

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？



2026.

2月 February

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
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！



国産米使用



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。

温活で心と体をばかばかに！

冷え対策に温活を始めて心身ともに健康を目指しましょう！



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

店名	TEL	FAX	店名	TEL	FAX
名古屋港店	(052)384-2839	(052)381-3345	弥富店	(0567)56-6339	(0567)56-4039
尾張旭店	(0561)52-3139	(0561)52-8911	春日井店	(0568)35-7739	(0568)35-6639
東海店	(052)601-6839	(052)601-6230	名古屋白鳥店	(052)800-8639	(052)800-1939
名古屋中川店	(052)432-8539	(052)432-6238	津島店	(0567)28-0339	(0567)28-0273
名古屋北店	(052)903-8239	(052)903-4739	小牧店	(0568)72-2239	(0568)72-2439
東郷店	(0561)37-2839	(0561)37-2939	一宮店	(0586)75-2739	(0586)75-2939
名古屋中央店	(052)365-3639	(052)365-3539	豊田店	(0565)37-3239	(0565)37-3240
名古屋西店	(052)401-7439	(052)401-7639	高浜店	(0566)54-0039	(0566)54-3939
半田店	(0569)23-9339	(0569)23-9639	知立店	(0566)85-5339	(0566)85-5139
刈谷店	(0566)91-1839	(0566)91-1840	常滑店	(0569)47-6339	(0569)47-8762

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、食品衛生上涼しい場所に置き、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。
- 当社ではおかずの塩分相当量1か月平均3.9g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いております。
- アレルギー対応はおこなっておりません。
- 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。

※メニュー表の記事写真などの無断転写・複製・転載を禁じます。

月

火

水

木

金

2

チリビーンズ



439kcal 発芽玄米ご飯

3

野菜つくね
デミソース



479kcal 黒米ご飯

4

ささみチーズ焼き



439kcal 十六穀ご飯

5

豚肉と玉子の
オイスター炒め



484kcal もち麦ご飯

6

サーモン柚庵焼き



493kcal 七福米ご飯

柚子の風味がふんわりと
広がります。

9

具だくさん八宝菜



508kcal 黒米ご飯

10

白身魚カレーフリッター



457kcal 十六穀ご飯

11

建国記念の日



12

豆腐ステーキ
コチュマヨソース



527kcal 七福米ご飯

13

鶏肉パン粉焼き



544kcal 発芽玄米ご飯

16

チーズインハンバーグ
オニオンソース



525kcal 十六穀ご飯

17

さば一味焼き



589kcal もち麦ご飯

18

黒酢豚



548kcal 七福米ご飯

19

ささみ2色ごま焼き



431kcal 発芽玄米ご飯

20

オムレツ
&ピーマン肉詰め

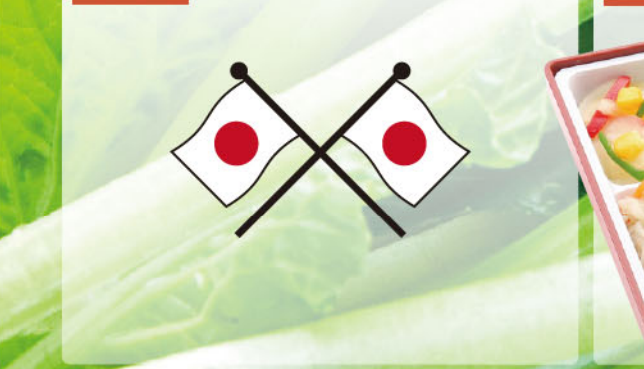


530kcal 黒米ご飯

良質なたんぱく質とビタミンが
手軽に摂れる一品です。

23

天皇誕生日



24

チキンソテー
クリームソース



579kcal 七福米ご飯

25

タラマヨネーズ焼き



520kcal 発芽玄米ご飯

26

揚げ出し豆腐
和風あん



534kcal 黒米ご飯

27

肉団子と野菜の
味噌炒め



447kcal 十六穀ご飯



本部／(株)サンキューオールジャパン
〒950-0868 新潟県新潟市東区紫竹新町1808番地36
お問い合わせ／E-mail: all_japan@lunch.co.jp