

ふじえだ健やか弁当 春の風のご紹介

1 お弁当の内容



サッカーボール おにぎり	アスパラの 肉巻き	染飯
野菜と ベーコンの キッシュ風	彩り野菜	にんじん しりしり
しいたけ入り コロッケ	しらすご飯 桜花漬け添え	季節の果物・ 桜もち

春

華やかさと桜・花見・行楽をイメージし

春の風を感じる旬の食材(アスパラ・しいたけ・しらす・桜花漬け・桜もち)を使用しました。

～ふじえだらしき～

藤枝市の食材の使用

藤枝で採れた野菜や果物を使用。
お米はJAおおいがわ管内でとれたお米「きぬむすめ」を100%使用した「金芽米」を使用。独自の精米技術でお米本来の美味しさと栄養を両立している。

そめいい
染飯



染飯は「瀬戸の染飯」と言われ、旧東海道の上青島村瀬戸町（現在の藤枝市）の茶屋で戦国時代から売られてきており、東海道の名物として知られてきたもの。もち米を蒸した強飯をくちなしの実で染めてすりつぶし、薄くのぼして小判の形などにして干して作られていた携帯食。令和3年度、100年フードに認定された。

2 栄養価について

エネルギー	698kcal
たんぱく質	22.6g
脂質	23.0g
炭水化物	101.4g
食塩相当量	2.2g
野菜量	137g

サッカーボールおにぎり

大正13年に静岡県立志太中学校（現藤枝東高校）が開校し、蹴球が校技として定められたことから藤枝サッカーが始まった。市民のサッカーへの関心は非常に高く、競技者のみならず多くの人がサッカーに親しんでおり、スポーツの枠を超えた市の文化として根付いている。
令和6年にサッカーのまちの歩みも100周年を迎えた。

1日の目標野菜摂取量の
1/3以上が摂取できる!



～ふじえだヘルシー認定店の協力～

弁当製造している「食彩ステーションランナー」、弁当を販売する「まんさいかん藤枝店」はともにふじえだヘルシー認定店に認定されている。

