

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 11/3 (月)

~11/29 (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



11/3 週のおすすめ

定番 おうちごはん

主菜

豚肉のマヨ醤油炒め

副菜①

ピリ辛こんにゃく 

副菜②

小松菜としめじのすまし汁



11/3 月

11/4 火

11/5 水

11/6 木

11/7 金

11/8 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
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
95%

主菜
北海道産
鮭のホイル焼き
副菜
大根と揚げの煮物



おすすめ
92%

主菜
マイルドカレーうどん
※小ねぎを追加でお届けします。
副菜
きゅうりのなめたけ和え



おすすめ
94%

主菜
のりと胡麻の
揚げない唐揚げ
副菜
かぼちゃとお揚げの煮物



おすすめ
84%

主菜
バターライス
牛焼き肉のつけ
副菜
ウィンナーと
オニオンのスープ

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。

※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

祝日のため
お休みです



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
レンジで簡単!
外食の味 親子丼 
副菜
ほうれん草のおひたし
※小松菜をほうれん草に替えてお届けします。

※消費期限はお届け日当日です。



主菜
肉豆腐
副菜
人参と卵のみそ汁



主菜
ぷりぷりえびの
簡単カレーピラフ 
副菜
カラフルサラダ

※消費期限はお届け日当日です。



主菜
豚肉の中華炒め
副菜
大根のべっこう煮

土曜日の食材は、
金曜日にお届けいたします。

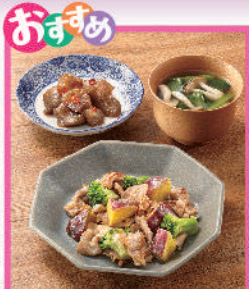
定番 おうちごはん


2人用調理時間
30~35分

祝日のため
お休みです



主菜
牛肉のチャブチェ風
副菜1品
あんかけ豆腐



主菜
豚肉のマヨ醤油炒め
副菜2品
●ピリ辛こんにゃく 
●小松菜としめじのすまし汁



主菜
赤魚の
フライパン中華蒸し
副菜1品
さつま揚げと人参のチヂミ



主菜
ごぼう入り
手づくり肉団子
副菜1品
白菜のおさお和え

※消費期限はお届け日当日です。



主菜
ごまみそ
ミルフィーユかつ
副菜1品
さつま芋のバター煮

土曜日の食材は、
金曜日にお届けいたします。

11/10 週のおすすめ

お鍋でほかほか

あっ!とごはん

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。

11/10月

11/11火

11/12水

11/13木

11/14金

11/15土

PAKUMOGU

2人用調理時間
15~20分



おすすめ
100%

主菜
照り焼き
スティックチキン

副菜
ブロッコリーと卵のサラダ

※消費期限はお届け日当日です。



おすすめ
94%

主菜
牛肉とこんがりポテトの
洋風炒め

副菜
キャベツとコーンのスープ



おすすめ
100%

主菜
鶏ちゃん焼きうどん

副菜
大根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
88%

主菜
おさかなハンバーグ
照り焼きソース

副菜
ごぼうと揚げのみそ汁



おすすめ
94%

主菜
チキンと野菜の
クリーム煮

副菜
リーフサラダ

※消費期限はお届け日当日です。



おすすめ
88%

主菜
中華丼

副菜
里芋のごまみそ汁

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

お鍋でほかほか



主菜
白身魚のムニエル

副菜
肉団子のコンソメ煮



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。



主菜
野菜と一緒に食べる
ぶるもち水餃子

副菜
オクラとわかめのとろろがけ



主菜
チキンときのこの
クリームオムライス

副菜
コールスローサラダ

※消費期限はお届け日当日です。



主菜
デミグラスソースの
ポークソテー

副菜
ブロッコリーとコーンのスープ



主菜
お手軽♪さばのみそ煮

副菜
シェルマカロニサラダ

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
鶏肉の辛みそ炒め

副菜2品
●なすの煮びたし
●きゅうりの酢の物

※消費期限はお届け日当日です。



主菜
北海道産 鮭のムニエル
バターソースがけ

副菜1品
小松菜のごま和え

※消費期限はお届け日当日です。



主菜
野菜たっぷりメンチカツ

副菜1品
ブロッコリーとヤングコーンの
オイル蒸し

※消費期限はお届け日当日です。



主菜
簡単! 豚肉のレンジ蒸し

副菜1品
水菜と大根のサラダ



主菜
牛焼肉ビビンバ丼

副菜1品
キャベツの赤しそ和え



主菜
たらのから揚げ
タルタルソース

副菜1品
金平ごぼう

※消費期限はお届け日当日です。

11/17 週のおすすめ

お鍋でぽかぽか

PAKUMOGU

主菜

辛くない♪
お子さまカレー鍋



*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。

11/17月

11/18火

11/19水

11/20木

11/21金

11/22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
大根とベーコンの煮物

※消費期限はお届け日当日です。



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
ちくわときゅうりの
マヨしょうゆ和え



おすすめ度
80%

主菜
カレーの
ホワイトソースがけ

副菜
リーフとパプリカのサラダ

お鍋でぽかぽか



おすすめ度
96%

主菜
辛くない♪
お子さまカレー鍋

*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。



おすすめ度
87%

主菜
牛肉と豆腐の炒め物

副菜
ひじきとコーンのサラダ



おすすめ度
94%

主菜
卵でまろやか♪
ミートソースパスタ

副菜
キャベツと人参のスープ

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
おろしはちみつ醤油焼き

副菜
きゅうりと大根の2色ナムル



主菜
鶏もも肉の唐揚げ
みぞれあん

副菜
コーンサラダ



主菜
牛豚スタミナ丼

副菜
ごぼうのみそ汁



主菜
鶏肉とキャベツの
レモンソース炒め

副菜
ブロッコリーと卵のサラダ



主菜
ウーシャンファン
五香粉香る!
豚ばらで作る中華風煮物

*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
たらのかりかり香味揚げ

副菜
お豆のひじき煮

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
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



主菜
野菜たっぷり!
牛肉のカレーウスター炒め

副菜1品
わかめスープ



主菜
手づくりチキンカツ
トマトソース

副菜1品
ブロッコリーのミモザサラダ



主菜
とろ〜り温玉豚丼

副菜2品
●かぼちゃのおかか煮
●なめたけおろし



主菜
長崎県産
ぶりの照り焼き

副菜1品
豚汁



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
●白菜としめじのバター炒め
●わかめとねぎのすまし汁

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。

