

極ごくうま

旨さ格別、こだわり尽くし

ご予約膳



※画像はイメージです。

受取日の**3**日前の午前**9**時までにお申し込みください。

ごく
極うま
× **贅沢**

素材の美味しさが際立つ
贅沢づくしの
こだわり仕立て



1 おもてなし御膳

1,750円(税込1,890円)

容器サイズ(約): 縦19.5×横19.5×高さ4.5cm

特定原材料



国産真鯛の西京焼



はなざき
花咲海老天



牛しぐれ煮

- 【御飯】**
- ◆ 茶飯
 - ◆ 鶏そぼろ
 - ◆ 錦糸玉子
 - ◆ 白飯
 - ◆ 黒ごま
- 【惣菜】**
- ◆ 青森陸奥湾産 帆立
 - ◆ 鱧入りしんじょ
 - ◆ だしあんかけ
 - ◆ 厚焼き玉子
 - ◆ 蓮根人参金平
 - ◆ 黒豆(北海道産黒大豆)
 - ◆ 牛しぐれ煮
 - ◆ 大学芋
- 【煮物】**
- ◆ 煮物
 - ◆ がんも
 - ◆ 人参
 - ◆ かぼちゃ
 - ◆ 椎茸
- 【揚げ物】**
- ◆ はなざき 花咲海老天
- 【焼物】**
- ◆ 国産 真鯛の西京焼
 - ◆ 若鶏の炙り焼
 - ◆ 柚子塩だれ

おかず11品



3 ちらし寿司御膳

1,000円(税込1,080円)

容器サイズ(約): 縦11.6×横21.2×高さ6.2cm

特定原材料



彩り豊かな具材を
盛り込み煮物を添えた、
華やかなちらし寿司

- 【ちらし寿司】**
- ・ 酢飯
 - ・ 五目煮
 - ・ 錦糸玉子
 - ・ 銀鮭
 - ・ 穴子
 - ・ 酢蓮根
 - ・ 海老
 - ・ 椎茸
 - ・ きぬさや
- 【おかず】**
- ・ がんも煮
 - ・ かぼちゃ煮
 - ・ 人参煮
 - ・ 黒豆(北海道産黒大豆)

国産の
もち米を使用し
もちもちの食感に
仕上げました



4 赤飯

408円(税込440円)

容器サイズ(約): 縦13.9×横13.9×高さ5.0cm

特定原材料



●ごま塩付き

ごく 極うま × バランス

栄養バランスを考慮した
野菜の彩り豊かな
やさしい味わい



2 味わい御膳

1,180円(税込1,274円)

容器サイズ(約):縦18.5×横18.5×高さ4.0cm

特定原材料

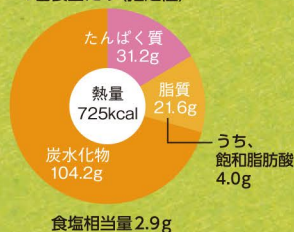


小麦 卵

スマート
ミールの

「しっかり」の
基準に適合!

栄養成分表示
1包装当たり(推定値)



銀鮭の白醤油焼



煮物

野菜
10品目

おかず10品

主食

茶飯

・牛しぐれ煮

・錦糸玉子

・きぬさや

白飯

・黒ごま

主菜

銀鮭の白醤油焼

若鶏の炙り焼

はも 鱧入りしんじょ

厚焼き玉子

副菜

天ぷら

・野菜かき揚げ

・かぼちゃ

煮物

・大根 ・椎茸

・人参 ・里芋

・かぼちゃ

きんぴら

金平炒め

・ごぼう

・人参

れんこんはいにくあ
蓮根梅肉和え

小松菜のだし煮

黒豆 北海道産黒大豆

「健康な食事・食環境」コンソーシアムが
審査・認証を行っているスマートミールとは

1食の中で、**主食** **主菜** **副菜** が
揃った健康的な食事の事です。

野菜がたっぷりで、
食塩のとり過ぎにも
配慮しています。

くわしくはこちら



1食当たりのエネルギー量による
2段階の分類。

■スマートミール1食当たり基準

	食品等	「ちゃんと」の基準 450~650kcal未満	「しっかり」の基準 650~850kcal (八訂の場合 620~850kcal)
主食	飯、めん類、 パン	飯の場合 150~180gが目安	飯の場合 170~220gが目安
主菜	魚、肉、卵、 大豆製品	60~120gが目安	90~150gが目安
副菜1(付け合せ等) 副菜2(小鉢・汁)	野菜、きのこ、 いも、海藻	140g以上	140g以上
食塩	食塩相当量	3.0g未満	3.5g未満

スマートミールの「しっかり」の基準は、
栄養バランスを考えて「しっかり」食べたい男性や
女性におすすめです。

※日本栄養改善学会をはじめとした複数の学協会からなる「健康な食事・食環境」コンソーシアムが審査・認証を行っています。
※スマートミールだけで、健康になったり、生活習慣病が予防できるわけではありません。

※すべての商品には掛け紙が付いております。※生ものですので、ご指定された日時に必ずご来店ください。※商品お受け取り後は、お早めにお召し上がりください。※商品の内容が変更になる場合がございます。※画像はイメージです。

ご予約方法

〈ご予約締切〉

受取日の**3日前の午前9時まで**

※お受け取り時間をご指定ください。

掛け紙を付けてお渡しします。

例えば

受取日

2025年3月15日(土)

ご予約締切日時

2025年3月12日(水) 午前9時まで

お受け取り期間

2025年3月4日(火)から

1個
からレジにて
ご予約受付中!



※イメージです。

店舗で
予約

1 お申し込み

予約承り票にご記入の上、
受取希望店舗にてお申し込みください。



2

受取店舗へご来店ください

受取日時に店舗のレジカウンターにて「お客様控え(レシート)」をストアスタッフに
お渡しいただき、代金と引き換えに商品をお受け取りください。



※お申し込み時にお渡しする「お客様控え(レシート)」は必ず保管をお願いします。お受け取り時に必要になります。
※システムメンテナンスのため、毎日午前3時30分～午前5時はお申し込みをお受けできません。

ご予約前に必ずお読みください

【掲載商品について】やむをえない事情により商品仕様が変更になる場合や予約・販売が中止となる場合がございます。

【ご予約について】予約取消はレシート単位となります。また、受取店舗、受取日時、商品など、予約内容の一部のみを変更することはできません。いったん予約を取り消していただいた上で改めてご注文ください。予約取消締切日はお客様控え(レシート)に記載しています。予約取消締切日以降の予約取消は致しかねます。再注文時に在庫切れなどご予約できない場合がございます。

【受取店舗について】一部店舗は、受取店舗に指定できません。また、店舗により、受取時間に指定できない時間帯がある場合がございます。受取店舗によっては、一部商品の予約ができない場合があります。

【商品受取・返品について】商品のお受け取りは、お客様控え(レシート)に記載のお渡し日時にお願いします。お客様都合による返品または交換はお受けできません。商品の瑕疵や品違いの場合は、商品受取店舗で返品または交換を行います。ご購入いただいた商品およびお客様控え(レシート)を必ずご提示ください。ご提示いただけない場合は、返品または交換はお受けできません。交換の場合は、店舗の在庫状況によってはお受けできない場合がございます。お客様控え(レシート)に記載のお渡し日を過ぎてもご来店されず、ご連絡がない場合、予約商品は処分させていただきます。この場合、商品代金相当額を請求させていただく場合があります。

■商品についてはお客様相談室へお問い合わせください 〈株式会社ファミリーマート お客様相談室〉0120-079-188〈受付時間〉平日9:00～16:30(土日、祝、年末年始を除く)

個人情報の取り扱いについて

以下にご同意の上、レジにてお申し込みくださいますようお願いいたします。

ご記入いただきました個人情報は、本チラシ商品の予約・引渡し及びそれに係るご連絡(必要な場合のみ)のために利用いたします。また、当社では法令に定める場合を除き、ご本人の承諾なしに第三者(業務委託先を除く)に個人情報を提供することはありません。個人情報の取り扱いに関するお問い合わせ先は下記の通りです。 [2025.2]

株式会社ファミリーマート 連絡先〈個人情報お問い合わせ窓口:お客様相談室〉0120-079-188
個人情報統括管理責任者 〈受付時間〉平日9:00～16:30(土日、祝、年末年始を除く)

店印 ご注文・お問い合わせは下記店舗にて承ります。

太枠の中をご記入の上、レジにお持ちください。

レシート添付欄【店舗控え】

予約承り票(店舗控え)

※受取日が複数に分かれる場合は、お手数ですが受取日ごとに予約承り票を分けてご記入ください。

お名前	ふりがな	様	受取日時	ご希望の日時をご記入ください 月 日 () 午前 ・ 午後 時頃
電話番号				
備考				

商品名	価格(税込)	数量	小計
1 おもてなし御膳	1,890円		
2 味わい御膳	1,274円		
3 ちらし寿司御膳	1,080円		
4 赤飯	440円		

「ご予約前に必ずお読みください」をお読みいただき
右欄に✓点をご記入ください。

確認済み



レジ袋 要 ・ 不要

レジ袋は有料です。
詳しくは各店舗にてご確認ください。

店	合計	受付日	受付者	備考
記	円			
入				
欄				