

お子さんがいる  
管理栄養士が  
作りました。

# Studish

脳にも身体にも  
良いお弁当です！

★管理栄養士監修★  
お子様に併せた栄養が選べるお弁当



500円  
318kcal

～ボンゴレロッソ弁当～  
ボンゴレロッソ  
コロコロ煮物盛り合わせ  
さつまロール ココアソース

**Point!**

低カロリーなので体型を気にする女の子や夜食などに最適。アサリには不足すると貧血や集中力低下を引き起こす鉄分が含まれています。鉄分が不足しがちな女の子にピッタリなお弁当です。



500円  
391kcal

～アジ唐揚げ弁当～

アジの唐揚げ  
筑前煮  
木耳と卵の炒め物

**Point!**

えーっ！頭が…と思ったのは？アジを丸ごと食べることで、しっかりと咀嚼する。咀嚼は脳の活性化を促します。また同時に記憶力や集中力がUPするといわれるDHAやカルシウムも摂取できます。



500円  
592kcal

～鶏の香味焼き弁当～

鶏肉の香味焼き  
五穀万頭  
小松菜と煮干しのさっと煮  
きざみ昆布の煮物

**Point!**

ふんわり香るハーブはローズマリーです。ローズマリーには集中力や記憶力がUPする効果があると言われています。



500円  
236kcal

～豚ごぼうのチャブチェ弁当～

豚ごぼうのチャブチェ  
イカのバター炒め  
わかめのレモンサラダ

**Point!**

低糖質・高タンパクメニュー。カロリー低めで食物繊維豊富。主食なしでも食べ応えがあり、低糖質で食後の血糖値上昇を抑制することで「居眠りしないて〜!」の想いを込めました。



600円  
509kcal

～チーズデミカツ弁当～  
厚切りとんかつ(デミソース)  
さつま揚げと高野豆腐の卵とじ  
ピーマンのじゃこ炒め

**Point!**

ガッツリ系メニュー。育ち盛りのお子様に必要なカルシウムをしっかり摂取することで骨格から身体を育てます。運動部などでカロリーを必要とするお子様向けのボリューム満点メニューです。



※写真はイメージです。副菜は季節によって変更となる場合がございますのでご了承下さい。



チーズクリームパスタ



タンドリーチキン



サバのごま揚げ



イワシボールのトマト煮



鶏の根菜デミソース



鶏のスタミナ焼き



チキンガーリック



チキン&ポークチャブ

塾での夕食に、残業のお供に、テレワーク飯に、様々な用途に合わせてご利用いただけます。

KGC扱

注文者氏名			
配送先住所	〒		
電話番号		FAX番号	

No	商品名	数量	単価(税別)	金額
1	ボンゴレロツソ		450円	円
2	豚ごぼうのチャプチェ		450円	円
3	チーズクリームパスタ		450円	円
4	鶏の根菜デミソース		450円	円
5	鶏の香味焼き		500円	円
6	アジの唐揚げ		500円	円
7	チキンガーリック		500円	円
8	チキン&ポークチャップ		500円	円
9	いわしボールのトマト煮		500円	円
10	チーズデミカツ		600円	円
11	鶏のスタミナ焼		600円	円
12	サバのごま揚げ		600円	円
13	タンドリーチキン		600円	円
小計				
消費税(8%)				
合計金額				

・上記費用に別途送料がかかります。

・後日請求書をお送りします。受け取っていただいてから1週間以内にお振込みください。

FAX番号:06-6625-7171

**1 回のご注文は10個以上でお願いします。**