

スタイルアップランチ

Style Up Lunch

お弁当1つで、以下の栄養価が摂れます!!

650A,Bでタンパク質:20g以上 野菜量:120g以上 食塩相当量:2.9g以下

850A,Bでタンパク質:25g以上 野菜量:200g以上 食塩相当量:2.9g以下

《一般成人に必要な栄養価目安 タンパク質:1日60g程度 野菜量:1日350g以上 食塩相当量:1日男性8g以下 女性7g以下》

※栄養価の適量摂取量は、性別・年齢・身長・体重・職種・病態等により異なります。

- ・プロの料理人が、丁寧に手作りします。
- ・新鮮な野菜を使用しています。
- ・揚げ物は使用していません。

- ・炭水化物を控えめにしておりますので、アスリート系・スポーツ大会時や、育ちざかりのお子様には、**主食増量+50g(+50円)**をおすすめします。
- ・主食(白飯)を「炊込みご飯orちらし寿司」に変更(+100円)できます。

Style Up Lunch 650A

《豚肉のカラフル野菜ソース》 650円(税別)
702円(税込)



サイズ(mm) 168×218×40

エネルギー:543Kcal タンパク質:22.2g 野菜量:134g
炭水化物:73.1g 脂質:15.5g 食塩相当量:2.8g

豚肉のカラフルソース・茄子とツナのトマト煮・リーフレタス
小松菜とパプリカのごま和え
グレープフルーツ・ゆかりご飯(160g)

| | | |
|-------|-----|----|
| アレルギー | 乳成分 | 小麦 |
| | Ⓜ | Ⓜ |

Style Up Lunch 650B

《鶏の塩麹焼き》 650円(税別)
702円(税込)



サイズ(mm) 168×218×40

エネルギー:561Kcal タンパク質:26.5g 野菜量:120g
炭水化物:71.7g 脂質:17.2g 食塩相当量:2.7g

鶏の塩麹焼き・茄子とツナのトマト煮・リーフレタス
小松菜とパプリカのごま和え
グレープフルーツ・ゆかりご飯(160g)

| | | |
|-------|-----|----|
| アレルギー | 乳成分 | 小麦 |
| | Ⓜ | Ⓜ |

Style Up Lunch 850A

《ハンバーグデミソース》 850円(税別)
918円(税込)



サイズ(mm) 180×278×40

エネルギー:792Kcal タンパク質:29.2g 野菜量:201g
炭水化物:107.5g 脂質:25.3g 食塩相当量:2.5g

ハンバーグデミソース・小松菜と油揚げの味噌炒め
かぼちゃとブロッコリーのシーザーサラダ・リーフレタス
ピクルス・ミニトマト・オレンジ・青のりご飯(180g)

| | | | | | |
|-------|---|-----|----|----|----|
| アレルギー | 卵 | 乳成分 | 小麦 | えび | かに |
| | Ⓜ | Ⓜ | Ⓜ | Ⓜ | Ⓜ |

Style Up Lunch 850B

《ロールキャベツ》 850円(税別)
918円(税込)



サイズ(mm) 180×278×40

エネルギー:814Kcal タンパク質:30.1g 野菜量:280g
炭水化物:113.3g 脂質:25.0g 食塩相当量:2.9g

ロールキャベツ・小松菜と油揚げの味噌炒め
かぼちゃとブロッコリーのシーザーサラダ・リーフレタス
ピクルス・オレンジ・にんじんグラッセ・青のりご飯(180g)

| | | | | | |
|-------|---|-----|----|----|----|
| アレルギー | 卵 | 乳成分 | 小麦 | えび | かに |
| | Ⓜ | Ⓜ | Ⓜ | Ⓜ | Ⓜ |