

笑顔でつながる

夕食
宅配

ココくる



献立・レシピは
こちらから

食材セット



PAKUMOGU



あっ!とごはん



定番 おうちごはん

献立掲載期間

2024年

12/2 (月) ~ 12/28 (土)

※注文締切は毎週水曜日

(2人用1日) 1,240円 ・ (3人用1日) 1,860円



コプやまくち

☎ 0120-272-428

受付時間: 月曜日~金曜日 9:00~18:00



Webからの
変更はこちら



12/2 週のおすすめ

お肉を食べよう!

定番 おうちごはん

主菜

豚肉のスタミナ焼き

副菜①

春雨の中華和え

副菜②

きのこスープ



12/2 月

12/3 火

12/4 水

12/5 木

12/6 金

12/7 土

PAKUMOGU

2人用調理時間
15~20分



おすすめ度
100%

主菜
レンジで簡単! 親子丼

副菜
大根と春雨のサラダ

※消費期限はお届け日当日です。



おすすめ度
94%

主菜
骨まで食べられる!
いわしの竜田揚げ

副菜
みそパタキャベツ



おすすめ度
100%

主菜
鶏ちゃん焼きうどん

副菜
高野豆腐とわかめのみそ汁

※消費期限はお届け日当日です。



お肉を食べよう!
おすすめ度
96%

主菜
豚ロースソテー
特製デミソースがけ

副菜
たまごマカロニ



おすすめ度
82%

主菜
肉豆腐

※グリーンピースを追加でお届けします。

副菜
ひじきとコーンのサラダ



おすすめ度
80%

主菜
豚肉のトマトソース

副菜
さつま芋のホットサラダ

土曜日の食材は、
金曜日にお届けいたします。

あっ!とごはん

2人用調理時間
15分



主菜
豚ロースの照り焼き
~国産みかんジュースのソースで~

副菜
洋風おひたし



主菜
鶏肉と大根の
うま味醤油炒め

副菜
かぼちゃのコンソメバター煮



主菜
銀ひらす
昆布白醤油焼き

副菜
大根と揚げの含め煮



主菜
牛肉となすの
オイスター炒め

副菜
ニラと豆腐のスープ



主菜
本格!
スパイスカレーうどん

副菜
白菜の甘酢



主菜
麻婆豆腐

副菜
ひじきとコーンのチヂミ

土曜日の食材は、
金曜日にお届けいたします。

定番 おうちごはん

2人用調理時間
30~35分



主菜
たらの唐揚げ
手づくりタルタルソース

副菜1品
かぼちゃのおかか煮



主菜
豚肉とさつま芋の
和風炒め

副菜2品
●なすとピーマンの揚げびたし
●小松菜とえのきのみそ汁



主菜
牛焼肉ビビンバ丼

副菜1品
ごぼうサラダ



主菜
たっぷり野菜の酢鶏

副菜1品
キャベツのなめたけ和え



主菜
豚肉のスタミナ焼き

副菜2品
●春雨の中華和え
●きのこスープ



主菜
じゃが芋DE
チンジャオロース

副菜1品
赤しそサラダ風冷奴

土曜日の食材は、
金曜日にお届けいたします。

※消費期限はお届け日当日です。

12/9 週のおすすめ

あっ!とごはん

主菜

鶏肉とキャベツの
トマトチーズ煮

副菜

コーンサラダ



チーズ料理

12/9月

12/10火

12/11水

12/12木

12/13金

12/14土

PAKUMOGU

2人用調理時間
15~20分



おすすめ度
82%

主菜
3色鶏そぼろ丼

副菜
ホイルきのこバター

※消費期限はお届け日当日です。



おすすめ度
100%

主菜
チーズインハンバーグ

副菜
枝豆とコーンのコールスロー



おすすめ度
100%

主菜
定番の味! ナポリタン

副菜
ほうれん草と人参のスープ



NEW

おすすめ度
80%

主菜
豚肉とさつまいもの
まろやかみそクリーム煮

副菜
もやしと卵の炒め物



NEW

おすすめ度
95%

主菜
北海道産
鮭のホイル焼き

副菜
大根と油揚げのサラダ



土曜日の食材は、
金曜日にお届けいたします。

おすすめ度
86%

主菜
かぼちゃときのこの
ドリヤ

副菜
野菜のコンソメスープ

※消費期限はお届け日当日です。

あっ!とごはん

2人用調理時間
15分



主菜
南瓜入り豚こまDE
黒酢酢豚

副菜
大根と水菜のなめたけ和え



主菜
骨までまるごと食べられる♪
いわしの生姜煮

副菜
中華風冷奴



チーズ料理

主菜
鶏肉とキャベツの
トマトチーズ煮

副菜
コーンサラダ

※消費期限はお届け日当日です。



主菜
豚肉の中華炒め

副菜
切干大根のツナマヨサラダ



主菜
揚げ焼きで!
サクふわチキン南蛮

副菜
カレースープ

※消費期限はお届け日当日です。



土曜日の食材は、
金曜日にお届けいたします。

主菜
牛肉のデミソースパスタ

副菜
マリネ風サラダ

定番 おうちごはん

2人用調理時間
30~35分



主菜
赤魚の煮付け

副菜1品
かぼちゃと人参の金平



主菜
鶏肉DE
ホイコーロー

副菜1品
きゅうりとえのきのナムル

※消費期限はお届け日当日です。



主菜
ミルフィーユ
ポークピカタ

副菜1品
さつまいものレモン煮



主菜
ごぼう入り
手づくり肉団子

副菜1品
キャベツとコーンのソテー

※消費期限はお届け日当日です。



主菜
牛肉豆腐

副菜2品
●大根とラディッシュの赤しそ和え
●わかめと人参のみそ汁



主菜
白身魚のみぞれあん

副菜1品
ちくわと野菜のかき揚げ

土曜日の食材は、
金曜日にお届けいたします。

12/16 週のおすすめ

チーズ料理 

【定番】おうちごはん

主菜

豚ロースの
トマトチーズ焼き

副菜

コンソメ野菜スープ



12/16月

12/17火

12/18水

12/19木

12/20金

12/21土

PAKUMOGU

2人用調理時間
15~20分



おすすめ度
92%

主菜
チキンのマヨソース

副菜
ジャーマンフライドポテト

※消費期限はお届け日当日です。



おすすめ度
93%

主菜
にんにくしょうゆの
ポークソテー

副菜
大根のおかか煮



おすすめ度
100%

主菜
牛丼

副菜
きゅうりとわかめの中華和え



おすすめ度
80%

主菜
カレーの
ホワイトソースがけ

副菜
リーフサラダ



おすすめ度
86%

主菜
お子さま回鍋肉

副菜
みたらしさつま芋



おすすめ度
88%

主菜
コーンたっぷり
白湯ラーメン

副菜
レンジで手軽にココット卵

土曜日の食材は、
金曜日にお届けいたします。

あっ!とごはん

2人用調理時間
15分



主菜
ウーシャンフェン
五香粉香る! 豚ばら角煮風
※チンゲン菜を小松菜に替えてお届けします。

副菜
れんこん金平



主菜
鶏肉ときのこの
まぜごはん

副菜
サラダオムレツ



主菜
豚の生姜焼き

副菜
フライドポテトのり塩和え



主菜
鶏肉の和風パスタ
※水菜を小松菜に替えてお届けします。

副菜
かき玉みそ汁



主菜
北海道産
さんまの磯辺天ぷら

副菜
大根と水菜のサラダ



主菜
プルコギ

副菜
わかめとニラと豆腐のスープ

土曜日の食材は、
金曜日にお届けいたします。

※消費期限はお届け日当日です。

※消費期限はお届け日当日です。

【定番】おうちごはん

2人用調理時間
30~35分



主菜
さばの一夜干し
※小松菜をチンゲン菜に替えてお届けします。

副菜1品
ニラ玉

※消費期限はお届け日当日です。



主菜
豚ロースの
トマトチーズ焼き

副菜1品
コンソメ野菜スープ



主菜
鶏肉の
にんにく醤油炒め

副菜1品
キャベツの赤しそ和え

※消費期限はお届け日当日です。



主菜
肉じゃが

副菜1品
白菜の甘酢和え



主菜
親子丼

副菜2品
●ピリ辛こんにやく
●小松菜としめじのすまし汁

※消費期限はお届け日当日です。



主菜
豚肉の
焼きしゃぶごまだれ

副菜2品
●あおさバターポテト
●かぶの柚子こしょう和え

土曜日の食材は、
金曜日にお届けいたします。

※消費期限はお届け日当日です。

PAKUMOGU 12/23 週のおすすめ

クリスマスをイメージした
アレンジも楽しめます。

主菜
特製ソースのハッシュドビーフ

副菜
ゆで卵とブロッコリーのサラダ



※主菜の盛り付けに
副菜の一部を使用
しています。

12/23 月

12/24 火

12/25 水

12/26 木

12/27 金

12/28 土

※年末最後のお届けです。

PAKUMOGU

2人用調理時間
15~20分



おすすめ度
95%

主菜
豚ロース肉の唐揚げ

副菜
糸こんにゃくと枝豆の煮物



おすすめ度
88%

主菜
チキンと青菜のグラタン

副菜
キャベツとヤングコーンの
スープ



おすすめ度
100%

主菜
特製ソースの
ハッシュドビーフ

副菜
ゆで卵とブロッコリーの
サラダ

※消費期限はお届け日当日です。



おすすめ度
91%

主菜
とろっと照りたまチキン

副菜
さつま芋ひじき

※消費期限はお届け日当日です。



おすすめ度
82%

主菜
豚肉と春雨の
あっさり炒め

副菜
小松菜と揚げの煮びたし



おすすめ度
82%

主菜
たらの中華風
野菜あんかけ

副菜
野菜入り卵焼き

土曜日の食材は、
金曜日にお届けいたします。

あっ!とごはん

2人用調理時間
15分



主菜
鶏肉と野菜の
オイスターソース炒め

副菜
3色野菜の甘酢漬け

※消費期限はお届け日当日です。



主菜
ハンバーグデミソース

副菜
コールスロー



主菜
定番の鶏唐揚げ

副菜
もやしとニラの中華和え

※消費期限はお届け日当日です。



主菜
銀ひらすの煮付け

副菜
ほっこりさつま汁

※消費期限はお届け日当日です。



主菜
チキンときのこの
クリームオムライス

副菜
ブロッコリーサラダ

※消費期限はお届け日当日です。



主菜
豚ロースの
おろしはちみつ醤油焼き

副菜
3色ナムル

土曜日の食材は、
金曜日にお届けいたします。

定番 おうちごはん

2人用調理時間
30~35分



主菜
鶏肉の照り焼き

副菜2品
●ひじきの炒り煮 **ピリ辛**
●玉ねぎの甘酢漬け

※消費期限はお届け日当日です。



主菜
2種のタレで味わう
サムギョプサル **ピリ辛**

副菜2品
●人参しりしり
●セロリとパプリカのマリネ



主菜
鶏肉ときのこの
クリーム煮

副菜1品
水菜と大根のサラダ

※消費期限はお届け日当日です。



主菜
野菜たっぷり!牛肉の
カレーウスター炒め

副菜1品
かぼちゃサラダ



主菜
さんまのフリット **ピリ辛**
コチュマヨソース

副菜1品
なすの煮びたし



主菜
八宝菜

副菜1品
チョレギサラダ

土曜日の食材は、
金曜日にお届けいたします。

ご家庭でご用意いただく材料

下記の材料をご家庭でご用意をお願いいたします。

- 塩
- こしょう
- 砂糖
- しょうゆ
- 酢
- ポン酢しょうゆ
- 酒
- みそ
- みりん
- 油
- ごま油
- バター
(マーガリンでも代用可)
- マヨネーズ
- ケチャップ
- ウスターソース
- とんかつソース
- 小麦粉
- 片栗粉
- 顆粒コンソメ
- 和風だしの素
- 鶏がらスープの素
- カレー粉
- ご飯
- ドレッシング
- おろしにんにく
- おろし生姜
- ラー油
- 一味又は七味唐辛子
- 練りからし
- めんつゆ

※1商品に「ごはん」は含まれておりません。 ※写真は1人用の調理後のイメージです。食器や食材トレーなどは商品に含まれておりません。 ※献立内容は変更になる場合がございます。