

食べて健康! 健幸弁当

健幸弁当ってなに?

別府市民の健康づくりを応援するため

別府市内のお弁当屋さんと

別府市の管理栄養士が

タッグを組んで開発した健康的なお弁当です。



健幸弁当
ココが
ポイント!

1食あたり
700kcal
程度

食塩相当量
3.0g以下

野菜料理が
1品以上



menu

創作味工房やま家

別府市中島町17番1号
TEL.0977-26-2120

エネルギー 742kcal
食塩相当量 3.0g

お母さんのまごころ健幸弁当 **650円** 税込

ポイント

- 愛情こめて丁寧に全部手作り!
- 天然だしを使って美味しく減塩!
- とにかくおかずがたっぷり!

※2日までの事前予約が必要です。配達不可。

営業日は月・水・金ですが、他の曜日を希望の方は相談に応じます。

コープおおいた 別府店

別府市鶴見3904-2 TEL.0977-75-9800



エネルギー 481kcal
食塩相当量 2.2g



エネルギー 552kcal
食塩相当量 2.5g

まごころ弁当 **各537円** 税込

ポイント

- あごだしを使用した手作り玉子焼きやにんにくの風味がしっかり効いている唐揚げです。
- 直接店舗にてお買い求めください。
- その他エネルギー表示がされているお弁当多数あります!

※ご予約の際はお受け取り希望日の5日前までに事前予約が必要です。配達不可。

日の出弁当本舗

別府市光町23番1号
TEL.0977-21-1010

ポイント

鶏のトマト煮はしっかり味付けし、副菜を薄味に。味付けのメリハリをきかせることで満足感をキープ!

鶏のトマト煮弁当

エネルギー 707kcal
食塩相当量 2.8g

エネルギー 702kcal
食塩相当量 2.9g

チキンカツ弁当

ポイント

チキンカツには細引きのパン粉を使用することで、余分なエネルギー・油をカット!

各540円 税込

※5日前までの事前予約が必要です。

注文は15個から承ります。別府市内は配達可。

マックスバリュ 別府店・別府上原店

別府店 別府市新港町4-39
TEL.0977-23-1825

別府上原店 別府市上原町9番3号
TEL.0977-27-5155



エネルギー 575kcal
食塩相当量 2.5g

中華あんかけ弁当

ポイント

- 1/3日分野菜が摂れる中華あんかけ弁当です。
- 豚肉、海老、うずらの卵などお子様に人気の食材も使用しています!

498円 税込

※・ご予約の際はお受け取り希望日の4日前までに電話での予約が必要です。

・予約数量が多い場合は店舗へ相談をお願いします。

・クリスマス、年末年始などの繁忙期の予約不可。

・配達不可。