

(資料2)



健康中食への取り組み (スマートミール)

2019年4月22日
株式会社ファミリーマート

コンビニ中食として唯一「スマートミール」認証

Smart Meal
スマートミール

おかず
8品

炙り焼
鮭幕の内弁当

788円(税込850円)

容器サイズ(約):縦14.5×横22.5×高さ4.0cm
特定原材料:卵、乳、小麦

●銀鮭の炙り焼

●煮物(南瓜、がんも、人参、大根、オクラ)

●蓮根入り鶏つくね

●金平炒め(鶏器、ごぼう、人参)

●ほうれん草胡麻和え

●蓮根梅肉和え

●ひじき煮

●厚焼き玉子

●白飯(だしごま塩)

炙り焼 鮭幕の内弁当(1包装当たり)

●熱量…672kcal ●蛋白質…25.7g ●脂質…19.3g

●飽和脂肪酸…3.32g ●炭水化物…98.4g

●ナトリウム…1027mg(食塩相当量…2.6g)

日本高血圧学会
認証減塩食品を活用

2018年認証以降
ご予約弁当
売上前年比
250%

◆健康への配慮ポイント

1. 野菜を多めに(野菜量: 従来約35g → 本品約140g)
2. おいしく減塩(食塩相当量: 従来3.4g → 本品2.6g)
3. 炭水化物、脂質、タンパク質をバランスよく

第2回「スマートミール」認証

Smart Meal
スマートミール

バランスのよい「健康的な食事」をご自宅で

「スマートミール」とは…

1食の中で、**主食** **主菜** **副菜** が揃った
健康的な食事の事です。

野菜がたっぷり で、**食塩のとり過ぎ** にも
配慮しています。

「スマートミール」の詳細はこちら▶



おかず
9品

味わい御膳

788円(税込850円)

容器サイズ(約):縦15.5×横21.5×高さ4.5cm
特定原材料:卵、乳、小麦、えび

- 赤魚のみりん焼
- 天ぷら(海老、野菜のかき揚げ)
- 煮物(南瓜、がんも、椎茸、人参、大根、オクラ)
- 鶏の照り焼
- 金平炒め(蒟蒻、ごぼう、人参)
- ほうれん草胡麻和え
- 蓮根梅肉和え
- 小松菜だし煮
- 厚焼き玉子
- 茶飯
- 白飯(だしごま塩)



スマートミールの
「しっかり」の基準[※]に適合!

※「しっかり」の基準は裏面をご覧ください。

味わい御膳(1包装当たり)

●熱量…657kcal ●蛋白質…28.0g ●脂質…19.7g ●飽和脂肪酸…2.89g
●炭水化物…92.0g ●ナトリウム…1139mg(食塩相当量…2.9g)

第2回スマートミール認証 選べる2種類の品揃え
野菜量：約160g 食塩相当量：約2.9g

ご予約チラシ

心からの
おもてなし

御予約弁当

FamilyMart

特別な日に、
いつもより
ちょっと贅沢を

おかず
11品

和風御膳

926円(税込1,000円)

※お祝い用
※お祝い用
※お祝い用

Smart Meal
スマートミール

「スマートミール」とは…
1食の中で、
栄養的・健康的な食事の事です。
野菜がたっぷり、食味のバランスにも
配慮しています。

「スマートミール」の味を味わう

おかず
9品

味わい御膳

788円(税込850円)

※お祝い用
※お祝い用
※お祝い用

Smart Meal
スマートミール

おかず
8品

炙り焼 鮭幕の内弁当

788円(税込850円)

※お祝い用
※お祝い用
※お祝い用

Smart Meal
スマートミール

おかず
9品

寿司詰め合わせ

676円(税込730円)

※お祝い用
※お祝い用
※お祝い用

Smart Meal
スマートミール

おかず
9品

赤飯

343円(税込370円)

※お祝い用
※お祝い用
※お祝い用

お申し込み方法

ご入用日の3日前の午前9時までにお申し込みください。

お渡し日時
2019年2月22日(金)
2019年2月19日(火)午前9時まで

お支払い方法
現金・クレジットカード・コンビニ決済

お支払い方法

現金・クレジットカード・コンビニ決済

お支払い方法
現金・クレジットカード・コンビニ決済

全国のファミリーマート店舗で1個からご予約承っております。

※北海道を除く、沖縄県は「味わい御膳」のみの取り扱い