

※写真はイメージです。価格は税込価格です。

FOOD MENU

フードメニュー



ふわとろ
仕立て!

2. エビ入りチャーハン



パラッと
本格炒飯!



1. ふわとろオムライス



ご当地人気!

3. 神戸そばめし



Pasta

6. ミートスパゲティ



4. 醤油ラーメン

定番!



7. カルボナーラパスタ



5. 旨辛チゲうどん



8. ナポリタンパスタ

※写真はイメージです。価格は税込価格です。

FOOD MENU

フードメニュー

ピリッピスパイシー♪ 本格カレー

女性に人気!

10. グリーンタイカレー



※唐辛子・パクチーはイメージです



9. レッドタイカレー

※唐辛子・パクチーはイメージです

11. ソーセージ盛合せ



4種の味わい

大阪名物



12. ふわとろたこ焼き



おつまみ



13. えだまめ



14. おつまみ餃子



15. やわらか唐揚げ



16. チキンナゲット

メンバー

調理方法

2017年7月版

商品の仕入れは「東商マート」へ

<https://toshomart.com/>

FS0701

レンジ調理を主体としたフードメニュー(FS0701)レシピ

名称・盛付例	商品番号	商品名	調理手順
1 ふわとろオムライス 	502544	スノーマン)とろっと名人ひらけオムレツ 120g	① チキンピラフをレンジ(500W)で6分温める ② オムレツをレンジ(500W)で2分温める ③ 皿にピラフを盛り、上にオムレツを乗せる ④ オムレツに切れ目を入れ、スプーンで広げたらケチャップとパセリをかけて提供 (スプーンで広げず、お客様に自身で広げてもらう提供方法もあります)
	570222	味の素)チキンライス 250g×5袋 ケチャップ パセリ	
2 エビ入りチャーハン 	502984	味の素)炒め卵炒飯 250g	① 炒飯をレンジ(500W)で5分温める ② 炒飯を皿に盛り、ネギをかけて軽くレンジで温める (茶碗に入れてひっくり返しても綺麗に盛り付けできます。)
	520980	ねぎ刻み500g	
3 神戸そばめし 	570136	MCC)神戸長田そばめし 250g	① そばめしをレンジ(500W)で4分半温める ② そばめしを皿に盛り、青のりを適量かける
	630650	関口海苔店)青さ粉(中国産青のり) 100g	
4 醤油ラーメン 	502504	キンレイ)具付麺 醤油ラーメンセット 236g	① 器に300ccの水を入れ付属のスープを混ぜる ② 麺を入れ、電子レンジ(500W)で8分30秒温める ③ ネギを入れる
	520980	ねぎ刻み500g	
5 旨辛チゲうどん 	565721	チゲ鍋うどんセット 約298g×5食	① 器に200ccの水を入れ付属のスープを混ぜる ② 麺を入れ、電子レンジ(500W)で8分を目安に温める ③ ネギを入れる (卵の黄身を落としても美味しく仕上がります)
	520980	ねぎ刻み500g	
6 ミートスパゲティ 	502206	日清フーズ)レンジ用スパゲティミートソース 305g	① パスタの内袋を皿に乗せ、レンジ(500W)で6分加熱する ② パセリとチーズをかける (上部のソースをスプーンでよけてから、よくかき混ぜ、最後にソースを上に乗せると、写真のように仕上がります。必ず別皿で作業して下さい)
	620163	ギャバン)パセリ(ホール) 80g	
	620038	クラフト)パルメザンチーズ 80g	
7 カルボナーラパスタ 	502205	日清フーズ)レンジ用スパゲティカルボナーラ 300g	① パスタの内袋を皿に乗せ、レンジ(500W)で6分半加熱する ② パセリをかける
	620163	ギャバン)パセリ(ホール) 80g	
8 ナポリタンパスタ 	502207	日清フーズ)レンジ用スパゲティナポリタン 260g	① パスタの内袋を皿に乗せ、レンジ(500W)で4分50秒加熱する ② チーズをかける (フライパン環境があれば、麺を炒ると香ばしく仕上がります)
	620038	クラフト)パルメザンチーズ 80g	
9 レッドタイカレー 	553028	【キッチン88】タイカレー チキンレッド 200g	① ご飯の蓋を少し開け、レンジ(500W)で2分あたためる ② レトルトの中身を深めの器に移し替え、レンジ(500W)で2分半あたためる ③ ご飯を茶碗などを使い、綺麗に丸く盛る ④ ご飯の横にカレーを流し込む
	620486	ライスワールド)おきにいりごはん(宮城産) 200g×3PC	
10 グリーンタイカレー 	553027	【キッチン88】タイカレー チキングリーン 200g	上記カレーと同様手順
	620486	ライスワールド)おきにいりごはん(宮城産) 200g×3PC	
11 ソーセージ盛合せ 	540173	ゼンテク)バラエティウイナーボリュームセット 4本	① 丼に水を入れ、ソーセージを袋のまま沈める ② レンジ(500W)で1～2分温め、盛り付ける
12 ふわとろたこ焼き 	503289	四国日清食品)たこ焼 約20g×30個入	① レンジ(500W)でたこ焼き6個を3分温める (トースターがあれば、レンジで2分の後、2分トースターで温めるとより美味しく) ② ソース、マヨネーズ、青のり、鰹節の順にかける
	630650	関口海苔店)青さ粉(中国産青のり) 100g	
13 えだまめ 	520925	塩ゆで枝豆 500g	① 流水等で解凍し、よく水を切って皿に盛る
14 おつまみ餃子 	503144	味の素)レンジでも餃子 約16g×10個入	① 皿に乗せ、ラップをかけずにレンジ(500W)で5分温める(5個の場合)
15 やわらか唐揚げ 	570230	鶏モモ唐揚 1kg	① 皿に乗せレンジで温める(温め時間は袋に記載)
16 チキンナゲット 	530551	ヨコオフーズ)チキンナゲット 1kg	① 皿に乗せ、ラップをかけずにレンジ(500W)で3分温める(5個の場合) (トースターがあれば、レンジで2分の後、2分トースターで温めるとより美味しく)

1人前目安量と単価計算

※一般価格から1人前の使用量で計算しています。

※商品を発注する際には「商品番号」で検索していただくのが便利です。

※商品以外の要素を加え、ご自身で計算するための目安です。

※1人前の量は概算です。

1人前使用量の計算

※イメージ売価は、一般的なメニュー価格を記載しています。

	商品番号	一般価格	商品名	1人前使用量の計算		1人前目安		イメージ売価	温度帯	メモ
				内容量	1人前目安	1人前目安単価	1人前合計			
1	502544	¥321	スノーマン)とろっと名人ひらけオムレツ 120g	1	1	¥321			冷凍	
	570222	¥1,185	味の素)チキンライス 250g×5袋	5	1	¥237	¥558	¥840	冷凍	
2	502984	¥247	味の素)炒め卵炒飯 250g	1	1	¥247			冷凍	
	520980	¥289	ねぎ刻み500g	500	2	¥1	¥248	¥430	冷凍	
3	570136	¥304	MCC)神戸長田そばめし 250g	1	1	¥304			冷凍	
	630650	¥411	関口海苔店)青さ粉(中国産青のり) 100g	100	0.5	¥2	¥306	¥470	常温	
4	502504	¥232	キンレイ)具付麺 醤油ラーメンセット 236g	1	1	¥232			冷凍	
	520980	¥289	ねぎ刻み500g	500	2	¥1	¥233	¥520	冷凍	
5	570157	¥1,911	チゲ鍋うどんセット 約298g×5食	5	1	¥382			冷凍	
	520980	¥289	ねぎ刻み500g	500	2	¥1	¥383	¥570	冷凍	
6	502206	¥359	日清フーズ)レンジ用スパゲティ ミートソース 305g	1	1	¥359			冷凍	
	620163	¥962	ギャバン)パセリ(ホール) 80g	80	0.2	¥2			常温	
	620038	¥675	クラフト)パルメザンチーズ 80g	80	0.5	¥4	¥366	¥430	常温	
7	502205	¥359	日清フーズ)レンジ用スパゲティ カルボナーラ 300g	1	1	¥359			冷凍	
	620163	¥962	ギャバン)パセリ(ホール) 80g	80	0.2	¥2	¥361	¥430	常温	
8	502207	¥359	日清フーズ)レンジ用スパゲティ ナポリタン 260g	1	1	¥359			冷凍	
	620038	¥675	クラフト)パルメザンチーズ 80g	80	0.5	¥4	¥363	¥430	常温	
9	553028	¥291	【キッチン88】タイカレー チキンレッド 200g	1	1	¥291			常温	
	620486	¥370	ライスワールド)おきにいりごはん(宮城産) 200g×3PC	3	1	¥123	¥414	¥630	常温	
10	553027	¥291	【キッチン88】タイカレー チキングリーン 200g	1	1	¥291			常温	
	620486	¥370	ライスワールド)おきにいりごはん(宮城産) 200g×3PC	3	1	¥123	¥414	¥630	常温	
11	540173	¥299	ゼンチク)バラエティウインナーボリュームセット 4本	1	1	¥299	¥299	¥430	冷凍	
12	503289	¥576	四国日清食品)たこ焼 約20g×30個入	30	6	¥115			冷凍	
	630650	¥411	関口海苔店)青さ粉(中国産青のり) 100g	100	1	¥4	¥119	¥360	常温	
13	520925	¥403	塩ゆで枝豆 500g	500	100	¥81	¥81	¥240	冷凍	
14	503144	¥316	味の素)レンジでも餃子 約16g×10個入	10	5	¥158	¥158	¥280	冷凍	
15	570230	¥1,018	鶏モモ唐揚 1kg	1000	200	¥204	¥204	¥360	冷凍	
16	530551	¥1,296	ヨコオフーズ)チキンナゲット 1kg	1000	200	¥259	¥259	¥380	冷凍	

ご要望承りシート

■ 必須事項

御社名:	ご担当:
電話番号:	メールアドレス: (お持ちの場合)

● **ご要望** にチェックを入れ必要事項をご記入下さい。

メニューを変更無しで送付希望(金額も変更しない)

価格、コメントの変更を希望する

※後ほど金額・コメント変更伺いの連絡をいたします。メール連絡先がありますとスムーズです。
※コメントは表裏・最下部の黒地に白文字の部分です。承り時間や注意事項、注文方法など記載できます。
※通常価格/会員価格の2重価格表記にも対応しています。

■ 希望枚数

	枚
--	---

2重価格イメージ



■ 金額とコメントの変更希望

コメントは、メニュー最下部の文字部分です。1がオムライス面、2がカレーの面です。

コメント1

--

コメント2

--

※通常価格のみの場合は、お送りしたメニューのような金額表示となります。
※メンバー価格がある場合はご記入下さい。本用紙右上のイメージになります。

商品番号	通常価格	メンバー価格
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		

商品番号	通常価格	メンバー価格
9		
10		
11		
12		
13		
14		
15		
16		

● その他ご要望や希望のメニュー、ご質問など(自由記入)

--

ご返信は、ご案内した担当者または以下へお願い致します。

FAX、または、本用紙をスマホで撮影しメールして下さい。

FAX: 0120-302-348

Mail: support@toshomart.com