

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.
6月 June

一食あたり
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！



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。

月 -mon-

1 オムレツ
ラタトゥイユソース



火 -tue-

2 豚しゃぶとわかめの
スパサラダ



水 -wed-

3 ささみパン粉焼き



木 -thu-

4 黒酢豚



金 -fri-

5 タラマヨネーズ焼き



8 こんにやく入り
回鍋肉



9 チーズハンバーグ
オニオンソース



10 サーモンみりん焼き



11 野菜たっぷり
キーマカレー



野菜の旨味が詰まった
食欲そそる一品です。

12 鶏肉BBQ焼き



15 豆腐ステーキ
コチュマヨソース



16 チリビーンズ



17 焼きサバ
味噌だれかけ



18 ささみバジル焼き



19 具だくさん八宝菜



22 豚肉山椒炒め



23 チキンソテー
きのこソース



24 麻婆焼きそば



25 ホッケ照り焼き



26 れんこんつくね
トマトソース



29 白身魚の南部天ぷら



30 厚揚げと野菜の
オイスター炒め



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。

※メニュー表の記事写真などの無断転写・複製・転載を禁じます。

6月は歯の健康習慣

「よく噛む」が健康への第一歩！
噛むことは体の健康につながります。



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	名古屋白田店	(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



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卸新町1808番地36
お問い合わせ / E-mail: all_japan@lunch.co.jp

