

## 低糖質おかずセットサイクル表（予定）

	「低糖質おかずセット」週替わり【5食1セット】 ※2024年8月現在	7月22日週	7月29日週	8月5日週	8月14日週	8月19日週	8月26日週	9月2日週	9月9日週
A	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛肉のXO醤炒めとツナと白菜の卵とじ</li> <li>・豚肉の生姜煮と鯖（サバ）の胡麻だれ</li> <li>・鶏肉の青じそ焼き</li> <li>・赤魚のアボカドソースと豚肉のソテー</li> <li>・鰻（アジ）と野菜旨煮冬瓜のそぼろあん</li> </ul>								
B	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛肉のオイスター炒め</li> <li>・豚肉の粒マスタード</li> <li>・鶏肉の時雨煮と鮭（サケ）の塩焼き</li> <li>・鯖（サバ）の塩麹焼きと豚肉のハーブ和え</li> <li>・海鮮八宝菜</li> </ul>								
C	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛しゃぶと帆立のオリーブオイル仕立て</li> <li>・豚肉の味噌炒めとオクラと海老の和風だし</li> <li>・赤魚の地中海風レモンソース</li> <li>・鱈（タラ）のパン粉焼き</li> <li>・カジキの葱塩だれと鶏肉のガーリック醤油</li> </ul>				↑ 8月12日(月) 配達お休み となります。				
D	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛肉の卵とじ</li> <li>・豚肉のオイスターソース仕立て</li> <li>・タンドリーチキンと鯖（マグロ）の煮付</li> <li>・海老と卵の中華炒め</li> <li>・鰈（カレイ）の唐揚げと野菜の旨煮</li> </ul>				8月14日(水) 5個1セットを お届けしま す。				
E	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛肉のきのこあんかけ</li> <li>・豚ニラ玉</li> <li>・鶏肉のハーブガーリックと鯖の生姜煮</li> <li>・おでんと豚肉のスタミナ炒め</li> <li>・赤魚のアサリソース</li> </ul>								

\*お届けは毎週月曜日です（お盆・年末年始は別途ご案内）。

\*5食1セットをダンボールに梱包してお届けします。

\*ヤマト運輸「クール宅急便（冷凍）」でお届けします。

\*商品の内容は、変更になる場合がございます。

### 〔問い合わせ先〕

パルシステム千葉 夕食宅配受付センター

電話：0120-228-566

〔受付時間〕 月～金 10:00～18:30

## 低糖質おかずセットサイクル表（予定）

	「低糖質おかずセット」週替わり【5食1セット】 ※2024年8月現在	9月16日週	9月23日週	9月30日週	10月7日週	10月14日週	10月21日週	10月28日週	11月4日週
A	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛肉のXO醤炒めとツナと白菜の卵とじ</li> <li>・豚肉の生姜煮と鯖（サバ）の胡麻だれ</li> <li>・鶏肉の青じそ焼き</li> <li>・赤魚のアボカドソースと豚肉のソテー</li> <li>・鰻（アジ）と野菜旨煮冬瓜のそぼろあん</li> </ul>								
B	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛肉のオイスター炒め</li> <li>・豚肉の粒マスタード</li> <li>・鶏肉の時雨煮と鮭（サケ）の塩焼き</li> <li>・鯖（サバ）の塩麹焼きと豚肉のハーブ和え</li> <li>・海鮮八宝菜</li> </ul>								
C	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛しゃぶと帆立のオリーブオイル仕立て</li> <li>・豚肉の味噌炒めとオクラと海老の和風だし</li> <li>・赤魚の地中海風レモンソース</li> <li>・鱈（タラ）のパン粉焼き</li> <li>・カジキの葱塩だれと鶏肉のガーリック醤油</li> <li>・牛肉の卵とじ</li> </ul>								
D	<ul style="list-style-type: none"> <li>・豚肉のオイスターソース仕立て</li> <li>・タンドリーチキンと鯖（マグロ）の煮付</li> <li>・海老と卵の中華炒め</li> <li>・鰈（カレイ）の唐揚げと野菜の旨煮</li> </ul>								
E	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛肉のきのこあんかけ</li> <li>・豚ニラ玉</li> <li>・鶏肉のハーブガーリックと鯖の生姜煮</li> <li>・おでんと豚肉のスタミナ炒め</li> <li>・赤魚のアサリソース</li> </ul>								

\*お届けは毎週月曜日です（お盆・年末年始は別途ご案内）。

\*5食1セットをダンボールに梱包してお届けします。

\*ヤマト運輸「クール宅急便（冷凍）」でお届けします。

\*商品の内容は、変更になる場合がございます。

[問い合わせ先]

パルシステム千葉 夕食宅配受付センター

電話：0120-228-566

[受付時間] 月～金 10:00～18:30

## 低糖質おかずセットサイクル表（予定）

	「低糖質おかずセット」週替わり【5食1セット】 ※2024年8月現在	11月11日週	11月18日週	11月25日週	12月2日週	12月9日週	12月16日週	12月23日週	1月6日週
A	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛肉のXO醤炒めとツナと白菜の卵とじ</li> <li>・豚肉の生姜煮と鯖（サバ）の胡麻だれ</li> <li>・鶏肉の青じそ焼き</li> <li>・赤魚のアボカドソースと豚肉のソテー</li> <li>・鰻（アジ）と野菜旨煮冬瓜のそぼろあん</li> </ul>								
B	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛肉のオイスター炒め</li> <li>・豚肉の粒マスタード</li> <li>・鶏肉の時雨煮と鮭（サケ）の塩焼き</li> <li>・鯖（サバ）の塩麹焼きと豚肉のハーブ和え</li> <li>・海鮮八宝菜</li> </ul>								
C	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛しゃぶと帆立のオリーブオイル仕立て</li> <li>・豚肉の味噌炒めとオクラと海老の和風だし</li> <li>・赤魚の地中海風レモンソース</li> <li>・鱈（タラ）のパン粉焼き</li> <li>・カジキの葱塩だれと鶏肉のガーリック醤油</li> <li>・牛肉の卵とじ</li> </ul>								
D	<ul style="list-style-type: none"> <li>・豚肉のオイスターソース仕立て</li> <li>・タンドリーチキンと鯖（マグロ）の煮付</li> <li>・海老と卵の中華炒め</li> <li>・鰈（カレイ）の唐揚げと野菜の旨煮</li> </ul>								
E	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛肉のきのこあんかけ</li> <li>・豚ニラ玉</li> <li>・鶏肉のハーブガーリックと鯖の生姜煮</li> <li>・おでんと豚肉のスタミナ炒め</li> <li>・赤魚のアサリソース</li> </ul>								

\*お届けは毎週月曜日です（お盆・年末年始は別途ご案内）。

\*5食1セットをダンボールに梱包してお届けします。

\*ヤマト運輸「クール宅急便（冷凍）」でお届けします。

\*商品の内容は、変更になる場合がございます。

〔問い合わせ先〕

パルシステム千葉 夕食宅配受付センター

電話：0120-228-566

〔受付時間〕 月～金 10:00～18:30

## 低糖質おかずセットサイクル表（予定）

	「低糖質おかずセット」週替わり【5食1セット】 ※2024年8月現在	1月13日週	1月20日週	1月27日週
A	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛肉のXO醤炒めとツナと白菜の卵とじ</li> <li>・豚肉の生姜煮と鯖（サバ）の胡麻だれ</li> <li>・鶏肉の青じそ焼き</li> <li>・赤魚のアボカドソースと豚肉のソテー</li> <li>・鰻（アジ）と野菜旨煮冬瓜のそぼろあん</li> </ul>			
B	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛肉のオイスター炒め</li> <li>・豚肉の粒マスタード</li> <li>・鶏肉の時雨煮と鮭（サケ）の塩焼き</li> <li>・鯖（サバ）の塩麹焼きと豚肉のハーブ和え</li> <li>・海鮮八宝菜</li> </ul>			
C	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛しゃぶと帆立のオリーブオイル仕立て</li> <li>・豚肉の味噌炒めとオクラと海老の和風だし</li> <li>・赤魚の地中海風レモンソース</li> <li>・鱈（タラ）のパン粉焼き</li> <li>・カジキの葱塩だれと鶏肉のガーリック醤油</li> </ul>			
D	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛肉の卵とじ</li> <li>・豚肉のオイスターソース仕立て</li> <li>・タンドリーチキンと鯖（マグロ）の煮付</li> <li>・海老と卵の中華炒め</li> <li>・鰯（カレイ）の唐揚げと野菜の旨煮</li> </ul>			
E	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛肉のきのこあんかけ</li> <li>・豚ニラ玉</li> <li>・鶏肉のハーブガーリックと鯖の生姜煮</li> <li>・おでんと豚肉のスタミナ炒め</li> <li>・赤魚のアサリソース</li> </ul>			

\*お届けは毎週月曜日です（お盆・年末年始は別途ご案内）。

\*5食1セットをダンボールに梱包してお届けします。

\*ヤマト運輸「クール宅急便（冷凍）」でお届けします。

\*商品の内容は、変更になる場合がございます。

〔問い合わせ先〕

パルシステム千葉 夕食宅配受付センター

電話：0120-228-566

〔受付時間〕 月～金 10:00～18:30