フレイル対策室　×　フレイル対策協力会店舗

フレイル予防弁当　共同開発

第4弾

このステッカーが目印です

おいしく食べて フレイル予防
常陸太田市健康づくり推進課 フレイル対策室
共同開発
長生き上手 常陸太田

かわねやじょうづる亭弁当「幕の内しょうが御膳」

ごまとしょうがの２種のご飯や７品目のおかずで栄養バランスよく最後までおいしく召し上がれます。
また、鶏肉、秋刀魚、玉子、高野豆腐や白和えで様々なたんぱく質が摂れ、冬野菜の大根、人参、さつまいもの根菜類やしょうがを使用し、体の内側から温めてくれる内容となっています。

税込 600円

木崎本店　TEL　0294-72-4411
フェスタ店　TEL　0294-70-1141

全日食チェーン じょうづる亭弁当「彩り野菜のきのこシチュー」

寒い時期に嬉しい温かいブラウンシチューです。豚肉と卵で 1 食分のたんぱく質が摂取できます。また、ブラウンシチューには 5 種類のキノコ、温野菜に彩り豊かな 9 種の野菜を使用することで様々な食感を楽しみつつ腸内環境を整える食物繊維がしっかりと摂れます。

金砂郷久米店　TEL　0294-76-0058

税込 650円

※店舗により販売状況が異なります。
購入の際は上記店舗へ直接お問い合わせください。

長生き上手 常陸太田

健康づくり推進課 フレイル対策室