

# 普通食

ご高齢者向けの栄養バランスや食べやすさはもちろん、  
食材の安全や食の楽しみにもこだわって調理しています。

おかずのみ **450円+税**      おかずと  
ごはん **500円+税**

## イカと野菜の煮物

やわかいイカと色とりどりの野菜を煮物にしました。色鮮やかな野菜が食欲をそそられます。

## 青菜と干しエビの炒め物

青菜と干しエビの相性がバッチリの炒め物です。

## 南瓜のクリーミーサラダ

甘くておいしい南瓜をクリーミーにサラダ仕立てにしました。

## 照焼チキン

和食の定番の照焼チキンです。鶏肉のうま味が凝縮されています。

## 茹でブロッコリー

栄養価が高いブロッコリーを茹で、さっぱりとした食感で素材のそのままを味わえます。



## ごはん

担当者が産地を巡り歩き、お弁当に合う「冷めても美味しい」お米を厳選。ふっくらと美味しく炊き上げました。

# やわらか食

見た目はそのままのやわらか食弁当。見て楽しんで香りを感じて、舌で味わえるお弁当です。

おかずのみ **700円+税**      おかず  
セット **740円+税**



## アジの トマト ソース 弁当

独自技術により、軟らかく調理されています。  
舌やスプーンで簡単にくずすことができ、  
溶けるような軟らかさを実現しました。

## 牛肉の デミグラス ソースかけ 弁当



# ふれ愛小町

美味しさはそのままに、低カロリー・低塩分のお弁当。お求めやすい  
お手頃価格です。

小町 **380円+税**      小町(大) **400円+税**

## 照焼チキン



## カレーの 生姜煮



## カロリー調整食

カロリーをバラつきの少ない一定の値に調整し、栄養バランスの良いカロリー計算が必要な方に適したお弁当です。ダイエットや食事療法も無理なく続けられます。



鶏肉と根菜の煮物

- カロリー 262kcal
- たんぱく質 12.0g
- 炭水化物 33.3g
- ナトリウム 610mg
- 脂質 8.6g
- 食塩相当量 1.5g

※おかずのみ1食あたりの栄養価です



赤魚の煮付け

- カロリー 222kcal
- たんぱく質 12.4g
- 炭水化物 22.2g
- ナトリウム 556mg
- 脂質 8.8g
- 食塩相当量 1.4g

※おかずのみ1食あたりの栄養価です

おかずのみ

**720円+税**

おかずとごはん

**760円+税**

## 低たんぱく食

たんぱく質の摂取計算が必要な方向けのお弁当です。病院のメタボ検診、生活習慣病外来などで栄養指導を受けている方、透析クリニックに通院されている方、食事制限されていて特別食が必要な方に。



鮭のバター醤油焼き

おかずのみ

**760円+税**

おかずとごはん

**810円+税**

おかずと低たんぱくごはん

**860円+税**

### 低たんぱく食の栄養基準

1食あたり ※おかずのみ

カロリー	294kcal
たんぱく質	10g以下
脂質	16.9g
炭水化物	29.1g
カリウム	500mg以下
リン	210mg
食塩相当量	1.7g

## ムース食

食べ物を噛むことや、飲み込むことが困難な方に適したムース食です。見た目の美味しさや料理の香りも兼ね備えているので、美味しい食事を安心してお召し上がり頂ける新しい食事形態です。



うなぎの蒲焼ムース



牛すき焼きムース

おかずのみ

**600円+税**

おかずとごはん

**650円+税**

掲載の写真は全て献立の一例です