

VanGohan Recipe: Week of 2025-11-10

親子丼

- Ingredients are marked with Orange Stickers
- Cooking time: 15-25 mins

ご自宅でご用意いただくもの

- 炊いたご飯
- 50mlの水
- 卵2〜4個（卵の量はお好みで調整して下さい）

インストラクション

1. 鍋にSeasoning①と水50mlを入れて強火にかけ、煮立ったら鶏肉を加えて灰汁を取り除きながら中火で3〜4分煮る
2. 野菜を加えて再び煮立ったら2分煮る
3. 別の容器に溶き卵を作り鍋に回し入れ、半熟になったら火を止める
4. 丼鉢によそったご飯の上にのせて完成
5. 鶏肉はしっかり火が通っているか確認してください

味噌煮込みうどん

- Ingredients are marked with Yellow Stickers
- Cooking time: 10-15mins

ご自宅でご用意いただくもの

- 400mlの水

インストラクション

1. と400mlの水を鍋で沸かし、味噌を溶かす
2. 椎茸と揚げを入れて2〜3分煮込む
3. 麺を入れて更に1〜2分煮込み、火を止める
4. 器に盛り付けてネギを乗せ入れる
5. お好きな野菜や卵をお好みでプラスしてお楽しみください。

肉豆腐

- Ingredients are marked with Blue Stickers
- Cooking time: 20-30mins

ご自宅でご用意いただくもの

- 油
- 100mlの水

インストラクション

1. 豆腐を子供用に小さくカットする
2. 豚肉と砂糖を混ぜたらフライパンにサラダ油を入れて熱し、肉の色が変わるまで中火で炒める
3. 豚肉を鍋の端の方に寄せ、豆腐、長ネギ、糸蒟蒻を並べ入れる
4. 水100mlと子ども用に少なめのSeasoning④を加えて煮立たせる（浮いてきたアクを取る）
5. 中火～弱火にして蓋をし、3分煮たら豆腐をひっくり返してさらに3分ほど煮込む
6. 子供用に先に料理を取り分けたらSeasoning④をお好みの濃さになるまで加え、もう一度煮立たせて完成

PACKAGE OF THE WEEK

- 今週のメニュー -

NOVEMBER 11, 2025

MAIN
メイン
(MEAL KIT)



親子丼
OYAKODON
(CHICKEN & EGG
RICE BOWL)

Chicken, Onion, Mushroom,
Seasonings (Incl. Soy Sauce,
Stock)

*No rice included



肉豆腐
SIMMERED
BEEF AND TOFU

Beef, Tofu, Green Onion,
Konjac, Seasonings (Incl.
Soy Sauce, Stock)

SIDE
サイド
(COOKED)



ごろごろ
さつまいもサラダ
SWEET POTATO
SALAD

Sweet Potato, Potato,
Tuna, Mayo, Parsley



ふろふき大根
SIMMERED DAIKON
WITH MISO SAUCE

Daikon Radish, Miso,
Tuna, Sesame, Stock

RICE/NOODLE
ごはん/麺類
(MEAL KIT)



味噌煮込みうどん
MISO STEWED UDON

Udon Noodles, Shiitake
Mushroom, Green Onion,
Fried Tofu,
Seasonings (Incl. Broth,
Soy Sauce, Miso)

※お米/パスタは別途\$1で2人
前お届けが可能です。
うどん・そば・ラーメン類は
パッケージに含まれます。
※SIDE ORDER OF
RICE/PASTA NOODLES ARE
\$1 PER 2 SERVINGS.
SOBA, UDON, AND RAMEN
NOODLES COME WITH
YOUR PACKAGE.

※商品には密封された生肉を含みます。冷蔵でお届けいたしますが、
オフィスお届けでお持ち帰りまでにお時間がかかる場合は、冷蔵庫で保存してください。
お届け日から3日以降に調理する予定の場合は、商品（特に肉魚）を冷凍してください。

※ We deliver products which contains sealed raw meats refrigerated.

Please keep them refrigerated until you leave your office. If you plan to cook the products
after 3 days from delivery, we recommend to freeze ingredients especially meats and fish.