

## 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】 ※2025年3月1日現在	1月6日週	1月13日週	1月20日週	1月27日週	2月3日週	2月10日週	2月17日週	2月24日週
A	<ul style="list-style-type: none"> <li>・チキンと野菜の洋風煮</li> <li>・鰯(アジ)の幽庵焼き</li> <li>・豚肉の旨だし煮</li> <li>・鶏の柚子胡椒焼きとふろふき大根</li> <li>・鱈(タラ)のパセリバター</li> </ul>								
B	<ul style="list-style-type: none"> <li>・赤魚のレモンペッパー焼き</li> <li>・鯖(サバ)のチリソース</li> <li>・寄せ鍋</li> <li>・チキンのマスタードクリームソース</li> <li>・タンドリーチキン</li> </ul>								
C	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛肉と豆腐の白湯鍋風</li> <li>・豚の胡麻だれ</li> <li>・鱈(タラ)の照焼あん</li> <li>・鶏のにんにく醤油</li> <li>・鰯(アジ)のハーブソテー</li> </ul>								
D	<ul style="list-style-type: none"> <li>・鯖(サバ)のレモンハーブ焼き</li> <li>・豚肉の胡麻味噌炒め</li> <li>・ガーリックハーブチキン</li> <li>・白身魚の蒲焼風</li> <li>・牛肉のピリ辛中華</li> </ul>								
E	<ul style="list-style-type: none"> <li>・鱈(タラ)のガーリックハーブ焼き</li> <li>・鶏むね肉の棒棒鶏風</li> <li>・ポークビーンズドライカレー</li> <li>・鰯(アジ)と彩り野菜のピネガーマリネ</li> <li>・鶏のねぎ塩ダレ</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】 ※2025年3月1日現在	3月3日週	3月10日週	3月17日週	3月24日週	3月31日週
A	<ul style="list-style-type: none"> <li>・チキンと野菜の洋風煮</li> <li>・鰹(アジ)の幽庵焼き</li> <li>・豚肉の旨だし煮</li> <li>・鶏の柚子胡椒焼きとふろふき大根</li> <li>・鱈(タラ)のパセリバター</li> </ul>					
B	<ul style="list-style-type: none"> <li>・赤魚のレモンペッパー焼き</li> <li>・鯖(サバ)のチリソース</li> <li>・寄せ鍋</li> <li>・チキンのマスタードクリームソース</li> <li>・タンドリーチキン</li> </ul>					
C	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛肉と豆腐の白湯鍋風</li> <li>・豚の胡麻だれ</li> <li>・鱈(タラ)の照焼あん</li> <li>・鶏のにんにく醤油</li> <li>・鰹(アジ)のハーブソテー</li> </ul>					
D	<ul style="list-style-type: none"> <li>・鯖(サバ)のレモンハーブ焼き</li> <li>・豚肉の胡麻味噌炒め</li> <li>・ガーリックハーブチキン</li> <li>・白身魚の蒲焼風</li> <li>・牛肉のピリ辛中華</li> </ul>					
E	<ul style="list-style-type: none"> <li>・鱈(タラ)のガーリックハーブ焼き</li> <li>・鶏むね肉の棒棒鶏風</li> <li>・ポークビーンズドライカレー</li> <li>・鰹(アジ)と彩り野菜のピネガーマリネ</li> <li>・鶏のねぎ塩ダレ</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】 ※2025年3月1日現在	4月7日週	4月14日週	4月21日週	4月28日週	5月5日週	5月12日週	5月19日週	5月26日週
A	<ul style="list-style-type: none"> <li>・チキンと野菜の洋風煮</li> <li>・鰹(アジ)の幽庵焼き</li> <li>・豚肉の旨だし煮</li> <li>・鶏の柚子胡椒焼きとふろふき大根</li> <li>・鱈(タラ)のパセリバター</li> </ul>								
B	<ul style="list-style-type: none"> <li>・赤魚のレモンペッパー焼き</li> <li>・鯖(サバ)のチリソース</li> <li>・寄せ鍋</li> <li>・チキンのマスタードクリームソース</li> <li>・タンドリーチキン</li> </ul>								
C	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛肉と豆腐の白湯鍋風</li> <li>・豚の胡麻だれ</li> <li>・鱈(タラ)の照焼あん</li> <li>・鶏のにんにく醤油</li> <li>・鰹(アジ)のハーブソテー</li> </ul>								
D	<ul style="list-style-type: none"> <li>・鯖(サバ)のレモンハーブ焼き</li> <li>・豚肉の胡麻味噌炒め</li> <li>・ガーリックハーブチキン</li> <li>・白身魚の蒲焼風</li> <li>・牛肉のピリ辛中華</li> </ul>								
E	<ul style="list-style-type: none"> <li>・鱈(タラ)のガーリックハーブ焼き</li> <li>・鶏むね肉の棒棒鶏風</li> <li>・ポークビーンズドライカレー</li> <li>・鰹(アジ)と彩り野菜のピネガーマリネ</li> <li>・鶏のねぎ塩ダレ</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】 ※2025年3月1日現在	6月2日週	6月9日週	6月16日週	6月23日週	6月30日週	7月7日週	7月14日週	7月21日週
A	<ul style="list-style-type: none"> <li>・チキンと野菜の洋風煮</li> <li>・鰹(アジ)の幽庵焼き</li> <li>・豚肉の旨だし煮</li> <li>・鶏の柚子胡椒焼きとふろふき大根</li> <li>・鱈(タラ)のパセリバター</li> </ul>								
B	<ul style="list-style-type: none"> <li>・赤魚のレモンペッパー焼き</li> <li>・鯖(サバ)のチリソース</li> <li>・寄せ鍋</li> <li>・チキンのマスタードクリームソース</li> <li>・タンドリーチキン</li> </ul>								
C	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛肉と豆腐の白湯鍋風</li> <li>・豚の胡麻だれ</li> <li>・鱈(タラ)の照焼あん</li> <li>・鶏のにんにく醤油</li> <li>・鰹(アジ)のハーブソテー</li> </ul>								
D	<ul style="list-style-type: none"> <li>・鯖(サバ)のレモンハーブ焼き</li> <li>・豚肉の胡麻味噌炒め</li> <li>・ガーリックハーブチキン</li> <li>・白身魚の蒲焼風</li> <li>・牛肉のピリ辛中華</li> </ul>								
E	<ul style="list-style-type: none"> <li>・鱈(タラ)のガーリックハーブ焼き</li> <li>・鶏むね肉の棒棒鶏風</li> <li>・ポークビーンズドライカレー</li> <li>・鰹(アジ)と彩り野菜のピネガーマリネ</li> <li>・鶏のねぎ塩ダレ</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】 ※2025年3月1日現在	7月28日週	8月4日週	8月11日週	8月18日週	8月25日週	9月1日週	9月8日週	9月15日週
A	<ul style="list-style-type: none"> <li>・チキンと野菜の洋風煮</li> <li>・鰯(アジ)の幽庵焼き</li> <li>・豚肉の旨だし煮</li> <li>・鶏の柚子胡椒焼きとふろふき大根</li> <li>・鱈(タラ)のパセリバター</li> </ul>								
B	<ul style="list-style-type: none"> <li>・赤魚のレモンペッパー焼き</li> <li>・鯖(サバ)のチリソース</li> <li>・寄せ鍋</li> <li>・チキンのマスタードクリームソース</li> <li>・タンドリーチキン</li> </ul>								
C	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛肉と豆腐の白湯鍋風</li> <li>・豚の胡麻だれ</li> <li>・鱈(タラ)の照焼あん</li> <li>・鶏のにんにく醤油</li> <li>・鰯(アジ)のハーブソテー</li> </ul>								
D	<ul style="list-style-type: none"> <li>・鯖(サバ)のレモンハーブ焼き</li> <li>・豚肉の胡麻味噌炒め</li> <li>・ガーリックハーブチキン</li> <li>・白身魚の蒲焼風</li> <li>・牛肉のピリ辛中華</li> </ul>								
E	<ul style="list-style-type: none"> <li>・鱈(タラ)のガーリックハーブ焼き</li> <li>・鶏むね肉の棒棒鶏風</li> <li>・ポークビーンズドライカレー</li> <li>・鰯(アジ)と彩り野菜のピネガーマリネ</li> <li>・鶏のねぎ塩ダレ</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】 ※2025年3月1日現在	9月22日週	9月29日週
A	<ul style="list-style-type: none"> <li>・チキンと野菜の洋風煮</li> <li>・鰯(アジ)の幽庵焼き</li> <li>・豚肉の旨だし煮</li> <li>・鶏の柚子胡椒焼きとふろふき大根</li> <li>・鱈(タラ)のパセリバター</li> </ul>		
B	<ul style="list-style-type: none"> <li>・赤魚のレモンペッパー焼き</li> <li>・鯖(サバ)のチリソース</li> <li>・寄せ鍋</li> <li>・チキンのマスタードクリームソース</li> <li>・タンドリーチキン</li> </ul>		
C	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛肉と豆腐の白湯鍋風</li> <li>・豚の胡麻だれ</li> <li>・鱈(タラ)の照焼あん</li> <li>・鶏のにんにく醤油</li> <li>・鰯(アジ)のハーブソテー</li> </ul>		
D	<ul style="list-style-type: none"> <li>・鯖(サバ)のレモンハーブ焼き</li> <li>・豚肉の胡麻味噌炒め</li> <li>・ガーリックハーブチキン</li> <li>・白身魚の蒲焼風</li> <li>・牛肉のピリ辛中華</li> </ul>		
E	<ul style="list-style-type: none"> <li>・鱈(タラ)のガーリックハーブ焼き</li> <li>・鶏むね肉の棒棒鶏風</li> <li>・ポークビーンズドライカレー</li> <li>・鰯(アジ)と彩り野菜のピネガーマリネ</li> <li>・鶏のねぎ塩ダレ</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