

ふじえだ健やか弁当 第4弾

藤枝市市制施行70周年記念バージョン

地元の旬の食材をふんだんに使用し、藤枝市の魅力が詰まったお弁当が完成しました！

“蹴球都市”
藤枝を象徴
**サッカーボール
金芽米おにぎり**

今が旬！
**サバの竜田揚げ
～黒酢だれ～**

郷土料理“染飯”
を使った
**染飯の
サッカーボール
おにぎり**

オクラ★
がかわいい
**地元野菜の
キッシュ風**

生姜でさっぱり！
**青菜の
ごま和え**

特産の
肉厚しいたけを使用！
**しいたけの
肉詰めフライ**

大学芋
ほくっと
おいしい！

**旬野菜の
チーズ焼き**

**きのこの
炊き込みご飯**
秋の味覚を満喫！

藤枝特産の
みかん

栄養価

エネルギー : 676kcal
 タンパク質 : 22.4g
 脂質 : 23.0g
 炭水化物 : 95.5g
 食塩相当量 : 2.2g


全部で野菜は121g！
 1日の目標量の1/3以上をとれます！


 ふじえだヘルシー認定店である
 「食彩ステーションランナー」、
 「まんさいかん藤枝店」と共に、
 開発・販売をしています。

