



# ゆうたぐ瓦版

毎日の生活に役立つサービスや  
夕食宅配からのお知らせを  
お届けします。



## お盆配達、メニュー変更・中止等についてのご案内



# 8月14日(月)・15日(火)の2日間は**お盆休み**とさせていただきます。(それ以外は通常通りです)

※新規利用者の登録、利用再開者の受付しめきりはお届け週1週間前の火曜日夕方6時までとなっております。

8月	日	月	火	水	木	金	土
7/30	休み	7/31 通常配達	1 通常配達 8月7日(月)~分の 変更締め切り日	2 通常配達	3 通常配達	4 通常配達	5 休み
6	休み	7 通常配達	8 通常配達 8月16日(月)~2週分の 変更締め切り日	9 通常配達	10 通常配達	11 (山の日) 通常配達 冷凍丼5種お届け (注文された方)	12 休み
13	休み	14 <b>! 休み</b>	15 <b>! 休み</b> 変更受付休止	16 通常配達	17 通常配達	18 通常配達	19 休み
20	休み	21 通常配達	22 通常配達 8月28日(月)~分の 変更締め切り日	23 通常配達	24 通常配達	25 通常配達	26 休み
27	休み	28 通常配達	29 通常配達	30 通常配達	31 通常配達	9/1 通常配達	9/2 休み

- 8月1日(火) 18:00締め切り日は、8月7日(月)~8月11日(金)の変更中止の締め切り日です。
- 8月8日(火) 18:00締め切り日は、8月16日(月)~8月26日(金)の2週分変更中止の締め切り日です。
- 8月15日(火) 締め切り日はお休みの為、8月21日(火)~8月25日(金)の変更中止は8月8日(火)18:00までに。
- 8月22日(火) 18:00締め切り日は、8月28日(月)~9月1日(金)の変更中止の締め切り日です。

## 8月分 振替案内のお知らせ



**ご利用代金** 月間メニュー表をご確認ください。

**7月31日(月)~9月1日(金)までの期間分です。**

### 引き落とし日

**9月12日(火)引き落とし** 【ご入金は引き落とし日前日までお願いします。】

- ※12日に口座引き落としされなかった場合、同月27日に再請求を致します。(一部の金融機関では再請求できないところもあります。)
- ※口座引き落としされなかった場合、次回引き落としに手数料がかかります。(200円)
- ※2回目の口座引き落としができない場合は、夕食宅配のご利用をストップさせていただきます。

..... お弁当の変更・中止は .....

**0120-4884-16**

必ず**お届け前週の火曜日まで**にご連絡ください。  
(急な入院などの場合もご連絡ください。)

メニューに関する事、その他ご意見どしどしお寄せください。  
記入後は、キトリ線で切り離し配達スタッフにお渡してください。

キトリ

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



# 8月メニュー表

**今月のおススメ** **8月31日(木) 豆腐ステーキ**  
 生地に玉ねぎ・ネギ・生姜などの野菜を練り込んでおり、野菜の風味が豊かな仕上がりとっています。

**8月分 振替のお知らせ** 詳しいご案内は裏面にあります。

**ご利用代金** 7月31日(月)~9月1日(金)までの期間分の合計金額となります。

**引き落とし日** 9月12日(火)引き落とし ※ご入金引き落とし日前日までお願いします。

月	火	水	木	金
7/31	8/1	2	3	4
【白飯】 【サーモンフライ】 【キャベツとひじきの和風サラダ】 【野菜オムレツ】 【小松菜ときざみ揚げの和え物】 【かぼちゃサラダ】 おかずのみ 熱量 280 kcal タンパク質 12.5 g 脂質 19.7 g 炭水化物 29.6 g 食塩相当量 2.1 g	【白飯】 【白身フライ甘酢あんかけ】 【チキンマカロニグラタン風】 【ナスの甘味噌炒め】 【刻み昆布煮】 おかずのみ 熱量 289 kcal タンパク質 11.1 g 脂質 14.9 g 炭水化物 27.7 g 食塩相当量 2.7 g	【豆ご飯】(236kcal) 【豚の生姜焼き】 【小松菜の中華ドレッシング和え】 【高野の煮物】 【牛肉ごぼう】 【切干と野菜のツナサラダ】おかずのみ 熱量 291 kcal タンパク質 12.0 g 脂質 16.3 g 炭水化物 24.7 g 食塩相当量 2.1 g	【白飯】 【いなり餃子】 【カニカマとカリフラワーの酢の物】 【チキンピカタ】 【チンゲン菜とさつま揚げの和え物】 【がんもの煮物】 おかずのみ 熱量 326 kcal タンパク質 15.1 g 脂質 16.6 g 炭水化物 28.9 g 食塩相当量 2.3 g	【白飯】★わらび餅(抹茶) 【メバルの塩焼き】 【ひじきのコールスロー】 【切干と枝豆の煮物】 【野菜コロッケ】 【卵の花】 おかずのみ 熱量 299 kcal タンパク質 10.9 g 脂質 15.8 g 炭水化物 25.6 g 食塩相当量 2.4 g
7	8	9	10	11 山の日(祝日)
8/7(月) 【ゆかりご飯】(238kcal) 【豚焼肉サラダ】 【焼きビーフン】 【インゲンのピリ辛和え】 【タケノコ焼売】 おかずのみ 熱量 298 kcal タンパク質 11.0 g 脂質 19.3 g 炭水化物 20.0 g 食塩相当量 2.4 g	【白飯】★ミニ大福(黄) 【ミニチキンカツ】 【紅白なます】 【麻婆豆腐】 【小松菜の昆布お浸し】 【蓮根のきんぴら】 おかずのみ 熱量 311 kcal タンパク質 14.5 g 脂質 20.3 g 炭水化物 31.7 g 食塩相当量 2.8 g	【白飯】 【照り焼きハンバーグ】 【大豆とひじき煮】 【ほうれん草と蒲鉾の和え物】 【ごぼうサラダ】 おかずのみ 熱量 306 kcal タンパク質 18.0 g 脂質 18.7 g 炭水化物 29.2 g 食塩相当量 2.3 g	【白飯】 【タラの照り焼き風】 【小松菜の胡麻和え】 【牛肉野菜炒め】 【カレーコロッケ】 【大根の煮物】 おかずのみ 熱量 298 kcal タンパク質 12.7 g 脂質 13.8 g 炭水化物 19.8 g 食塩相当量 2.3 g	【白飯】 【ロースカツ】 【青菜の中華和え】 【野菜の生姜煮】 【大豆トマト煮込み】 【大根とワカメの酢の物】おかずのみ 熱量 231 kcal タンパク質 8.0 g 脂質 11.8 g 炭水化物 23.6 g 食塩相当量 1.8 g
14	15	16	17	18
<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 40%;"> <h2 style="text-align: center;">お盆の2日間は お休み</h2> </div> <div style="width: 50%; text-align: right;"> <p>※祝日お休み登録 ありませ せん。</p> </div> </div>				
		【白飯】★わらび餅 【エビカツ デミグラスソースかけ】 【鶏団子の煮物】 【ほうれん草と椎茸の煮浸し】 【キャベツのコールスロー】おかずのみ 熱量 267 kcal タンパク質 10.8 g 脂質 16.0 g 炭水化物 19.8 g 食塩相当量 2.3 g	【白飯】 【赤魚の煮つけ】 【チンゲン菜とカニカマの胡麻風味サラダ】 【きんぴらごぼう】 【白菜のクリーム和え】 【南瓜のバター煮】 おかずのみ 熱量 254 kcal タンパク質 9.2 g 脂質 10.9 g 炭水化物 27.5 g 食塩相当量 2.4 g	【白飯】 【天ぷら盛り合わせ(エビ・イカ含む)】 【白菜と蒲鉾の生姜煮】 【中華焼売】 【小松菜ときざみ揚げの和え物】おかずのみ 熱量 347 kcal タンパク質 17.3 g 脂質 12.3 g 炭水化物 40.9 g 食塩相当量 2.2 g
21	22	23	24	25
【白飯】 【肉豆腐】 【お煮しめ】 【ほうれん草とカニカマのしそドレッシング和え】 【マカロニカレー風サラダ】おかずのみ 熱量 281 kcal タンパク質 11.6 g 脂質 13.8 g 炭水化物 26.4 g 食塩相当量 2.1 g	【白飯】 【肉団子酢豚風】 【アジしそ巻きフライ】 【インゲンのピリ辛和え】 【酢ごぼう】 おかずのみ 熱量 299 kcal タンパク質 12.7 g 脂質 18.0 g 炭水化物 17.3 g 食塩相当量 2.0 g	【白飯】 【サバの味噌煮】 【チンゲン菜とタケノコのナムル】 【春雨と野菜の炒めもの】 【エビ団子】 【鶏と根菜のうま辛煮】おかずのみ 熱量 259 kcal タンパク質 19.8 g 脂質 12.0 g 炭水化物 24.7 g 食塩相当量 2.6 g	【白飯】★ミニ大福(白) 【鶏の唐揚げ】 【小松菜としらす和え】 【野菜とさつま揚げの生姜煮】 【ピーマンの塩昆布和え】 【大根とワカメの酢の物】おかずのみ 熱量 331 kcal タンパク質 10.9 g 脂質 20.3 g 炭水化物 20.9 g 食塩相当量 2.4 g	【いりこ菜飯】(240kcal) 【目玉焼きフライ】 【ほうれん草ときざみ揚げの和え物】 【豆腐ハンバーグ】 【玉ねぎとえのきのぼん酢和え】 【ポテトサラダ】 おかずのみ 熱量 317 kcal タンパク質 13.4 g 脂質 14.5 g 炭水化物 29.4 g 食塩相当量 2.1 g
28	29	30	31	9/1
【白飯】 【豚しゃぶ】 【牛肉コロッケ】 【小松菜のピリ辛和え】 【キャベツのコールスロー】おかずのみ 熱量 276 kcal タンパク質 11.0 g 脂質 16.6 g 炭水化物 21.4 g 食塩相当量 1.9 g	【白飯】★プチケーキ 【デミグラスハンバーグ】 【南瓜とちくわの煮物】 【大豆クリーム煮】 【タケノコのきんぴら】おかずのみ 熱量 304 kcal タンパク質 16.9 g 脂質 13.7 g 炭水化物 32.4 g 食塩相当量 2.4 g	【白飯】 【タルタル風味マグロカツ】 【ほうれん草と蒲鉾の和え物】 【ナスと厚揚げの煮物】 【ちくわけチャップ炒め】 【マカロニサラダ】 おかずのみ 熱量 301 kcal タンパク質 14.5 g 脂質 17.5 g 炭水化物 17.6 g 食塩相当量 2.1 g	【高菜ご飯】(222kcal) <b>おススメ</b> 【豆腐ステーキ】 【白菜と枝豆の煮物】 【チンゲン菜のしそ風味サラダ】 【切干と人参のナムル】おかずのみ 熱量 347 kcal タンパク質 13.5 g 脂質 15.2 g 炭水化物 37.3 g 食塩相当量 2.8 g	【白飯】 【牛肉野菜炒め】 【春雨と野菜の中華風】 【インゲンの胡麻和え】 【玉子サラダ】 おかずのみ 熱量 268 kcal タンパク質 15.3 g 脂質 11.2 g 炭水化物 31.1 g 食塩相当量 2.0 g

- お届け後は冷蔵庫に保管し、配送当日の21時までにお召上がりください。
- 容器は直接火にかけず、電子レンジで500W:1分30秒~2分、600W:1分15秒~1分40秒程度温めてください。
- 食材入荷の都合により、メニューを変更させて頂く場合があります。ご了承ください。
- お米は国産米であり、約140gです。熱量(カロリー)は140gあたり235kcalです。
- 栄養値は献立作成時の計算値のため、食材・分量調整により前後することがあります。
- 栄養成分値はおかずのみの値です。
- 本製造工場では、卵・乳・小麦・エビ・カニ・そば・落花生等を含む製品を生産しています。
- 『★デザート』の表記はデザートのご提供となります。誤ってレンジにかけないでください。

空容器は、次回の配達時に回収しますので『洗剤』で軽く洗ってご返却下さい。(容器内にゴミがない状態でお返しくださいますようお願いいたします。)

..... ⚠️ ご注意ください .....

メニュー変更、中止などの場合は、**お届け前週の火曜日18時まで**にご連絡ください。  
 火曜日18時を過ぎますと、次週以降の変更ができなくなります。**変更期日を過ぎた変更**につきましては、**代金をお支払い頂く**こととなります。予約注文のためご了承ください。

**お問合せ** 月曜日~金曜日 [9:00~18:00]

フリーコール **0120-4884-16**