

2022年新宿店

8月

お弁当

042-660-1256

『さらに美味しく!もっと便利に!』

https://obentou.tv

Instagram

Twitter

◆お知らせ◆

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。

◆ご注文はお電話でお願いします。

鮭の甘塩焼

牛焼肉・唐揚げ

さばみりん焼

ご注文締切時間

9:00

電子レンジ可

日替わり弁当

【赤】

選べるご飯

大

並

彩

白米

白米

金芽  
ロウカット  
玄米

電子レンジ可

日替わり弁当

【黒】

選べるご飯

大

並

彩

白米

白米

金芽  
ロウカット  
玄米

電子レンジ可

Rich

選べるご飯

大

並

彩

白米

白米

金芽  
ロウカット  
玄米

| おまかせサラダ 100円                                 |                                             |
|----------------------------------------------|---------------------------------------------|
| 月                                            | 火                                           |
| 1243kcal<br>麻婆豆腐・揚げ餃子<br>ハムの野菜炒め             | 2427kcal<br>中華風焼肉・竹輪カレー天<br>自家製マカロニサラダ      |
| 8270kcal<br>豚しゃぶポン酢・ひじき煮<br>オムレツの衣揚げ         | 9321kcal<br>厚揚げと野菜の味噌炒め<br>メンチカツ・切干大根       |
| 15夏季休業                                       | 16395kcal<br>若鶏豆腐の甘みそ焼・ハムカツ<br>春雨野菜炒め       |
| 22475kcal<br>チキンナゲットとポークカレー<br>フレンチ温野菜       | 23367kcal<br>肉団子の酢豚風・チキンカツ<br>ハムと野菜炒め       |
| 29295kcal<br>豚しゃぶポン酢・竹輪の磯部揚げ<br>オムレツ・ザーサイ油炒め | 30369kcal<br>ウインナー串かつ・中華旨煮<br>イカバーグのオーロラソース |

| タニタ食堂の減塩みそ汁 100 円                            |                                                |                                             |
|----------------------------------------------|------------------------------------------------|---------------------------------------------|
| 水                                            | 木                                              | 金                                           |
| 3<br>394kcal<br>茄子とブロッコリー甘みそ炒め<br>根菜つくね・温野菜  | 4<br>333kcal<br>とんかつ・チリコンカン<br>天津風玉子焼          | 5<br>483kcal<br>豚の生姜焼・揚げ豆腐<br>ハムとパスタのトマト炒め  |
| 10<br>410kcal<br>ウインナー串かつ・シチュー<br>肉オムレツの酢豚あん | 11<br>山の日                                      | 12<br>夏季休業                                  |
| 17<br>347kcal<br>千草焼の黒酢あん<br>海老カツ・切昆布の中華風煮   | 18<br>345kcal<br>豆腐の中華旨煮・マヨコーン天<br>豆とブロッコリーサラダ | 19<br>395kcal<br>茄子ポン酢・豚カレー天<br>マカロニケチャップ炒め |
| 24<br>356kcal<br>青椒肉絲・揚げ餃子<br>根菜つくねの甘酢あん     | 25<br>435kcal<br>豚と茄子の甘みそ炒め<br>イカフライ・サラダ       | 26<br>350kcal<br>シチューハンバーグ・コロケ<br>五目野菜ひじき煮  |
| 31<br>442kcal<br>カツカレー・天津オムレツ<br>コールスローサラダ   | お盆休みは<br>8/11(木)～8/15(月)になります                  |                                             |

|                                               |                                           |
|-----------------------------------------------|-------------------------------------------|
| 1481kcal<br>和風梅から揚げ<br>高菜とトマトのガーリックパスタ        | 2361kcal<br>春雨と海鮮のソテー<br>ハンバーグ&オムレツ       |
| 8516kcal<br>ハムとトマトのイタリアンフライ<br>ツナとほうれん草の和風パスタ | 9402kcal<br>麻婆豆腐<br>中華春巻&シューマイ            |
| 15夏季休業                                        | 16342kcal<br>とんかつ<br>エビチリ風春雨炒め            |
| 22489kcal<br>エビフライ&ヒレカツ<br>スパゲティナポリタン         | 23391kcal<br>八宝菜<br>大葉香るサクサク春巻            |
| 29458kcal<br>豚丼風煮<br>チキンカツ                    | 30366kcal<br>夏野菜の豚みそ炒め<br>白身魚フライタルタルソースがけ |

|                      |         |                           |         |                             |         |      |
|----------------------|---------|---------------------------|---------|-----------------------------|---------|------|
| 3                    | 405kcal | 4                         | 510kcal | 5                           | 242kcal |      |
| チキンカレー<br>きたあかりコロッケ  |         | 豚肉のカシュウナッツ炒め<br>アジフライ     |         | 牛コチュジャンプルコギ<br>塩レモン香るささみフライ |         |      |
| 10                   | 360kcal | 11                        | 山の日     |                             | 12      | 夏季休業 |
| 甘辛ねぎま炒め<br>ハムと竹輪の磯辺天 |         |                           |         |                             |         |      |
| 17                   | 314kcal | 18                        | 363kcal | 19                          | 487kcal |      |
| 回鍋肉<br>鶏肉のネギ塩こうじ焼き   |         | バーベQハンバーグ<br>こんにゃくのベーコン炒め |         | 鶏肉のみぞれがけ<br>豚ニラスタミナ炒め       |         |      |
| 24                   | 406kcal | 25                        | 397kcal | 26                          | 511kcal |      |
| 豚肉の生姜焼き<br>チーズメンチカツ  |         | チキントマトシチュー<br>カニクリームコロッケ  |         | 酸辣湯（スーラータン）<br>オレンジチキン      |         |      |
| 31                   | 444kcal |                           |         |                             |         |      |
| 肉じゃが<br>天ぷら三種盛り      |         |                           |         |                             |         |      |

|                                 |                                 |
|---------------------------------|---------------------------------|
| 1厚揚げときゃべつのキムチ炒め<br>さわらのバジルオイル焼き | 2さばの七味焼き<br>青椒肉絲                |
| 8真鱈のきのこあんかけ<br>回鍋肉              | 9チキン竜田<br>ガパオ風炒め                |
| 15夏季休業                          | 16販売なし                          |
| 22夏野菜たっぷり麻婆豆腐<br>肉じゃが           | 23三元豚ヒレかつ<br>ブロッコリーとえのきのガーリック炒め |
| 29グリーンカレー<br>きのこホワイトソースオムレツ     | 30赤魚の甘酢野菜あんかけ<br>豚肉と茄子の味噌炒め     |

|                              |                                 |                               |
|------------------------------|---------------------------------|-------------------------------|
| 3タンドリーチキン<br>北海道産たらと野菜のメンチかつ | 4えびフライ・タルタル<br>ウインナーと夏野菜のラタトゥイユ | 5鶏肉とじゃが芋のハニーマスタード炒め<br>銀鮭の塩焼き |
| 10ローズとんかつ・おろしポン酢<br>ますの西京漬け  | 11山の日                           | 12夏季休業                        |
| 17厚切りハムかつの卵とじ<br>かれいのマヨコーン焼き | 18焼き鯖の南蛮漬け<br>鶏肉のアジアン風炒め        | 19ケイジャンポーク<br>いかフライ           |
| 24親子煮<br>野菜コロケ               | 25鶏もも唐揚げ<br>たらの和風生姜あんかけ         | 26ハンバーグ<br>あじフライ              |
| 31豚しゃぶ胡麻だれ<br>玉子サラダフライ       | 🍷 少しでも Rich な気分を! 🍷             |                               |

【お願い】●お弁当は涼しい場所に置いて下さい●13時までにお召し上がり下さい●食材の関係でメニューが変更になる場合がございます●完売になる場合がございます●価格は税込み価格です

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



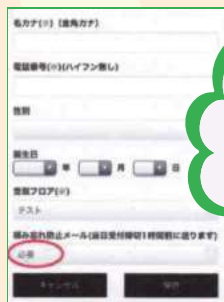
## 〃個人注文・個人決済〃

### 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

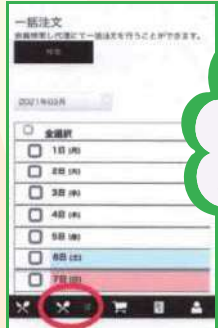
ご注文締切り1時間前に、頼み忘れを防ぐ為の「頼み忘れ防止メール」をお送りすることが出来ます。  
【会員情報】ページより設定が可能です。



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。

