉団子(甘酢あん)	110g	220g	湯せんで約10分	アレルギー 小麦・乳 冷凍
	めかぶ三升漬	40g	40g	解凍後、そのままどうぞ	アレルギー 小麦 冷凍

10回目	お届け品	1人用	2人用	① 1,756円(税込)	② 2,157円(税込)
	豚肉のスタミナねぎ塩炒め	80g	160g	湯せんで約5分	アレルギー 小麦 冷凍
	カラスカレイ小切れ西京焼	80g	160g	湯せんで約10分	冷凍
	ちらし寿司混ぜご飯	100g	100g	温かいご飯(2合分)に混ぜ込んでどうぞ	アレルギー 小麦 常温
	越前庵懐石白胡麻どうふ	160g	160g	添付のたれをかけてどうぞ	冷蔵
	福豆(マス)	55g	55g	そのままどうぞ	常温

※表示価格は全て税込です。※本チラシに記載の価格は、(株)JA ライフクリエイティブ福島の希望小売価格です。※画像はイメージです。