

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？



2025.
5.1^木～5.30^金

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約150g分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。

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 プレゼント
あ！
鬼つけてラッキー!!
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【5日以内】に配達員またはご利用店舗までお申し出ください。●詳しくはホームページをご覧ください。●商品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。

お茶の初物
新茶の季節
新茶は旨味と甘みの主成分であるテアニンを豊富に含み、渋みが少なく、まろやかな味わいが魅力。爽やかな香りも、爽しみが、新茶でホット一息つきます。
●サンキューチケットが入っていた場合【5日以内】に配達員またはご利用店舗までお申し出ください。●詳しくはホームページをご覧ください。●商品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。

お弁当のご用命はこちらへ

上越店

〒942-0146 新潟県上越市頸城区下吉77-10
(新潟南部産業団地内)

TEL (025) 543-6446(代)
FAX (025) 544-7313



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御新町1808番地36
お問い合わせ／E-mail: all_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。
- アレルギー対応はしております。
- 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

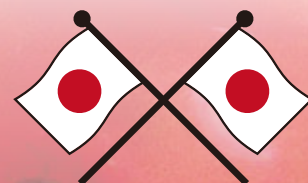
火

水

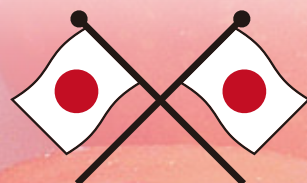
木

金

5 こどもの日



6 振替休日



12 ささみ香草焼き



19 ポークソテー
ごまソース



20 オムレツ
きのこあん



7 白身魚スパイシー唐揚げ



14 具だくさん八宝菜



21 鶏肉の柚庵焼き



8 豆腐ステーキ
南蛮あん



15 サバー味焼き



22 黒酢酢豚



9 豚肉と野菜の
麻婆炒め



16 チリビーンズ



23 サーモンパン粉焼き



26 たっぷり野菜の
回鍋肉



27 ささみステーキ
チリソース



28 豆腐ハンバーグ
オニオンソース



29 タラバター醤油焼き



30 卵の花フライ
&きのこハヤシ



良質なたんぱく質を豊富に含む大豆が主役の一品です