



栄養バランスを考えた安心・安全なお弁当

高齢者向け 配食サービス

初回1食
無料

1食からでも
お届けします



後払いできる
お弁当です！



安心・安全のまごころ弁当

板橋中央店

普通食

ご高齢者向けの栄養バランスや食べやすさはもちろん、
食材の安全や食の楽しみにもこだわって調理しています。

おかずのみ **490円税込** おかずとごはん **550円税込**



内容の例

ごはん

担当者が産地を巡り歩き、お弁当に合う「冷めても美味しい」お米を厳選。
ふっくらと美味しく炊き上げました。

照焼チキン

和食の定番の照焼チキンです。鶏肉のうま味が凝縮されています。

茹でブロッコリー

栄養価が高いブロッコリーを茹で、さっぱりとした食感で素材のそのまを味わえます。

イカと野菜の煮物

やわらかいイカと色とりどりの野菜を煮物にしました。色鮮やかな野菜が食欲をそそられます。

南瓜のクリーミーサラダ

甘くておいしい南瓜をクリーミーにサラダ仕立てにしました。

青菜と干しエビの炒め物

青菜と干しエビの相性がバッチリの炒め物です。

掲載の写真は全て献立の一例です

まごころ小町

美味しさはそのままに、低カロリー・低塩分のお弁当。お求めやすいお手頃価格です。

小町 **420円税込** 小町(大) **450円税込**



照焼チキン



カレーの生姜煮

糖質カロリー調整食

カロリーをバラツキの少ない一定の値に調整し、栄養バランスの良いカロリー計算が必要な方に適したお弁当です。ダイエットや食事療法も無理なく続けられます。

おかずのみ **702円税込** おかずとごはん **756円税込**



鶏肉と根菜の煮物

●カロリー 262kcal ●たんぱく質 12.0g ●脂質 8.6g
●炭水化物 33.3g ●ナトリウム 610mg ●食塩相当量 1.5g



赤魚の煮付け

●カロリー 222kcal ●たんぱく質 12.4g ●脂質 8.8g
●炭水化物 22.2g ●ナトリウム 556mg ●食塩相当量 1.4g

※おかずのみ1食あたりの栄養価です

たんぱく調整食

かかりつけの医師による指導があり、たんぱく質の摂取量の注意が必要な方へ



ハンバーグトマトソース

おかずのみ

786円税込

おかずとごはん

830円税込

おかずとたんぱく調整ごはん

918円税込

たんぱく調整食の栄養基準

1食あたり ※おかずのみ

カロリー	294kcal
たんぱく質	10g以下
脂質	16.9g
炭水化物	29.1g
カリウム	500mg以下
リン	210mg
食塩相当量	1.7g

ムース食

おかずのみ

630円税込

おかずとごはん

690円税込

食べ物を噛むことや、飲み込むことが困難な方に適したムース食です。見た目の美味しさや料理の香りも兼ね備えているので、美味しい食事を安心してお召し上がり頂ける新しい食事形態です。



うなぎの蒲焼ムース



牛すき焼きムース

まごころ畑からのお知らせ

皆様に安心・安全な野菜を食べていただきたくて、土づくりからこだわり、まごころをこめて農作物を育てています。

私たち生産者の愛情と、自然の恵みをたっぷり受けた新鮮野菜をお召し上がりください。





やさしい食材で手作りしています。

POINT1

厳選食材を手作りで加工

契約農家による野菜栽培を心掛け、安心・安全な食材にこだわり抜きました。収穫した野菜についても徹底した衛生管理のもと、手作りで加工しています。

POINT2

食事の楽しみを最大限に

ご高齢者様が食べやすい大きさ・形・固さはもちろん、必要以上に薄味にならないようにだし汁で下味をつける、食感を大切にするなど、食の楽しみにもこだわっています。



POINT4

季節に合わせた 彩り豊かなメニュー

季節に合わせてメニューを入れ替え、お客様のお声を頼りに絶えずリニューアルをしております。

POINT3

栄養バランスの良い日替わり献立

ご高齢者様に必要な栄養素を目安に、専属の栄養士がバランスよく献立を考えています。和・洋・中のバラエティに富んだメニューで毎日の食事をお楽しみ頂けます。

POINT5

1人ひとりに合わせた個別対応

噛む力、飲み込む力が低下した方のために、おかゆや刻み食のご要望にも無料でお応えしています。

お気軽にお申しつけください

注文方法

お電話又はFAXでお申込みください

お電話での注文方法 ご注文・キャンセルは前日までをお願い致します

- 1 **・お名前・ご住所・お電話番号** をお伝えください。
- 2 **・配送日をご指定ください** ご注文の次の日から配達可能です。
- 3 **・昼食のみ・夕食のみ・昼と夕 両方**
のいずれかをご指定ください。
- 4

まごころ小町

普通食

糖質カロリー調整食

ムース食

の場合

・おかずのみ
・ごはんセット
からお選びください。

たんぱく調整食

の場合

・おかずのみ
・ごはんセット
・たんぱく調整ごはん
からお選びください。
- 5 **・おかゆ・きざみ・一口大** などのご希望をお伝えください。
- 6 **・毎回現金・振込・月末まとめ払い・口座振替**
お支払い方法をご指定ください。
(自動引落)

※配達後なるべく早めにお召し上がりください。食べ残しなどは翌日に食べたりせず、必ず廃棄処分してください。



板橋中央店

お問合せの際には、電話番号をよくお確かめのうえ、くれぐれもおかけ間違いのないようお願いいたします。

お問い合わせ・
ご注文は

TEL ゼロ サン ログ キュウ ゼロ ログ ゴ サン ゼロ サン **03-6906-5303**
FAX **03-6906-5304**

住所 板橋区高島平1-20-5 飯島ハイツ105

<http://www.magokoro-bento.com/>

まごころ弁当



※定休日は日曜日(お正月の3が日はお休み致します)

2025 年 10 月吉日

お客様各位

まごころ弁当板橋中央店

オーナー 鈴木雅人

価格変更のお知らせ

拝啓 時下ますますのご清栄のことと心よりお慶び申し上げます。平素は格別のご愛顧を賜り厚く御礼申し上げます

さて、ご高承のとおり、原料価格等の高騰によるコストアップが著しい中、経費節減、合理化に取り組んで参りましたが、検討むなしく、従来の価格を維持する事が困難な状況となりました。

つきましては、誠に不本意ではございますが、2025 年 11 月 1 日（土）お届け分より下記の通り販売価格の改定をさせていただくこととなりました。

何卒、諸事情をご賢察のうえ深いご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

敬具

記

<新価格>

普通食 おかずのみ	580 円
普通食 おかずとごはん	660 円
まごころ小町	530 円
まごころ小町(大)	580 円
カロリー調整食 おかずのみ	730 円
カロリー調整食 おかずとごはん	780 円
たんぱく調整食 おかずのみ	830 円
たんぱく調整食 おかずとごはん	890 円
たんぱく調整食 おかずとたんぱく調整ごはん	980 円
ムース食 おかずのみ	710 円
ムース食 おかずとごはん	800 円
ごはん大盛	+50 円
おかず大盛	+100 円

以上