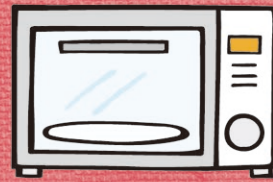




らくちんセット



1回目 欠食締切日 1/15木 Aコース 2/2月 Bコース 2/3火	お届け品	1人用	2人用	① 1,568円(税込) ② 2,085円(税込)	
	レンジで簡単国産鶏唐揚げ	100g	180g	電子レンジ (500W) で約3分	アレルギー 小麦 冷凍
	ほっけの味噌煮	80g	160g	そのままどうぞ	常温
	大根とにんじんの煮合わせ	70g	70g	湯せんで約4分	アレルギー 小麦 冷凍
	こうや豆腐の揚げ煮	4個	4個	湯せんで約6分	アレルギー 小麦 冷凍
	国産小麦使用たい焼き(北海道産あずき)	1個	2個	自然解凍後、そのままどうぞ	アレルギー 小麦・卵・乳 冷凍
2回目 欠食締切日 1/17土 Aコース 2/4水 Bコース 2/5木	お届け品	1人用	2人用	① 1,543円(税込) ② 2,050円(税込)	
	とまとソースハンバーグ	80g	160g	湯せんで約10分	アレルギー 小麦・卵 冷凍
	メバチ切落し	80g	160g	流水解凍で約4分	冷凍
	もやしとほうれん草のお浸し	60g	60g	解凍後、そのままどうぞ	アレルギー 小麦 冷凍
	港塩釜の笹かまぼこ	4枚	8枚	そのままどうぞ	アレルギー 卵 冷蔵
3回目 欠食締切日 1/20火 Aコース 2/6金 Bコース 2/7土	お届け品	1人用	2人用	① 1,656円(税込) ② 2,323円(税込)	
	鶏肉のケチャップ焼	80g	160g	湯せんで約10分	アレルギー 小麦・卵 冷凍
	サケ照焼	60g	120g	湯せんで約10分	アレルギー 小麦 冷凍
	だし香るえびと筍の山芋寄せ	2個	4個	電子レンジ (500W) で約40秒	アレルギー 小麦・卵・乳・えび 冷凍
	春雨とそぼろのピリ辛煮	70g	140g	湯せんで約3分	アレルギー 小麦 冷凍
	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
4回目 欠食締切日 1/22木 Aコース 2/9月 Bコース 2/10火	お届け品	1人用	2人用	① 1,821円(税込) ② 2,328円(税込)	
	鶏ごぼう	80g	160g	湯せんで約10分	アレルギー 小麦・乳 冷凍
	骨までやわらかさんまの煮付	75g	150g	湯せんで約10分	アレルギー 小麦 冷凍
	帆立と白身魚の絹寄せ(京風あんかけ)	65g	130g	湯せんで約10分	アレルギー 小麦・卵 冷凍
	野菜の胡麻和え	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・乳 冷凍
	おさしみぎばさ	100g	100g	解凍後、お好みでしょう油をかけてどうぞ	冷凍
5回目 欠食締切日 1/24土 Aコース 2/13金 Bコース 2/14土	お届け品	1人用	2人用	① 1,347円(税込) ② 1,833円(税込)	
	大葉入りつくね	70g	140g	電子レンジ (500W) で約3分	アレルギー 小麦・卵・乳 冷凍
	メバル煮付	80g	160g	湯せんで約10分	アレルギー 小麦 冷凍
	国産ひじき煮	70g	70g	解凍後、そのままどうぞ	アレルギー 小麦 冷凍
	柔らか小いわしくるみ	40g	60g	そのままどうぞ	アレルギー 小麦・くるみ 冷蔵

※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



1回目 国産小麦使用 たい焼き (北海道産あずき)

北海道産の小豆を使用した甘さひかえめなつぶあんをたっぷり入れました。



6回目	お届け品		1人用	2人用	① 1,560円(税込) ② 2,325円(税込)	
	鶏から揚げのおろし和え		80g	160g	湯せんで約10分	アレルギー 小麦・乳 冷凍
	タラの旨煮		80g	160g	そのままどうぞ	アレルギー 小麦 常温
	だしがきいた切昆布煮		70g	70g	解凍後、そのままどうぞ	アレルギー 小麦 冷凍
	さんまつみれ汁		210g	420g	湯せんで約5分	アレルギー 小麦・卵 常温

7回目	お届け品		1人用	2人用	① 1,281円(税込) ② 1,773円(税込)	
	魚沼産肉厚椎茸入り肉詰めいなり煮		140g	140g	湯せんで約8分	アレルギー 小麦 冷凍
	エビチリ		70g	140g	湯せんで約10分	アレルギー 卵・えび 冷凍
	レンジで雪室コロッケ(茶豆)		1個	2個	電子レンジ(500W)で約1分	アレルギー 小麦 冷凍
	国産ニラのもっちりチヂミ		2個	4個	電子レンジ(500W)で約50秒	アレルギー 小麦・卵・えび 冷凍

8回目	お届け品		1人用	2人用	① 1,454円(税込) ② 2,021円(税込)	
	ポークカレー		100g	200g	湯せんで約10分	アレルギー 小麦・乳 冷凍
	ねぎとろ		50g	100g	流水解凍後、ねぎとろ丼にしてどうぞ	冷凍
	がんもどきの煮物		4個	4個	解凍後、そのままどうぞ	アレルギー 小麦 冷凍
	えび包焼		50g	100g	電子レンジ(500W)で約4分	アレルギー 小麦・えび 冷凍

9回目	お届け品		1人用	2人用	① 1,719円(税込) ② 2,097円(税込)	
	国産なんこつのコリコリつくね棒		160g	160g	電子レンジ(500W)で約1分	アレルギー 小麦 冷凍
	サバ塩焼		55g	110g	湯せんで約10分	冷凍
	揚げ豆腐のカニあんかけ		3個	6個	湯せんで約4分	アレルギー 小麦・卵・えび・かに 冷凍
	鳴門産茎わかめやわらか煮		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 1,557円(税込) ② 1,857円(税込)	
	福島牛入りメンチカツ		2個	2個	電子レンジ(600W)で約2分	アレルギー 小麦・卵・乳 冷凍
	赤魚煮付		80g	160g	湯せんで約10分	アレルギー 小麦 冷凍
	香るバジルソースパスタ		70g	140g	湯せんで約4分	アレルギー 小麦・乳 冷凍
	鰹だしのきいた特選玉子焼		1本	1本	そのままどうぞ	アレルギー 小麦・卵 冷蔵

※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。