

まいどおおきに！

わんまいる堀田社長の献立メニュー紹介



いつも旬の手作りおかずセット健幸ディナーをお召し上がりいただきましてありがとうございます。

わんまいる代表の堀田です。

僕は昭和63年9月に一般家庭を対象にこだわりのお酒お米食品の宅配専門店を開業し、その年11月に平成となり30年間「宅食」専門に商売を続け、経済産業省より買物弱者支援対策事業『ベストプラクティス』に認定いただき、農林水産省からは農業漁業の振興に貢献していると高く評価をいただき両省のホームページにも紹介されました。NHKはじめ多くのテレビや雑誌にでも取上げられ日経デュアルが行った宅食ランキングで味と品質1位と評価いただきました。国産食材、旬にこだわり全国各地を訪問し少しでも美味しく召し上がっていただきたいと味と品質を追求して行っています。去年はそんな甲斐あって、東急百貨店様、三越百貨店様で取扱いが始まり、その他百貨店様から問い合わせが増えています。妊婦さんから出産後のママ、働く主婦、親の介護に孫の世話などアクティブシニアの皆様などからご利用いただいています。

それでは今週お届けする献立をご紹介します。

1食目の主菜は「北海道産 真ほっけの開き」です。事前に契約し、獲れたてを一夜干しにしているので新鮮で身がポロッととれます。低塩に仕上げているのでタンパクな白身がとても美味しいです。副菜に「かぼちゃとしめじの煮物」に「しろ菜と白菜とうす揚げのお浸し」をセットにしています。

2食目の主菜は「北海道噴火湾産 帆立貝と白菜の煮物」です。大根、しめじ、人参も加えて冬野菜を旨煮に仕上げました。副菜には「小松菜、白菜、うす揚げの酢味噌和え」に「茄子のそぼろあん」をセットにしました。

3食目の主菜は「国産牛 合挽き焼きハンバーグ」です。国産牛肉51%以上を使いコクを出し、豚と鶏の挽肉を使用して甘みを加えた手作りハンバーグを国産牛肉専門店「きた川」を経営する和歌山の精肉加工卸会社ミートファクトリーさんから提供いただきました。ハンバーグは沸騰した状態のお湯で10分間加熱下さい。副菜に「野菜のコンソメ煮」と「かぼちゃサラダ」をセットしました。

4食目の主菜は「国産 真さばの味噌煮」です。千葉県銚子産の真さばをほっこりした味噌仕立てに仕上げています。副菜には「青梗菜とちりめんのお浸し」に「じゃが芋と高菜の粉ふき炒めの」をセットにしました。

5食目の主菜は「石見ポークの酢豚」です。島根県邑南町石見ポークに玉ねぎ、人参、ピーマンを加えて酢豚を作りました。この商品はカタログのお客様からも好評いただいている一品です。副菜には「白菜と小松菜の中華風お浸し」に「さつまいもの昆布煮」をセットにしました。

主菜1品、副菜2品、白井管理栄養士が栄養バランスを監修していただき、旬の食材を使用して1食平均カロリー400kcal、塩分3.5g以下に抑えたメニューです。夕食のおかずとして週5日継続してお召し上がり下さい。