

カラダに  
やさしく  
安全・安心

# 藍ちゃんの家のお惣菜

こだわりのお惣菜を真空・冷凍でお届けします

「好きな商品」を一個よりお買い求め頂けます

贈答用等には箱入りで「ご自由」に組み合わせさせて頂きます

		税込価格
さんまの煮付け(※季節商品)	1尾	330円
鯖 味噌煮	1切	各330円
鯖 煮付け		
鯖 塩焼き		
ぶりの照焼き	1切	330円
鮭の塩焼き	1切	330円
松風焼き	1個	330円
ハヤシ	200g	330円
ビーフカレー	200g	330円
ハンバーグデミソース	80g×1個	390円
ハンバーグトマトソース	80g×1個	330円
ロールキャベツ風	1個	390円
照焼チキン	80g	330円
鶏の味噌焼き	80g	330円
金時豆	80g	220円
五目大豆の煮物	100g	280円
切干大根の煮物	100g	280円
高野豆腐の炊き合わせ	1人分	280円
刻み昆布の煮物	100g	280円
あらめの煮物	100g	280円
筑前煮	100g	280円
がんもの煮物	1人分	280円
あいませ	100g	280円
なます(※季節商品)	80g	170円
さつまいものレモン煮	1人分	220円
お野菜スープ 各種	各550円	
しいたけ・にんじん・じゃがいも		
・かぼちゃ(※季節商品) 各200g		

カロリー	たんぱく質	塩分
329kcal	18.3g	1.1g
215kcal	10.6g	0.6g
221kcal	10.7g	1.0g
196kcal	10.3g	0.8g
164kcal	13.1g	0.7g
122kcal	11.8g	0.7g
151kcal	12.0g	0.7g
212kcal	8.0g	2.3g
242kcal	7.5g	2.6g
234kcal	13.2g	0.7g
208kcal	12.6g	0.9g
164kcal	9.8g	0.6g
209kcal	14.0g	1.6g
200kcal	14.1g	1.1g
115kcal	5.0g	0.1g
103kcal	7.4g	0.6g
72kcal	3.4g	0.7g
75kcal	5.3g	0.9g
59kcal	3.5g	1.4g
67kcal	3.9g	1.0g
75kcal	3.3g	0.8g
111kcal	7.1g	1.1g
72kcal	3.8g	0.8g
16kcal	0.3g	0.4g
74kcal	0.5g	0g

～1パック当たり目安～

※ 季節商品は季節によってご用意出来ない場合がありますのでご了承ください



便利な  
個包装

地元の  
食材

国産肉  
使用

## 箱入りの組み合わせ例

### 主菜 & 副菜

さんまの煮付け    ぶりの照焼き    ハンバーグデミソース  
 ビーフカレー    鶏の味噌焼き    五目大豆の煮物  
 あらめの煮物    筑前煮    高野豆腐の炊き合わせ  
 さつまいものレモン煮    **合計 3,200円(税込) ※箱代含む**

### 主菜

さんまの煮付け    ぶりの照焼き    鮭の塩焼き  
 松風焼き    ビーフカレー    ハンバーグデミソース  
 ロールキャベツ風    鶏の味噌焼き    **合計 2,910円(税込) ※箱代含む**

### 副菜

金時豆    五目大豆の煮物    切干大根の煮物  
 刻み昆布の煮物    あらめの煮物    高野豆腐の炊き合わせ  
 筑前煮    あいませ    がんもの煮物  
 さつまいものレモン煮    **合計 2,830円(税込) ※箱代含む**



※箱入りは8～10品がきれいに収まりおすすめです  
 ※アレルギー等については、お気軽にご相談ください

- \* クール宅急便でのお届けです
- \* 送料は別途頂戴致します
- \* お支払いは現金又は振込でお願い致します
- \* 贈答用等で箱詰めご希望の場合は、別途箱代150円(税込)を頂きます
- \* ご注文を受けてからお作りしますので、発送までにお時間を頂戴しております



ご注文・お問い合わせは **0596-20-5155** まで

認定NPO法人ときわ会

**藍ちゃんの家**

〒516-0041

三重県伊勢市常磐2-10-12

TEL : 0596-20-5155

FAX : 0596-20-5165

