



ちょっとお節介な
お弁当屋さん

宅配 COOK 123 新聞 月刊

2024年4月号

本部

宅配クック123では「体の栄養」「心の栄養」をテーマに取り組んでいます。体の栄養は、筋肉のもととなる「たんぱく質」に着目し、栄養バランスに配慮した食事で低栄養を予防します。心の栄養は「食べる喜び・楽しさ」を感じていただけるよう、月に一度「ご馳走の日」のお食事として特別なお弁当をお届けしています。宅配クック123はこれからもお客様の「体の栄養」「心の栄養」をサポートして参ります。



宅配クック123の『普通食』について

宅配クック123の普通食は、厚生労働省より公表された「地域高齢者等の健康支援を推進する配食事業の栄養管理に関するガイドライン」に沿って、ご高齢者の方が食べ残さない量で、エネルギーやたんぱく質をしっかりと摂取できるように配慮したお弁当です。お弁当の内容は、主菜の他に4つのおかずを組み合わせています。主菜は魚系のおかずと肉系のおかずが交互となるようにし、主菜以外の4つのおかずは、食材の種類や味付け、お弁当全体の彩りを考慮しながら組み合わせています。栄養バランスに気を付けながら、お食事を楽しみたい方におすすめです。**2024年4月1日メニューより普通食の内容がリニューアルし、さらにおいしく、さらに楽しく、待ち遠しく感じていただける内容**となっております。お弁当は1食より注文可能ですので、ぜひ一度お試しください。



心の栄養『ご馳走の日』



月に一度、心の栄養として、「ご馳走の日」のお食事をお届けしています。その季節にちなんだおかずを盛り込んだお弁当や、日本全国・各地域の郷土料理や食べ物・人気料理(天ぷら・うなぎ等)を取り入れた内容です。ご自宅でお食事をしながら、各地域の食材・味をお楽しみください。

お知らせ

4月26日(金)夕食ご馳走の日

『さわらの桜あん弁当』



さわらはほんのりと塩味を効かせてから焼き上げ、一緒に合わせる桜あんの風味を引き立てる仕上がりとなっています。