

◆お知らせ◆

予告!!”冷凍弁当”通販始まります!

冷凍弁当の通信販売を近日開始いたします。

人気の美味しいお弁当をいつでも、どこでも気軽にお召し上がり頂けます。

開始日や詳細は WEB で公開します。ぜひお楽しみに!

★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

『お弁当テレビの冷凍弁当』始めました。

レンジで温めてお召し上がりいただけます。通常のお弁当と一緒にお届けします。お届け後は冷凍庫で保存をお願いします。

月	火	水	木	金
TV焼肉弁当(白)	TV焼肉弁当(黒)	TV麻婆茄子弁当	TVカツカレー弁当	TV焼肉弁当(黒)

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			
月	火	水	木	金	
5	6	7	1	2	
豚しゃぶポン酢 オムレツ天	メンチカツ・厚揚げと野菜の味噌炒 サバ塩焼き	ヤンニョムナゲット・麻婆豆腐 五目ひじき煮	春雨・豚ザーサイ炒め 温野菜	根菜つくね・厚揚げとブロッコリーの甘味噌 ロースハムキャベツ炒め	
12	13	14	8	9	
クリーミーフライ・豚ロース玉葱あん 卵と豚肉の木耳炒め	ウインナー串カツ・豆腐のきのこあん マカロニとロースハムのカレーソーテ	海老カツ・ポークシチュー 切り干し大根	イカ天串・豚すき たまごマカロニサラダ	ポローニャカツ・千草焼き甘酢あん 切り昆布と厚揚げの中華風煮	
19	20	21	15	16	
敬老の日	チキンカツ・豆腐の中華旨煮 さつま揚げ・こんにゃく・いんげん	ホキフライ・肉団子の酢豚風 フレンチ温野菜	若鶏豆腐ハンバーグ天・八宝菜 ブロッコリービーンズサラダ	豚カレー揚げ・茄子ポン酢 ロースハムキャベツ炒め	
26	27	28	22	23	
とんかつ ポークカレー	チキンナゲット・中華風焼肉 五目ひじき煮	海鮮焼売・豚ロースの酢豚あん たまごマカロニサラダ	イカバーグ・豚生姜焼き 自家製ハムマカロニサラダ	秋分の日	
5	6	7	1	2	
シーフードカレー Wヒレカツ	鶏のから揚げ 牛肉の彩りチャプチェ	ビーフメンチカツ トマトとツナのスパゲティ	ネギ塩だれ炭火風焼肉 鶏のレモンペッパー焼き	麻婆豆腐 アジフライ	
12	13	14	8	9	
WEビフライ ベーコンとイカのジェノベーゼ	坦々みそスンドゥブ 中華春巻&シューマイ	豚肉の生姜焼き 玉子サラダフライ	チンジャオロース 鶏の黒酢にんにく焼き	肉じゃが トマト包みメンチ	
19	20	21	15	16	
敬老の日	回鍋肉 とんかつ	秋のきのこハンバーグ がんもと椎茸の煮物	鶏のハーブ&ワインビネガー エビチリ風春雨炒め	台湾風ルーローハン 白身魚フライタルタルソースがけ	
26	27	28	22	23	
ポークハムカツ ほうれん草ペペロンチーノ	豚肉玉子木くらげ炒め 鶏の竜田揚げ	広東春雨 チキンカツ	チキントマトシチュー チーズメンチカツ	秋分の日	
	29	30	29	30	
			イカのチリソース 鶏と長ネギのねぎま炒め	豚丼風煮 カニクリームコロッケ	

◆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南蛮
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1 ネット注文による個人注文

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。
今回はネットからのご注文方法をご紹介します。



登録済みのメールアドレスとパスワードを入力して
ログイン



メニューからお好きなお弁当を
クリック



注文数を選んで
カートに入れる



確認して間違いなければ
注文する

注文完了

※詳しくはお問い合わせ下さい。



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。

