

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

2025年

2/3 (月) ~ 3/1 (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



2/3週のおすすめ

あっ!とごはん

主菜

野菜と食べる
揚げ出し豆腐

副菜

水菜と春雨の和え物



2/3月

2/4火

2/5水

2/6木

2/7金

2/8土

PAKUMOGU

2人用調理時間
15~20分



NEW おすすめ度 96%

主菜
鶏肉とほうれん草の
クリーミードリア

副菜
大根と人参のスープ

※消費期限はお届け日当日です。



おすすめ度 93%

主菜
北海道産 鮭のムニエル
タルタルソース

副菜
かぼちゃのコンソメ煮

※消費期限はお届け日当日です。



おすすめ度 82%

主菜
肉豆腐
※グリーンピースを追加してお届けします。

副菜
コクウま!もやしのナムル



おすすめ度 100%

主菜
やわらかとんかつ

副菜
えのきと玉ねぎのみそ汁
※大根を玉ねぎに替えてお届けします。



おすすめ度 92%

主菜
チキンとお豆の
デミソース

副菜
水菜とカリカリお揚げの
サラダ

※消費期限はお届け日当日です。



おすすめ度 80%

土曜日の食材は、
金曜日にお届けいたします。

主菜
豚肉のトマトソース

副菜
ひじきとコーンのサラダ

あっ!とごはん

2人用調理時間
15分



主菜
とろ玉豚ばら
キャベツ炒め

副菜
水餃子



おすすめ度 93%

主菜
野菜と食べる
揚げ出し豆腐

副菜
水菜と春雨の和え物



主菜
鶏肉とれんこんの
甘酢炒め

副菜
白菜と椎茸のスープ



主菜
チンジャオロース

副菜
大根と人参の南蛮酢 **ピリ辛**



主菜
北海道産
焼きさんまのまぜごはん

副菜
れんこん赤しそ和え



土曜日の食材は、
金曜日にお届けいたします。

主菜
キーマカレー **ピリ辛**

副菜
ポテトサラダ

定番 おうちごはん

2人用調理時間
30~35分



主菜
たっぷり野菜の酢鶏

副菜1品
ピリ辛
韓国風冷奴



主菜
豚ロースのみそ漬け焼き
※もやしを玉ねぎに替えてお届けします。

副菜2品
●キャベツとコーンのコールスロー
●かき玉汁



おすすめ度 82%

主菜
野菜タンメン
※もやしを小松菜に替えてお届けします。

副菜1品
かぼちゃのごまがらめ



主菜
とろ〜りチーズの
ピザ風チキン

副菜1品
焼きキャベツのコンソメ煮



主菜
たらの南蛮漬け **ピリ辛**

副菜1品
豚ばらとれんこんのみそ金平



土曜日の食材は、
金曜日にお届けいたします。

主菜
牛肉のオニオンソース

副菜1品
さつまいの煮物

※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。

2/10週のおすすめ

PAKUMOGU

主菜

お家で本格!
バターチキンカレー

副菜

ウイナーときのこのコンソメスープ



2/10月

2/11火

2/12水

2/13木

2/14金

2/15土

PAKUMOGU 3周年 2人用調理時間 15~20分



おすすめ度 100%

祝日のため
お休みです

主菜
お家で本格!
バターチキンカレー

副菜
ウイナーときのこのコンソメスープ

※消費期限はお届け日当日です。



おすすめ度 100%

主菜
中華風焼きそば

副菜
豆腐とわかめのスープ



おすすめ度 100%

主菜
鶏肉の竜田揚げ

副菜
大根とちくわのカレー風味煮



おすすめ度 100%

主菜
チーズインハンバーグ

副菜
ハムとキャベツの
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
タルタルレタスサラダ

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。

あっ!とごはん 2人用調理時間 15分



主菜
豚肉の中華炒め

副菜
大根のべっこう煮

祝日のため
お休みです



主菜
特製だれの油淋鶏

副菜
ニラ玉スープ



主菜
特製ソースの
ハヤシライス

副菜
ペーコンレタスサラダ



主菜
えびと厚揚げの
チリソース

副菜
きゅうりと豚ばらの中華和え



主菜
がっつんと!スタミナ豚テキ
※ミニトマトを追加でお届けします。

副菜
切干大根としめじのみそ汁

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
焼きキャベツと牛肉の
洋風煮

副菜1品
かぼちゃと人参の金平

祝日のため
お休みです



主菜
豚肉のスタミナ焼き

副菜2品
●いかときゅうりのねぎ塩サラダ
●人参のごまみそ煮



主菜
鶏肉のみぞれ煮

副菜2品
●わかめと白菜の酢みそ和え
●えのきとねぎのすまし汁



主菜
銀鮭の塩焼き

※春菊を水菜に替えてお届けします。

副菜1品
じゃが芋とピーマンの
カレー炒め



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

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。

2/17 週のおすすめ

PAKUMOGU

主菜

ふっくらさばのみそ煮

副菜

きゅうりと卵の中華サラダ



2/17 月

2/18 火

2/19 水

2/20 木

2/21 金

2/22 土

PAKUMOGU 3周年 2人用調理時間 15~20分



主菜
たまごの衣でしっとりふわふわ♪
鶏肉のピカタ

副菜
さつま芋のホットサラダ

※消費期限はお届け日当日です。



主菜
ふっくらさばのみそ煮

副菜
きゅうりと卵の中華サラダ



主菜
巻いて食べよう♪
牛焼肉の野菜巻き

副菜
かぼちゃのごまマヨ和え



主菜
お子さま生姜焼き

副菜
ブロッコリーのミモザ風



主菜
鶏ちゃん焼きうどん

副菜
海苔とねぎの中華スープ

※消費期限はお届け日当日です。



主菜
4種野菜の豚丼

副菜
枝豆とコーンのかき揚げ

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
豚肉となすのみそ炒め

副菜
キャベツの菜種和え



主菜
揚げ焼きで!
サクふわチキン南蛮

副菜
セロリとパプリカの和え物

※消費期限はお届け日当日です。



主菜
骨までまるごと食べられる♪
いわしの生姜煮

副菜
ニラ入り卵焼き



主菜
お家で
鳥メロ焼き鳥丼

副菜
沢煮 梟風お吸い物



※消費期限はお届け日当日です。



主菜
肉豆腐

副菜
きゅうりと大根のうま塩ナムル



主菜
鮭のねぎみそ
マヨネーズ焼き

副菜
つきごととごぼうの
金平

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
牛焼肉ビビンバ丼

副菜1品
豆腐とねぎのみそ汁



主菜
ごぼう入り
手づくり肉団子

副菜1品
さつま揚げと人参のチヂミ

※消費期限はお届け日当日です。



主菜
赤魚の煮付け

副菜1品
春雨の中華和え



主菜
鶏肉DE
ホイコーロー

副菜1品
かぼちゃの煮物

※消費期限はお届け日当日です。



主菜
手づくりコロッケ

副菜1品
2色おひたし



主菜
あんかけ焼きそば

副菜1品
たまごスープ

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 2/24 週のおすすめ

主菜
ベーコンのクリームパスタ

副菜
ミックスサラダ



2/24 月

2/25 火

2/26 水

2/27 木

2/28 金

3/1 土

PAKUMOGU

2人用調理時間
15~20分

祝日のため
お休みです



おすすめ度 95%

主菜
北海道産
鮭のホイル焼き

副菜
大根と揚げの煮物

※消費期限はお届け日当日です。



おすすめ度 96%

主菜
鶏の唐揚げ
甘酢あんかけ

副菜
小松菜と玉ねぎのみそ汁

※消費期限はお届け日当日です。



洋食メニュー
おすすめ度 93%

主菜
えびのトマトクリーム
オムライス

副菜
コーンサラダ

※消費期限はお届け日当日です。



洋食メニュー
おすすめ度 90%

主菜
ふんわりジューシー♪
包み焼きハンバーグ

副菜
ほうれん草と人参のスープ



おすすめ度 80%

主菜
豚肉とさつまいもの
まるやかみそクリーム煮

副菜
ハムとレタスのサラダ

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

祝日のため
お休みです



主菜
ごはんが進む♪
甘辛鶏すき煮

副菜
ハリハリサラダ

※消費期限はお届け日当日です。



主菜
牛肉となすの
オイスター炒め

副菜
ラーバーツアイ



主菜
豚ばらみそ鍋

*主菜のみの
お届けとなります。

写真は2人用の調理後のイメージです。



洋食メニュー
主菜
白身魚のムニエル

副菜
ポテトとコーンのコンソメ炒め



主菜
牛肉のデミソースパスタ

副菜
コールスロー

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

祝日のため
お休みです



主菜
豚肉のくわ焼き

副菜2品
●ジャーマンポテト
●玉ねぎと人参のみそ汁



洋食メニュー
主菜
ベーコンの
クリームパスタ

副菜1品
ミックスサラダ



主菜
じゃが芋DE
チンジャオロース

副菜1品
わかめスープ



主菜
コク旨!
トマトチーズカレー

副菜2品
●焼きキャベツサラダ
●セロリのスープ

※消費期限はお届け日当日です。



主菜
白身魚のみぞれあん

副菜1品
ブロッコリーと玉ねぎの
おかか和え

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

下記の材料はご家庭でご用意をお願いいたします。

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