

業務用冷凍弁当



私たちがレシピと
味付けを
監修しました！

学校法人 食糧学院
東京栄養食糧専門学校
管理栄養士 金澤 敏文
管理栄養士 長島 彩子



*常食ときざみ食の
同一メニューを実現しました。
バランス良い定番メニューです。

1 ぶりの照焼き弁当

ご飯と相性の良い、ぶりの照焼きがメインのお弁当です。甘辛いたれが染み込んだぶりの照焼きは、白いご飯との相性抜群！副菜には、人気の定番おかず「肉じゃが」、チングン菜の和え物、箸休めに白花豆の甘煮を添えました。カルシウムやカロテンが豊富なチングン菜は、ナムルにしてごま油と一緒にすることで、栄養素の吸収率がアップするように工夫しています。



- ぶりの照焼き
- 厚焼玉子
- 肉じゃが
- チングン菜のナムル
- 白花豆

2 さばの塩焼き弁当

DHA、EPAなどのオメガ3脂肪酸、良質のたんぱく質を多く含む鯖の塩焼きに、ビタミン、ミネラルたっぶりの副菜を組み合わせた、栄養価の高いお弁当です。ごぼう、れんこん、切干大根など、食物繊維が多く含まれているメニューですが、しっかりと下茹でをし、柔らかく仕上げています。



- さばの塩焼き/キャベツ・かまぼこ
- 筑前煮
- ほうれん草の胡麻和え
- 茄子の味噌炒め

3 赤魚の西京焼き弁当

赤魚を自社特製の西京味噌に漬け込み、ていねいに焼き上げました。身はふっくらとし、優しい味わいです。副菜には、小エビがアクセントの焼きビーフン、南瓜、菜の花と見栄えがとてもきれいな、彩り豊かなお弁当です。行楽にもおすすめです。



- 赤魚の西京焼き/オクラ
- ミートボール
- 焼きビーフン
- 南瓜サラダ
- 菜の花の煮浸し

4 天ぷら盛り合せ弁当

豪華な天ぷら盛り合せのお弁当です。副菜の炊き合わせも柔らかく、たんぱく質もとれるよう高野豆腐を入れました。甘辛く煮た豚のしぐれ煮、サッパリとしたごま酢あえは、胃腸の働きを助け、疲れた体の回復にも役立ちます。



- 海老天、かき揚げ、さつま芋天
- 炊き合わせ
- 豚肉のしぐれ煮
- 切干大根のごま酢和え

5 ハンバーグ弁当

ボリュームのあるハンバーグを本格的デミグラスソースで仕上げた、人気メニューです。人参に含まれるβ-カロテンは免疫力を活性化し、風邪予防などに効果があります。また大根葉にもカルシウム、β-カロテンがたっぶり。じやこと炒め合わせることで、さらにカルシウムたっぶりの副菜です。



- デミグラスハンバーグ
- スペゲティソテー
- 根菜といか団子の煮物
- 人参しりしり
- 大根葉の油炒め

イベント、緊急対策用、人手不足でお困りの時、栄養士さんのお休みの日に!!



- 現場の声から生まれた完全に業務用に特化した冷凍弁当です
- 最新設備の製造工場で万全の安全性と衛生管理（平成27.5月完成）
- 施設様で使用しやすい単価設定！●賞味期限は製造より1年

冷凍した状態でお届けします！

ワンオペレーションで調理
スチームコンベクション、レンジ対応可

1食分のお弁当（おかずのみ）

エネルギー	平均325kcal
たんぱく質	平均14.9g
食塩相当量	平均2.1g

6 チキンステーキ弁当

チキンステーキは食べやすいやわらかさ、照り焼き味がごはんにぴったりの定番おかずです。お豆のトマト煮、ブロッコリーのサラダなどの副菜で、たんぱく質をしっかりと摂れるメニューになっています。全体的に洋風に仕上げ、彩りよいお弁当で、イベントなどにもおすすめです。



- チキンステーキ
- ほうれん草ソテー
- お豆と野菜のトマト煮
- ブロッコリーとツナのサラダ
- きのこソテー

7 豚肉の生姜焼き弁当

生姜の風味がさわやかな、豚肉の生姜焼きがメインです。豚肉に含まれるビタミンB1は、玉ねぎと一緒に食べることでさらに効率よく摂取することができ、新陳代謝を活性化し、疲労回復に効果的です。副菜にはひじきやカリフラワー、野菜の揚げ浸しを取り入れ、食物繊維が豊富な、バランスの良いお弁当です。



- 豚肉の生姜焼き
- 厚焼玉子
- 野菜の揚げ浸し
- ひじきの煮物
- カリフラワーとツナの胡椒炒め

8 八宝菜弁当

八宝菜をメインに焼売が入った中華弁当です。八宝菜はあんのなめらかなどろみがとても食べやすいメニューです。副菜の南瓜のそぼろ煮は、生姜風味が食欲を増します。また、胃の粘膜の保護や、整腸効果があるといわれるオクラを使つたあかか和えなど、野菜を多く摂れるお弁当になっています。



- 八宝菜
- 南瓜のそぼろ煮
- オクラのあかか和え
- 厚焼玉子
- 焼売の甘酢あんかけ

9 黒酢豚風弁当

豚肉の代わりに柔らかく食べやすい肉団子を使った酢豚風炒めです。まろやかで香高い黒酢を使用し、疲労回復の効果もある体にうれしいメニューです。副菜には煮豆を組みあわせ、たんぱく質を補い、マカロニサラダで味に変化をつけています。



- 黒酢豚風
- 春巻/ブロッコリー
- 煮豆
- マカロニサラダ

10 牛すき煮弁当

牛肉を焼き豆腐、野菜と甘辛く煮た、ごはんの進むおかずです。お祝い膳としてもご提供いただけます。副菜は、柔らかい海老団子を優しい味の野菜あんかけにし、料理によって味のメリハリをつける工夫をしています。さつま芋はレモン蜜を絡めてしつとりと、栄養価の高い小松菜はハムとバターソテーすることで、さらにその吸収が高まります。



- 牛すき煮
- 海老団子のあんかけ
- さつま芋のレモン煮
- 小松菜のソテー

オプションでトレー入りの
冷凍白飯・冷凍お粥もご用意できます



東亞食品工業株式会社

【名古屋営業所】

〒464-0075 愛知県名古屋市千種区内山2-5-16

※ご発注・お問い合わせは

TEL:052-733-9317 FAX:052-733-9318

Mail : nagoya@toashokuhin.co.jp

【本社】

〒336-0931 埼玉県さいたま市緑区原山2-8-15

URL : http://www.toashokuhin.co.jp