



# 減塩弁当メニュー

塩かげんも  
あまちゃん  
で  
('jij') /

## ①カラダがよろこぶやさしいお弁当 ¥1,080 (税込)



- ・減塩さばの南蛮漬
- ・炭火焼チキンと夏野菜のチリソース
- ・生平さんの椎茸入り千草焼
- ・しらたききんぴら
- ・もち麦ごはん (黒ごま・むき枝豆)
- ・フルーツ

健康な食事の基本「まごわやさしい」を取り入れ 塩加減をおさえ、素材のおいしさを引出したカラダがよろこぶやさしいお弁当です。

【①のご注文先】

お食事処おのみ屋

久慈市長内町34-26-1 定休日：年末年始  
営業時間11:00~17:00 (Lo16:30)

TEL0194-52-1155

※10個から注文受付、ご注文は3日前まで。  
配達については予約状況により要相談。

## ②健康は一日にしてならず弁当 ¥1,080 (税込)



- ・ごはん
- ・鶏肉の粕みそ漬
- ・鮭の塩焼き
- ・卵焼き
- ・イカ大根
- ・お浸し
- ・中華サラダ
- ・トマトのシロップ漬
- ・漬物
- ・牛乳寒天
- ・季節の果物

琥珀サーモンを使用した鮭の塩焼き等、地産地消をコンセプトに久慈地域の食材を竹の露ならではの味付けで仕上げました。ぜひご賞味ください。

【②のご注文先】

竹の露

久慈市川貫第6地割42-1  
年中無休・予約のみ

TEL0194-53-3985

※10個から注文受付、ご注文は7日前まで。  
配達エリア等の詳細はお問合せください。

### 【留意事項等】

- ・減塩弁当は、600kcal程度、塩分2g未満を基準に調理されています。
- ・季節や入荷の状況により一部内容が異なることがあります。
- ・表示価格は発行日時点の情報であり、現時点の価格と異なることがあります。
- ・他の予約状況等により、対応できない場合もありますのでご了承ください。
- ・減塩弁当は要予約で、店舗では販売していません。
- ・上記減塩弁当は、令和5年8月20日に久慈市で開催された「塩かげんもあまちゃん♪減塩フェスタ in久慈」において販売された弁当です。

※減塩弁当のご注文は直接

【事業全体の問い合わせ先】岩手県久慈保健所 TEL0194-66-9680 各業者様へお願いします。