


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 
- 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 我孫子店

お問い合わせ
ご注文は

TEL. **04-7184-4012**

FAX. **04-7184-4013**

我孫子市東我孫子2丁目34-12

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

※日曜定休(お正月の3が日はお休み致します)

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
700円
+税

おかずとごはん
750円
+税

※おかずのみ1食あたりの栄養価です

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
700円 +税

おかずとごはん
750円 +税

おかずと
低たんぱくごはん
800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

やわらか食

食べ物を噛むことが困難な方に適したお弁当です。食材の形、色、味、栄養はそのままに、野菜や肉、魚なども歯茎や舌で容易につぶせるやわらかさに仕上げた食事支援食です。



アジのトマトソース弁当



牛肉のデミグラスソースかけ弁当

おかずのみ
700円
+税

おかゆセット
750円
+税