

桃中軒の しずおか 健康生活 応援弁当

130年の歴史を持つ桃中軒が
地産地消を取り入れ、
フレイルに負けない
おすすめ弁当を作りました。

管理
栄養士
監修

10食品群の
食材使用

茄子味噌醬

静岡県産さくらげ入り
野菜炒め

ポテト明太ソース和え

静岡県産ブロッコリーフリッター

バナナ入り玉子焼き
白身魚
スイートチリソース添え

ナムル

タンドライ
ポーク

冷凍弁当での
販売もしています
最新の冷凍技術で
おいしさ変わらず！

26品目の
食材使用

シンガポールライスとビーフン

大地のハーブ鶏のシンガポールライス風

ひじき入りビーフン

680円 [税込]

(ブロッコリーは収穫時期によって県産品を使用しています)



ちらし寿司と黒米ご飯と
チキンピラフとターメリックライスは
冷凍で販売中！



スマートミール認証申請中

スマートミールとは、健康づくりに役立つ栄養バランスのとれた食事のこと。つまり一食の中で、主食・主菜・副菜が揃い、野菜がたっぷりであり食塩のとり過ぎにも配慮した食事のことです。

スマートミール【ちゃんと】
基準に適合しています。

栄養バランスを考慮して「ちゃんと」
食べたい一般女性向け
450〜650kcal未満

主食(糖)	スマートミール 【ちゃんと】基準値	健康生活 応援弁当
主 菜	150〜180g(肉類)	151.1g
副 菜	60〜120g(野菜)	98.4g
調 剤	140g以上	149.6g
食塩相当量	3.0g未満	2.9g

フレイルとは？

加齢に伴い、筋力や認知機能、社会性など「心身の活力」が低下した状態のことを言います。フレイルは要介護のリスクを高めるので必要な栄養素をバランスよく摂ることが大切です。



スマートミールだけで、健康になったり、生活習慣病が予防できるわけではありません。健康づくりにスマートミールのような、栄養バランスのとれた食事を継続的に食べ、積極的に身体を動かして、禁煙、節酒を心がけるなど、適正な生活習慣が重要です。また、現在治療を受けておられる方は、主治医にご相談の上、スマートミールをご利用ください。



社会福祉法人聖隷福祉事業団
保健事業部

桃中軒

〒410-0845 静岡県沼津市千本港町24番地
TEL.055-963-0154(代) FAX.055-963-2936
桃中軒 http://www.tochuken.co.jp

