

# ゆうきっちゃん

あなたとお弁当を結ぶ

U-KITCHEN

6/27  
〜  
7/9

## デラックス

ごはん付き ¥580 税込    おかずのみ ¥480 税込  
ご注文は当日9:15までとなります。各種商品は食材入手の関係上、献立内容が変更する場合がございます。



- 6月27日(月) <534kcal 3.4g>
  - ・二色丼
  - ・串カツ
  - ・さばの塩焼
  - ・なすとほうれん草のサラダ
  - ・にんじん金平
  - ・絹ごし揚げの煮物
- 6月28日(火) <586kcal 4.5g>
  - ・豚肉と油揚げのすき焼き風煮
  - ・じゃがころ
  - ・冷やしうどん
  - ・ハムサラダ
  - ・海鮮小判焼き
  - ・ハンバーグ
- 6月29日(水) <502kcal 3.6g>
  - ・白身フライたまごチリソース
  - ・白菜と春雨の和風炒め
  - ・大根とセロリのフレンチサラダ
  - ・高菜饅頭
  - ・焼き鳥
- 6月30日(木) <560kcal 4.9g>
  - ・豚肉のお好み焼きソース炒め
  - ・海鮮串フライ
  - ・カニさつま揚げとひじき煮
  - ・大豆ポテサラ
  - ・焼きつくね
  - ・しゅうまい
- 7月1日(金) <490kcal 2.9g>
  - ・きのこベーコンの炒め物
  - ・海老カツ
  - ・さごしの味噌漬
  - ・小松菜のわさび和え
  - ・大根とひき肉の甘辛煮
  - ・ミニさつま揚げ
- 7月2日(土) <466kcal 2.8g>
  - ・ツナじゃが
  - ・おまかせフライ
  - ・つくね大葉巻ハンバーグ
  - ・オクラの和え物
  - ・野菜炒め
  - ・おまかせ一品

### 今週のお弁当

- 6/28 ごはんがすすむすき焼き煮
- 6/29 たまごでマイルドチリソース♪
- 7/4 濃厚手作りタルタルソース
- 7/5 さっぱりポン酢で疲労回復★
- 7/8 野菜と肉の具だくさん八宝菜!!



## 健康膳

ごはん付き ¥600 税込    ご注文・変更等は、前営業日午後1時までをお願いします。各種商品は食材入手の関係上、献立内容が変更する場合がございます。



- 6月27日(月) <613kcal 3.5g>
  - ・発芽玄米ごはん
  - ・和風ハンバーグ
  - ・絹ごし揚げの煮物
  - ・チンジャオロース
  - ・レンコン金平
  - ・春雨サラダ
- 6月28日(火) <602kcal 2.7g>
  - ・麦ごはん
  - ・赤魚の塩焼
  - ・手作りかき揚げ
  - ・じゃがいもの煮物
  - ・ほうれん草の炒め物
  - ・いんげんと笹身の酢の物
- 6月29日(水) <619kcal 3.3g>
  - ・十六穀ごはん
  - ・白身魚のおろし揚げ
  - ・鶏肉といんげんの中華炒め
  - ・キャベツのごま和え
  - ・さつま芋サラダ
  - ・チンゲン菜の中華煮
- 6月30日(木) <618kcal 3.5g>
  - ・古代米ごはん
  - ・揚げ豆腐のあんかけ
  - ・里芋とえびの煮物
  - ・あじの塩焼
  - ・小松菜の中華サラダ
  - ・ぜんまいの煮物
- 7月1日(金) <627kcal 2.7g>
  - ・五穀ごはん
  - ・エビフライ
  - ・麻婆春雨
  - ・大根のべっこう煮
  - ・タルタルソース
  - ・菜の花の和え物
- 7月2日(土) <616kcal 2.1g>
  - ・鶏の唐揚げ
  - ・厚揚げの高菜あんかけ
  - ・野菜炒め
  - ・和風サラダ
  - ・ひじき煮

### 今週のお弁当

- 6/27 おろしポン酢でヘルシーに
- 6/28 サクサク!! エビと野菜のかき揚げ
- 6/30 里芋は老化防止効果あり♪
- 7/5 旨みたっぷり三元豚
- 7/8 野菜と椎茸揚げの炊き合わせ



新製パン所 新製パン所とコラボの日替わりコッペパン 2ヶセット ¥550 税込    2ヶセット商品/単品販売不可/発砲梱包でのお届け/ご注文・変更等は、前営業日13時までをお願いします/賞味期限:当日18時



- 6月27日(月) テリヤキチキンフライ&たまご/カスタード&ホイップ&チョコクッキー
- 6月28日(火) ポテハムサラダ/宇治抹茶クリーム&ホイップ
- 6月29日(水) スモークベーコン&チーズ/きな粉クリーム&ホイップ
- 6月30日(木) えび&クリームチーズ&アボカド/つぶあんバター
- 7月1日(金) 照り焼きチキン&たまご/クリームチーズ&ストロベリー&ホイップ



- 7月4日(月) チャーシューと煮卵/クッキークリーム&ホイップ
- 7月5日(火) チリドック/粒あん&練乳クリーム&ホイップ
- 7月6日(水) ソースとんかつ(ヒレカツ)/ブルーベリー&ホイップ
- 7月7日(木) 合鴨パストラミ&クリームチーズ/カスタード&ホイップ
- 7月8日(金) マルちゃん焼きそば&ハムカツ/チョコ&ホイップ&いちご

美味しい食べ方    電子レンジ 500W    30 ~ 60 秒

ポイントキャンペーン    商品に貼り付けてあるポイントシールをあつめてプレゼントをゲット! 詳しくはウェブサイトへ

季節膳 めんセットと金沢カレー ¥560 税込    ご注文・変更等は、前営業日午後1時までをお願いします。季節膳は、2週ごとに種類を入れ替えます。



- 月曜日 山菜入り日本そばと二色丼
- 火曜日 たぬきうどんとうな重
- 水曜日 金沢カレー/ハンバーグ&目玉焼き



- 木曜日 肉うどんとわかめご飯
- 金曜日 ネバとろそばとゆかりご飯

注文書 ゆうきっちゃん

	6/27 月	6/28 火	6/29 水	6/30 木	7/1 金	7/2 土	7/4 月	7/5 火	7/6 水	7/7 木	7/8 金	7/9 土
デラックス												
季節膳												
健康膳												
コッペくらぶ												

お客様名 \_\_\_\_\_    ご住所 \_\_\_\_\_    電話番号 \_\_\_\_\_

営業時間 8時~17時「平日」8時~14時「土曜日」  
WEB住所 FAX 076-1283-1008  
http://u-kitchen.net    076-1283-1019



※祝日による連休や急なお休みの場合は、事前に弊社までご連絡ください

今年の夏はBBQやキャンプで金沢カレーを食べよう！！

# 金沢カレーフェア



金沢カレーの黄金比！  
ルー180g：ごはん300g

盛付例

限定販売：8月末まで

## 時短&ロングライフ

あたためただけで、すぐに食べれます！  
冷凍だから長期保存も可能です！

一膳屋

## 金沢カレールー

冷凍品 1kg (5~6人分)  
※冷凍庫にて保管下さい

今だけ  
¥100  
引き

830円のところ

特別価格 **¥730** 税込

ご注文について

電話・FAX・ウェブ・クーポン（後日配布）・下記注文欄をご利用下さい。お届けはご注文の翌日以降となります。日・祝のお届けはお受けしていません。商品入荷の関係上、お届け指定日をお受けできない場合がございます。お届けの際は保冷状態で持ち致しますので、お届け後は冷凍庫にて保管下さい。商品の品質上、食味が変化する場合もございますので解凍後の再冷凍はおやめください。

お問い合わせ

ゆうきゅう

U-KITCHEN

本社/工場 かほく市森カ37-1  
☎ 076-283-0082  
http://u-kitchen.co.jp

### 金沢カレーのおいしい食べ方 超簡単3つのステップ

① 冷蔵庫で解凍（前日）



② 開封し鍋であたため焦げないようにご注意を！



③ ごはんの上にカレーをかけてトッピングをのせて出来上がり



金沢カレーのアレンジレシピ①

### 揚げないトンカツを作ろう！

金沢カレーといえばやっぱりトンカツが必須！でも揚げ物はしたくない。そんなときは大量の油を使わない、キャンプやBBQにおすすめの揚げないトンカツを作ってみませんか。材料はトンカツをつくるのと同じです。ポイントは作り方にあり！詳しくはウェブをご確認ください。



金沢カレーのアレンジレシピ②

### フルーツ缶で甘めのカレーに！

夏はフルーツがおいしい季節。キャンプやBBQでもフルーツを楽しみたいですね。フルーツ缶がある場合は残り汁をシロップ代わりにカレールーに入れると、辛さがマイルドな味わいに。そのほか、砕いたポテトチップを入れるとさくさく新食感のカレーに！



詳しいレシピはウェブをご覧ください

金沢カレーのアレンジレシピ③

### チーズたっぷりカレーグラタンが美味！

残ったカレールーを使い切りたいときは、カレーグラタンがおすすめ。グラタン皿にごはんを敷いて、トッピングにフライやしめじ、野菜などなんでも入れて、カレールーをかける。その上にチーズをたっぷりかけてじっくり焼き上げましょう。ごはんの代わりに、マッシュポテトやスパゲティ、やきそばでも美味！



金沢カレーのアレンジレシピ④

### 蒟蒻と豆腐で低糖質高タンパクカレーに！

糖質の気になる方には、低糖質で高タンパクなカレーをご紹介します。ごはんの代わりに、糸こんにゃくや木綿豆腐を使ってはいかかでしょうか。糸こんにゃくは細かめのざく切りにすれば、ごはん粒っぽくなるし、木綿豆腐は崩して炒めれば食感を楽しめます。あるいは、少量のごはんを糸こんにゃくを混ぜて、糖質コントロールもいいですね。



高級食パン  
デリバリー

## 金曜日の食パン

毎週金曜配達 | 選べる6種類  
お届け日：7/1, 7/8

〈ご注文について〉ご注文締切はお届け日2日前13時まで。数量限定品は、ご注文締切前でもご注文がお受けできない場合がございます。〈乃木坂な妻たちの商品について〉原材料の一部にはちみつを使用。加熱済みですが、安全のために1歳未満のお子様がお食しできませんようご注意ください。〈新出製パン所の商品について〉原材料に卵が不使用であっても、同工場内での製造工程において卵を使用しております。〈わがわがの商品について〉原材料にはちみつを使用していますので、1歳未満の乳児には与えないでください。／価格はすべて税込み価格

高級食パン専門店  
乃木坂な妻たち

新出製パン所

食パン専門店  
わがわが



① 豊潤な妻  
2斤サイズ ¥700

主な原材料：小麦粉、夕張メロンクリーム、メロンパウダー、上白糖、バターほか／賞味期限：お届けから2日（2日以降は冷凍をおすすめします）



② カカオな気分  
2斤サイズ ¥1,060

主な原材料：小麦粉、クーベルチュールチョコレート、乳製品、砂糖、蜂蜜、塩／賞味期限：お届けから2日（2日以降は冷凍をおすすめします）



③ くるみレーズン  
1斤サイズ ¥800

主な原材料：小麦粉、ミルクバタークリーム、カラント、マスカットレーズン、くるみ、上白糖、バターほか／賞味期限：お届けから2日（2日以降は冷凍をおすすめします）



④ まめ  
1斤サイズ ¥750

主な原材料：小麦粉、うぐいすのこ、栗まめかのこ、大正金時、大納言、黒豆かのこ、上白糖、バターほか／賞味期限：お届けから2日（2日以降は冷凍をおすすめします）



⑤ 金澤生食パン  
1.5斤サイズ ¥790

主な原材料：小麦、乳、大豆、はちみつほか／賞味期限：お届けから2日（2日以降は冷凍をおすすめします）



⑥ 金澤焼食パン  
1.5斤サイズ ¥790

主な原材料：小麦粉、砂糖、乳、大豆ほか／賞味期限：お届けから2日（2日以降は冷凍をおすすめします）

**新パッケージ**

やや強い苦味、コク、程よい酸味のバランスが良いブレンド  
QLGオリジナル  
石焼焙煎珈琲  
レギュラー・粉  
300g  
**¥850**

深い香り、強い苦味と濃厚なコクの深煎りブレンド  
QLGオリジナル  
ブレンドコーヒー  
レギュラー・粉  
300g  
**¥600**

おいしさを保持する新構造  
背面にはインナーバルブ（逆止弁）を装着。内気を排出しながら外気の侵入を防ぐことで、豆の劣化を防止。鮮度の保持能力が高く、コーヒーの美味しさが持続。

東洋水産  
ごつ盛り  
全5種均一価格  
各12個入  
**¥1,500**

ちゃんぽん 塩担々麺  
豚骨醤油 ワンタン醤油  
ソース焼きそば

中橋商事  
能登米こしひかり  
10kg・能登産100%  
**¥3,300**

一膳屋  
金沢カレールー  
冷凍1kg・5~6人前  
製造から6ヶ月保存可能  
**¥830**

**お値打**

長谷川綿行  
耳にやさしいサージカルマスク  
不織布3層構造／おとな用  
50枚入り  
**¥480**

**お値打**

手にやさしい  
アロエ配合  
アルタン  
薬用ハンドローション  
(アルコール)  
噴射ボトル無料プレゼント!  
4.8L×4本入り  
**¥15,400**

**新種味** に対応

DIASIA BIOMEDICAL社  
抗原検査キット  
唾液専用検査キット。その場で検査ができ、15分で結果判明！  
オミクロン株にも対応！  
20キット入  
**¥29,700**

三徳屋  
そのまんまOKカレー  
甘口・中辛／6個入  
アレルギーフリー-特定原材料7品目不使用、火や水が不要でそのまま食べられる  
**¥2,916**

オフィス倶楽部 ご注文欄		
商品名	希望日	注文数量
		個
		個
		個
		個
		個
		個
		個
お客様名		
ご住所		
電話番号		
ご注文はTEL・FAXが注文用紙を配達員へ ご注文の場合は、FAX送信いただくか注文用紙を配達員へお渡しください。お電話でも承ります。商品名・数量・お客様名をお伝えください。注文数量(ケース・パック・個数)にご注意ください。カップめんはケース販売のみです。価格はすべて税込価格です。		