

高齢者向け 配食サービス

栄養バランス
を考えた
安心・安全な
お弁当



初回1食無料

1食からでもお届けします

お弁当 二宮店

こまち
まごころ小町

美味しさそのままに、低カロリー・低塩分のお弁当。
お求めやすいお手頃価格です。

380円+税



肉豆腐



赤魚の煮付け

素材と調理に
こだわった
お弁当です。



普通食

ご高齢者向けの栄養バランスや食べやすさはもちろん、
食材の安全や食の楽しみにもこだわって調理しています。

おかずのみ **472円**+税 おかずとごはん **518円**+税

ひじきと油揚げの含め煮

ミネラルや鉄分、カルシウムが
たっぷりと含まれた定番和風おかず。

チンゲン菜のトマト煮

βカロチンや食物繊維が豊富な
チンゲン菜をトマト煮で仕上げました。

かぼちゃの煮付け

かぼちゃのホッカリとした食感と
甘味をお楽しみ頂けます。



豆腐ハンバーグ

ヘルシーでもボリュームは充分。
和風あんかけで仕上げました。

豆腐ハンバーグ

ごはん

産地を巡りお弁当に合う「冷めても
美味しい」お米を厳選しました。

カロリー調整食

カロリーをバラつきの少ない一定の値に調整し、栄養バランスの良いカロリー計算が必要な方に適したお弁当です。ダイエットや食事療法も無理なく続けられます。



大根とつくねの煮物

●カロリー 234kcal ●タンパク質 15.5g ●脂質 10.7g
●炭水化物 24.0g ●ナトリウム 877mg ●食塩相当量 2.2g



鮭のホワイトシチュー

●カロリー 232kcal ●タンパク質 18.3g ●脂質 9.7g
●炭水化物 17.8g ●ナトリウム 646mg ●食塩相当量 1.6g

※おかずのみ1食あたりの栄養価です

おかずのみ

715円
+税

おかずとごはん

762円
+税

低たんぱく食

たんぱく質の摂取計算が必要な方向けのお弁当です。病院のメタボ検診、生活習慣病外来などで栄養指導を受けている方、透析クリニックに通院されている方、食事制限されていて特別食が必要な方に。



ハンバーグトマトソース

おかずのみ

762円 +税

おかずとごはん

810円 +税

おかずと
低たんぱくごはん

858円 +税

低たんぱく食の栄養基準

1食あたり ※おかずのみ

| | |
|-------|---------|
| カロリー | 294kcal |
| たんぱく質 | 10g以下 |
| 脂質 | 16.9g |
| 炭水化物 | 29.1g |
| カリウム | 500mg以下 |
| リン | 210mg |
| 食塩相当量 | 1.7g |

ムース食

食べ物を噛むことや、飲み込むことが困難な方に適したムース食です。見た目の美味しさや料理の香りも兼ね備えているので、美味しい食事を安心してお召し上がり頂ける新しい食事形態です。



エビの天ぷらムース



カレーの煮付けムース

おかずのみ

600円
+税

おかずとごはん

650円
+税

掲載の写真は全て献立の一例です

たとえば
こんな利用方法も

まごころ弁当は、生活に合わせて
週1回～14回まで **必要な時だけ使う** 事ができます!

| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|
|  昼食 | お弁当  | ヘルパーさんの作るご飯  | デイサービスみんなで食事  | ヘルパーさんの作るご飯  | デイサービスみんなで食事  | お弁当  | 家族で過ごす  |
|  夕食 | お弁当  | ヘルパーさんの作るご飯  | お弁当  | ヘルパーさんの作るご飯  | お弁当  | 家族で過ごす  | 家族で過ごす  |

- アレルギー・きざみ食・おかゆにも無料で対応致します。
- 苦手なおかずなどがございましたらお申しつけください。
- 特別なご契約は必要ありません。前日までにお電話頂ければ配達致します。
- 1度だけ、1食だけの注文も喜んで承ります。

※宅配は無料です。
※容器は電子レンジ準対応の回収容器です(加熱1分まで)。

まごころ畑からのお便り

皆様に安心・安全な美味しい野菜を食べていただきたくて、土づくりからこだわり、まごころをこめて農作物を育てています。

私たち生産者の愛情と、自然の恵みをたっぷり受けた新鮮野菜をお召し上がりください。



無料 安否確認サービス

※お弁当ご注文無しの場合250円+税

お弁当は原則手渡しでのお届けとなりますので安否確認にもなります。
また、お弁当をご注文頂かない日も250円+税/1回で、昼のみ、夜のみ、又は昼夜2回ご自宅に訪問し安否確認だけでも承ります。



やさしい食材で 手作りしています。



和食中心の
日替わり
メニューです



POINT
1

厳選食材を 手作りで加工

契約農家による野菜栽培を心掛け、安心・安全な食材にこだわり抜きました。収穫した野菜についても徹底した衛生管理のもと、手作りで加工しています。



POINT
2

食事の楽しみを 最大限に

ご高齢者が食べやすい大きさ・形・固さはもちろん、必要以上に薄味にならないようにだし汁で下味をつける、食感を大切にするなど、食の楽しみにもこだわっています。



POINT
3

栄養バランスの 良い日替わり献立

ご高齢者に必要な栄養素を目安に、専属の栄養士がバランスよく献立を考えています。和・洋・中のバラエティに富んだメニューで毎日の食事をお楽しみ頂けます。



POINT
4

一人ひとりに合わせた 個別対応

噛む力、飲み込む力が低下した方のために、おかゆや刻み食のご要望にも無料でお応えしています。



お気軽にお申しつけください



注文方法

お電話又はFAXでお申し込みください

お電話でのご注文方法

- 1 ◎お名前 ◎ご住所 ◎お電話番号 をお伝えください。
- 2 ◎配達開始日をご指定下さい。 ご注文の次の日から配達可能です。
- 3 ◎昼食のみ ◎夕食のみ ◎昼と夕両方 のいずれかをご指定ください。
- 4

| | | | | | | | | | | |
|--------|-----|---------|------|---------|---|---------------------------------|--------|---------|---|-----------------------------------------------------|
| まごころ小町 | 普通食 | カロリー調整食 | ムース食 | の 場合 | ▶ | ◎おかずのみ ◎ごはんセット からお選びください。 | 低たんぱく食 | の 場合 | ▶ | ◎おかずのみ ◎ごはんセット ◎低たんぱく ごはんセット からお選びください。 |
|--------|-----|---------|------|---------|---|---------------------------------|--------|---------|---|-----------------------------------------------------|
- 5 ◎おかゆ ◎きざみ ◎一口大 などのご希望をお伝えください。
- 6 ◎毎回現金 ◎振込 ◎月末まとめ払い ◎口座振替(自動引落)
お支払い方法をご指定ください。

- ご注文・キャンセルは前日までをお願い致します。
- 配達後なるべく早めにお召し上がりください。
- 食べ残しなどは翌日に食べたりせず、必ず廃棄処分してください。



まごころ弁当 二宮店

お問い合わせ
ご注文は

TEL. **0463-73-5266**

FAX. **0463-73-5276**

中郡二宮町二宮1324-1

URL <http://www.magokoro-bento.com/>

※年中無休(お正月の3が日はお休み致します)