

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？



2023年4月 APRIL

一食あたり
600
kcal以下*

栄養バランスを考えてつくられ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を合わせた数値です。
なお、一週間のメニュー内容についての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。

マンナンヒカリと
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！



毎日食物繊維たっぷり!
マンナンヒカリ入り雑穀ご飯でカロリーOFF!

マンナンヒカリとはこんにやくの精粉を米粒状に固めたもので、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！

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。



電子レンジを使用する際は
ご面倒でも
電子レンジ対応容器に移して
温め直してください。

お弁当のご用命はこちらへ
株式会社 ミノヤランチサービス

各営業所 (052)344-2839 (052)381-3343 西 京 店 (0547)54-4339 (0547)56-4039
東 横 店 (0547)52-3139 (0547)52-4911 豊 田 店 (0546)35-7739 (0546)35-4439
東 海 店 (052)601-4439 (052)601-4239 土 岐 店 (057)54-1039 (057)54-0939
名古屋店 (052)432-4539 (052)432-4238 岐阜店 (052)800-4639 (052)800-1939
多治見店 (057)274-5739 (057)271-2339 津 市 店 (0547)18-6339 (0547)28-0273
中 津 店 (052)903-4239 (052)903-4739 小 牧 店 (0546)72-2239 (0546)72-2439
東 郷 店 (0541)137-2839 (0541)137-2939 一 志 店 (0544)75-2739 (0544)75-2939
名古屋南店 (052)365-3639 (052)365-3539 豊 田 店 (0545)37-3239 (0545)37-3240
名古屋東店 (052)401-7439 (052)401-7639 東 市 店 (0544)22-4723 (0544)22-4570
中 津 店 (057)246-7739 (057)246-8239 津 市 店 (0547)46-0439 (0547)46-0445
半 田 店 (0548)23-9339 (0548)23-9639 高 浜 店 (0546)54-0039 (0546)54-3939
刈 谷 店 (0546)91-1839 (0546)91-1840 刈 谷 店 (0546)85-5339 (0546)85-5139



本部 (株)サンキューオリジナル
〒950-0868 新潟県新潟市東区長町100番地30
お問い合わせ E-mail: info@japan@lunch.co.jp

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、食品衛生上正しい場所に置き、なるべく当日の13時までを目安にお召し上がりください。
●材料入手の関係で、メニューや栄養価が一部変わることがありますのでご了承ください。
●衛生上、お届け時に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。
●当社ではおかずの量が相当量(1か月平均3.8g以下)を目指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きます。
●アレルギー対応はございません。
●容器及びシートはレンジ非対応のため、電子レンジでの加熱はご遠慮ください。
※メニューの記載と写真との相違や写真撮影の誤差を認めます。

月 火 水 木 金

3 ササミチーズ焼き 494kcal もち麦ご飯	4 黒酢豚 516kcal 十六穀ご飯	5 卵の花フライ 433kcal 発芽玄米ご飯	6 カレイのパン粉焼き 413kcal 黒米ご飯	7 オムレツ 明太子ソース 499kcal 七福米ご飯
10 ポークステーキ マスタードソース 458kcal 十六穀ご飯	11 揚げ出し豆腐 おろしあん 470kcal 発芽玄米ご飯	12 サーモン塩焼き 464kcal 黒米ご飯	13 麻婆春雨 445kcal 七福米ご飯	14 鶏肉の柚庵焼き 589kcal もち麦ご飯
17 白身魚のナッツ揚げ 563kcal 発芽玄米ご飯	18 中華五目煮 373kcal 黒米ご飯	19 蒸し鶏と春雨のサラダ 463kcal 七福米ご飯	20 豚肉の味噌炒め 497kcal もち麦ご飯	21 野菜つくね きのこあん 539kcal 十六穀ご飯
24 チキンステーキ ごまソース 569kcal 黒米ご飯	25 サバ味噌焼き 558kcal 七福米ご飯	26 エビカツ&オムレツ 462kcal もち麦ご飯	27 イカ七味焼き 524kcal 十六穀ご飯	28 豆腐ステーキ かにかまあん 519kcal 発芽玄米ご飯

柚子の風味が
みんわりと香る一品です。