



https://obentou.tv



Instagram



Twitter



Instagramのフォローをお願いします。
情報を更新しています。



★大好評★

特注幕の内弁当

1,000円(税込)

会議のお席やおもてなしに、ご活用ください。

◆ご注文締め切りは前日の13時まで

◆タニタ食堂減塩みそ汁をお付けします。

◆ご注文はお電話をお願いします。

鮭の甘塩焼



牛焼肉・唐揚



さばみりん焼



夏季休暇のお知らせ

8月11日(木)
～15日(月)

ご迷惑をおかけしますが、
ご理解の程宜しくお願いいたします。

暑中お見舞い申し上げます

毎年ご好評いただいております、
うなぎ弁当の販売を7月に行なわせていただきました。
ありがとうございました。
暑い日が続きますが、熱中症・コロナウイルスに
気を付けてください。

スタッフ一同



ご注文締切時間
TEL9:00
ネット9:10

おまかせサラダ 100円

タニタ食堂の減塩みそ汁 100円



日替わり弁当
【赤】

選べるご飯



日替わり弁当
【黒】

選べるご飯



月	火	水	木	金
1 243kcal 麻婆豆腐・揚げ餃子 ハムの野菜炒め	2 427kcal 中華風焼肉・竹輪カレー天 自家製マカロニサラダ	3 394kcal 茄子とブロッコリー甘みそ炒め 根菜つくね・温野菜	4 333kcal とんかつ・チリコンカン 天津風玉子焼	5 483kcal 豚の生姜焼・揚げ豆腐 ハムとパスタのトマト炒め
8 270kcal 豚しゃぶポン酢・ひじき煮 オムレツの衣揚げ	9 321kcal 厚揚げと野菜の味噌炒め メンチカツ・切干大根	10 410kcal ウインナー串かつ・シチュー 肉オムレツの酢豚あん	11 山の日	12 夏季休業
15 夏季休業	16 395kcal 若鶏豆腐の甘みそ焼・ハムカツ 春雨野菜炒め	17 347kcal 千草焼の黒酢あん 海老カツ・切昆布の中華風煮	18 345kcal 豆腐の中華旨煮・マヨコーン天 豆とブロッコリーサラダ	19 395kcal 茄子ポン酢・豚カレー天 マカロニケチャップ炒め
22 475kcal チキンナゲットとポークカレー フレンチ温野菜	23 367kcal 肉団子の酢豚風・チキンカツ ハムと野菜炒め	24 356kcal 青椒肉絲・揚げ餃子 根菜つくねの甘酢あん	25 435kcal 豚と茄子の甘みそ炒め イカフライ・サラダ	26 350kcal シチューハンバーグ・コロケ 五目野菜ひじき煮
29 295kcal 豚しゃぶポン酢・竹輪の磯部揚げ オムレツ・ザーサイ油炒め	30 369kcal ウインナー串かつ・中華旨煮 イカバーグのオーロラソース	31 442kcal カツカレー・天津オムレツ コールスローサラダ		
1 481kcal 和風梅から揚げ 高菜とトマトのガーリックパスタ	2 361kcal 春雨と海鮮のソテー ハンバーグ&オムレツ	3 405kcal チキンカレー きたあかりコロケ	4 510kcal 豚肉のカシュウナッツ炒め アジフライ	5 242kcal 牛コチュジャンプルコギ 塩レモン香るささみフライ
8 516kcal ハムとトマトのイタリアンフライ ツナとほうれん草の和風パスタ	9 402kcal 麻婆豆腐 中華春巻&シューマイ	10 360kcal 甘辛ねぎま炒め ハムと竹輪の磯辺天	11 山の日	12 夏季休業
15 夏季休業	16 342kcal とんかつ エビチリ風春雨炒め	17 314kcal 回鍋肉 鶏肉のネギ塩こうじ焼き	18 363kcal バーベQハンバーグ こんにやくのベーコン炒め	19 487kcal 鶏肉のみぞれがけ 豚ニラスタミナ炒め
22 489kcal エビフライ&ヒレカツ スパゲティナポリタン	23 391kcal 八宝菜 大葉香るサクサク春巻	24 406kcal 豚肉の生姜焼き チーズメンチカツ	25 397kcal チキントマトシチュー カニクリームコロケ	26 511kcal 酸辣湯(スーラータン) オレンジチキン
29 458kcal 豚丼風煮 チキンカツ	30 366kcal 夏野菜の豚みそ炒め 白身魚フライタルソースがけ	31 444kcal 肉じゃが 天ぷら三種盛り		

◆選べるお弁当！



すべてのお弁当レンジ対応可です

曜日替わり	月	火	水	木	金
おすすめ ご飯は選べます CHECK! レンジで温める時、キャベツのバックを取り出してください。 550円	自家製豚の生姜焼き 	豚しゃぶ野菜ポン酢 	下町ホリちゃんの子キン南蛮 	下町ホリちゃんの唐揚げ 	下町ホリちゃんの子キン
スマートミール ※ご飯は雑穀米です。 600円	さば竜田の野菜あんかけ 五目ひじき煮 602kcal/食塩相当量 2.6g	ごまだれ豚ロース焼と 野菜の中華炒め 633kcal/食塩相当量 2.7g	鯖の西京焼(骨なし) 548kcal/食塩相当量 1.8g	若鳥の南蛮漬 きのこ野菜炒め 553kcal/食塩相当量 2.6g	和風弁当 さば香味焼と煮物 617kcal/食塩相当量 2.4g
肉 ※副菜はおまかせです。 ※写真はイメージです。 580円	とんかつポン酢弁当 	カラフルそぼろ重 	鶏ステーキ弁当 	カツ重 	ハンバーグ & クリームコロッケ弁当
魚 ※副菜はおまかせです。 ※写真はイメージです。 650円	特上のり鮭重 	さば塩焼弁当 	甘塩鮭弁当 	さばみりん焼弁当 	特上のり鮭重
丼 500円	自家製焼豚メンマ丼 	豚ロースのソースカツ丼 	俺の焼肉丼 	町中華の麻婆なす丼 	ねぎ塩焼肉丼
カレー	カツカレー 600円	ビーフカレー 550円	カツカレー 600円	ビーフカレー 550円	カツカレー 600円



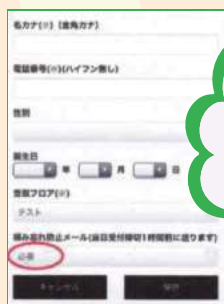
〃個人注文・個人決済〃

その3 便利な機能

お弁当TVではスマートフォンやパソコンを使い、どこからでもご注文ができて、お支払いも個人で出来るサービスがございます。
今回は頼み忘れ防止、一括注文などの便利な機能をご紹介します。

1 頼み忘れ防止メール

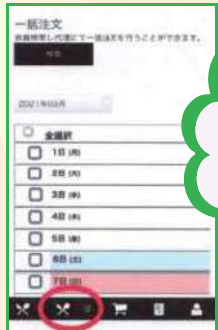
ご注文締切り1時間前に、頼み忘れを防ぐ為の「頼み忘れ防止メール」をお送りすることが出来ます。
【会員情報】ページより設定が可能です。



簡単設定で
うっかりミス
を防ぐ！

2 一括注文

最大1ヶ月分のご予約を一括で行うことが出来ます。
【一括注文】ページより全選択もしくは、日にちを指定してご注文ください。



簡単操作で
らくらく
おまとめ注文！

3 請求明細データダウンロード

1ヶ月分のご利用状況をデータでダウンロードすることが出来ます。
【会員請求】ページより「年月」を指定してダウンロードしてください。

より詳しい内容は
【ユーザー情報】の
【ヘルプとサポート】にて
案内しております。



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食塩のとり過ぎにも配慮した食事のことです。

このお弁当はスマートミールの「ちゃんと」の基準(450～650kcal 未満)を満たしています。

栄養バランスを考えて「ちゃんと」食べたい女性や中高年男性の方向け

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。健康づくりには、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、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。

