

Healthy & Beauty

健美膳

美しく・健康を目指したお弁当生活をはじめませんか?

2021.4.1(木) - 4.30(金)

月 Monday

火 Tuesday

水 Wednesday

木 Thursday

金 Friday

600 kcal以下

栄養バランスを考えた献立とマンナンヒカリ入り雑穀ご飯で600キロカロリー以下を実現しました。
※表示カロリーはおかずとご飯約150g分を含めた数値です。
なお、一週間のメニュー内容における平均となっております。

大注目 食物繊維

食物繊維が豊富な、きのこ、海藻、こんにやくを積極的に献立に取り入れています。

マンナンヒカリ 5種 雑穀米

健美膳のマンナン入り雑穀ご飯は、通常の白飯に比べて食物繊維が約20倍!

マンナンヒカリとはこんにやくの精粉を米粉状に固めたもので、食物繊維が豊富! 日本人が不足しがちなこの食物繊維を手軽に摂取することができる便利な食品です。健美膳では、ビタミン・ミネラル豊富な雑穀ご飯にヘルシーなマンナンヒカリをプラスしました!

りんご1個分の食物繊維(約3.7g)が健美膳のご飯(1食)で摂取できます。

ご家庭でもマンナンヒカリをご愛用頂けます。ご利用店舗へお問い合わせください。

引換券

贈つけてラッキー!!

THANK YOU TICKET

お弁当のふたを開けて見つけてみて! **サンキューチケット**が入っていたあなたはラッキー!!

●サンキューチケットが入っていた場合は、お弁当のふたに付いた「サンキューチケット」を回収し、お弁当のふたを閉じてお持ち帰りください。●回収はホームページをご覧ください。●無効は予告なく変更になる場合がございます。ご了承ください。

お弁当に関する注意事項 [必ずお読みください!]

- お届けするお弁当は、食品衛生上適切な場所に置き、なるべく当日の13時までを目安にお返し上げください。
- 材料入りの関係で、メニューや栄養価の一部が変わることがありますのでご了承ください。
- 衛生上、お届け物はシートを使用しております。また容器の回収は翌日になる場合もございます。
- 当社ではお弁当の処分相当額(1か月平均3.9g以下)を旨としてお弁当を提供し、カロリーは「日本食品標準成分表」に基づいた当社推定値であり目安として表示させていただいております。
- アレルギー対応品は別途記載しております。
- 容器及びラベルはレジ非対応のため、電子レンジでの加熱はご遠慮ください。

※メニュー表に記載の写真はイメージ写真とさせていただきます。

食卓で春を感じよう!

春野菜のみずみずしく、栄養も豊富! 食卓に並べて春野菜を味わいませんか?

- 新玉ねぎ
- きのこの花
- 春キャベツ
- 山菜

みずみずしく、噛みごかす食感が爽やかなオースス

ビタミン豊富で、免疫力向上の効果が

やわらかく、ビタミンEが豊富

ほのかに香みを漂し、噛みごかす食感が爽やかな



お弁当のご用命はこちらへ

011-8964-0964 新潟県新潟市東区豊町1908番地36
011-8964-0965 新潟県新潟市東区豊町1908番地36
お弁当の予約・お問い合わせ: 011-8964-0965

<p>5 ササミステーキ マスタードソース</p> <p>471kcal 十六穀ご飯</p>	<p>6 豆腐ステーキ 南蛮あん</p> <p>554kcal 発芽玄米ご飯</p>	<p>7 中華五目煮</p> <p>391kcal 黒米ご飯</p>	<p>8 タラのナッツ揚げ</p> <p>503kcal 七穀雑穀ご飯</p>	<p>9 オムレツ 明太子ソース</p> <p>496kcal もち麦ご飯</p>
<p>12 鯖の磯辺焼き</p> <p>527kcal 発芽玄米ご飯</p>	<p>13 イカ照り焼き</p> <p>533kcal 黒米ご飯</p>	<p>14 エビフライ& ベイクドエッグ</p> <p>494kcal 七穀雑穀ご飯</p>	<p>15 麻婆春雨</p> <p>427kcal もち麦ご飯</p>	<p>16 鶏肉の甘辛あん</p> <p>558kcal 十六穀ご飯</p>
<p>19 サーモン塩麹焼き</p> <p>567kcal 黒米ご飯</p>	<p>20 豚肉の味噌焼き</p> <p>465kcal 七穀雑穀ご飯</p>	<p>21 黒酢豚</p> <p>520kcal もち麦ご飯</p>	<p>22 揚げ出し豆腐 しらすあん</p> <p>560kcal 十六穀ご飯</p>	<p>23 タラ山椒焼き</p> <p>487kcal 発芽玄米ご飯</p>
<p>26 豚肉と野菜の旨塩炒め</p> <p>504kcal 七穀雑穀ご飯</p>	<p>27 サバのゴマ旨煮</p> <p>565kcal もち麦ご飯</p>	<p>28 蒸し鶏と野菜の スパサラダ</p> <p>551kcal 十六穀ご飯</p>	<p>29 昭和の日</p>	<p>30 卵の花フライ</p> <p>596kcal 黒米ご飯</p>

