

オリンピック初の管理栄養士 高橋千恵美さん 監修 つばめアスリート弁当

燕市では、地産地消を促進し、地域経済の活性化を図るとともに、スポーツ選手のパフォーマンス向上を図るため、オリンピック初の管理栄養士である高橋千恵美さん監修による4種類の「つばめアスリート弁当」を開発しました。スポーツ大会や合宿、イベント等の際にぜひ「つばめアスリート弁当」をご利用ください。



スタミナアップ弁当



ごはん
焼肉
ひじきの煮物
ほうれん草の
ナムル
卵焼き
ブロッコリー
ミニトマト
オレンジ

パフォーマンスを上げたい人へ

891kcal ¥700(税込)

豚肉でタンパク質、ビタミンB1などが一度に摂取でき、手軽にスタミナ補給が可能です。

エネルギーチャージ弁当



おにぎり(鮭・梅・菜飯)
鶏ソテー
厚揚げと青梗菜の
オイスターソース
さつまいもの
レーズン煮
ちくわ磯辺揚げ
大根ときゅうりと塩昆布の浅漬け
ミニトマト

集中力を持続したい人へ

821kcal ¥700(税込)

炭水化物(糖質)を補給することで持続力や集中力をキープできます。

コンディショニング弁当



トマトピラフ
鶏肉のレモン和え
ほうれん草の
オムレツ
レンコンの
きんぴら
なすの揚げ
びたし
ゆず大根
りんご

体調を正常に維持したい人へ

820kcal ¥700(税込)

ビタミン類が摂取でき、免疫力を高め、風邪予防に効果があります。

疲労回復弁当



ごはん
いんげんと人参の肉巻き
さばカレー焼
かぼちゃコロッケ
ごぼうと枝豆の
きんぴら
きのこの含め煮
ぬか漬け
さくらんぼ

蓄積された疲労を回復したい人へ

822kcal ¥700(税込)

豚肉はビタミンB1が多く含まれており疲労回復に効果的です。



シドニーオリンピック陸上女子10,000m出場 高橋千恵美さん

※ご予約は、別紙注文票によりご利用日の1週間前までにお願ひします。(詳細は注文票をご覧ください。)
※注文のキャンセルは3日前までに、数量の変更は前日正午までに連絡をお願いします。
※1種類あたり5個から承ります。
※内容は季節により変更となる場合がございます。
※お茶は別料金です。

お問い合わせ・
ご予約は

調理協力店

・味彩燕(燕市大曲2458番地)
電話:0256-63-4624 FAX:0256-63-6866
・治田家(燕市米納津3923-4)
電話:090-3314-2873 FAX:0256-93-3693
・キッチン暖(燕市分水新町1-6-5)
電話:0256-98-6433 FAX:0256-98-6433

※食べられるのに捨てられてしまう食べ物を「食品ロス」といいます。余剰がでないよう注文し、おいしく食べきりましょう。