

毎日のことだから、
確かなおいしさをお届けします。

ご高齢者のみなさまに、
ずっと元気に暮らしていただきたい。
そんな想いから「宅配クックワン・ツウ・スリー」は、
ご高齢者に「安心」「安全」なお食事を楽しんで
いただくため、献立づくりや宅配サービスまで、
しっかりこだわりました。
「お変わりありませんか」の声といっしょに、
おいしく栄養バランスのとれた
お弁当をお届けします。

お届けするメニューは
毎日日替わり。
昼食も夕食も
必要な時にいつでも
お届けします。

旬の食材はもちろん、
食材本来のおいしさを自然に味わっていただける
味わい豊かなお弁当を毎日日替わりで
楽しんでいただけるように努めております。

ご高齢者向け 宅配弁当 のご案内



ご注文は前日の夕方までにお電話で!

- 1 まず、お名前・ご住所・お電話番号をお伝えください。
- 2 お弁当の種類をお伝えください。
- 3 ごはんの有無を **ごはんつき** または **おかずのみ** をご指定ください。 をお選びください。
- 4 **朝食・昼食・夕食をご指定ください。**
昼食のみ 夕食のみ 朝食と昼食 朝食と夕食 昼食と夕食 朝食と昼食と夕食
のいずれかをお選びください。※朝食のみは承っておりません。
- 5 食物アレルギーの有無をお伝えください。
緊急のご連絡先がありましたらお伝えください。
- 6 お届け日を **毎日** または **指定の日** をご指定ください。
(日にちや、曜日でも指定いただけます。)
- 7 お支払い方法は
 ① 毎回現金払い ② 月に1回または2回の現金まとめ払い
 ③ 月に1回の振り込み払いなどがございます。
 詳しくは店舗にお問い合わせください。

●詳しくは下記店舗までご相談ください。

※お預かりした個人情報は、商品のお届けサービスの提供およびそれに係るご連絡(必要な場合のみ)と次回のご注文のご案内のために利用させていただきます。また、法令に定める場合を除き、ご本人の承諾なしに第三者(業務委託先を除く)に個人情報を提供することはありません。
 (株)シニアライフクリエイトは、FamilyMartグループです。



「すべてはご高齢者のために」

向こう三軒両隣のちょっとお節介な弁当屋です。



ご利用される、みなさまの声を聞き、ご満足いただけるサービスでお応えします。



1ッ **栄養の偏りを防ぎ、
バランスの良い献立を
作成しています。**

お食事は毎日のことだから
おいしく、楽しく、安全に。

- ① 栄養バランスに配慮した献立
- ② 味つけはもちろんやわらかさや大きさにも配慮して食べやすく
- ③ 月に一度の特別なお楽しみ「行事食」
※行事食のお届け日は店舗にご確認ください。

行事食例



2ッ **「お客様に会いに行く」
の気持ちで、お弁当は
手渡しが原則です。**

手渡し「会いに行く」ことで
安否確認をしています。

- ① 配達時にお声がけ
- ② 緊急時にはご家族様、ケアマネジャーに連絡



3スリー **お食事にお困りの
方々を放っておくことは
できません。**

高齢者専門だから
しっかりサポートいたします。

- ① 土・日曜日と祝日もお届け
- ② 前日18時までご注文の変更が可能
- ③ 必要な時に1食からのご注文もOK
- ④ きざみ、おかゆも無料で対応



みなさまの体調や健康状態に合わせて様々なニーズに対応しております。

健康寿命を伸ばすことを考えた日替りメニューが評判です!!

123の 普通食

※食まで食べられるように加工してある商品もございます。

健康に配慮し毎日のお食事を楽しみたい方へ

お届け例



春夏秋冬の季節に応じて、容器が変わるのも“お楽しみ”のひとつ。



お煮メ

- ・お煮メ
- ・小松菜の和え物
- ・五目揚げ豆腐
- ・金時豆
- ・白菜漬け

おかずのみ

540円 (税込)
500円 (税別)

おかず+ごはん

594円 (税込)
550円 (税別)

栄養価例	おかず	おかず+ごはん
エネルギー	207kcal	493kcal
食塩相当量	2.1g	2.1g

【1ヵ月の平均値】 ※ごはんは170gです。

- 栄養のバランスがとれたお食事
- やわらかさ、大きさに配慮
- 日替りで豊富な献立

123の 健康ボリューム食

活動的でしっかりとお食事を楽しみたい方へ

お届け例



豚肉炙り焼き

- ・豚肉炙り焼き
- ・キャベツと人参の炒め
- ・野菜の巾着煮
- ・花形人参
- ・おさつ甘露
- ・野沢菜漬け
- ・梅ごぼろ

おかずのみ

606円 (税込)
562円 (税別)

おかず+ごはん

660円 (税込)
612円 (税別)

栄養価例	おかず	おかず+ごはん
エネルギー	324kcal	660kcal
食塩相当量	3.0g	3.0g

【1ヵ月の平均値】 ※ごはんは200gです。

- 栄養バランスとボリュームにこだわったお弁当

123の 朝食

1日の始まりの朝にもしっかり食事をとりた方へ

※昼食・夕食ご利用の方が対象のサービスとなります。



パンセット **275円** (税込)
255円 (税別)



クロワッサンセット **216円** (税込)
200円 (税別)



おじやセット **313円** (税込)
290円 (税別)



セットの飲み物は選べます

アイソカルジェリーHC

食事にプラスワンで簡単手軽にエネルギーアップ。

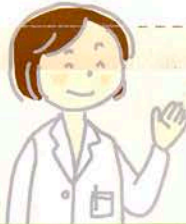
ゼリー単品 **129円** (税込)
120円 (税別)

「普通食」セット **723円** (税込)
670円 (税別)

手軽に150kcal摂取したい方へ

栄養価例
エネルギー 150kcal/1個(66g)

※朝食・アイソカルジェリーHCは昼食、夕食とご一緒に持ちいたしますので、単品でのご注文はご遠慮ください。



病気療養中など栄養価の調整が必要な方へ

さまざまな症状により、ご自宅での食事に注意が必要な方のためにおすすめメニューです。

カロリー・塩分調整食	消化にやさしい食	たんぱく・塩分調整食	透析食	おかずのみ	おかず+ごはん
調整食	やさしい食	たんぱく・塩分調整食	透析食	777円 (税込) 720円 (税別)	820円 (税込) 760円 (税別)

123の カロリー・塩分調整食

エネルギーや塩分の調整が必要な方へ



赤魚と豆腐の寄せ煮

エネルギー	240kcal
たんぱく質	16.0g
脂質	13.0g
炭水化物	14.8g
食塩相当量	2.0g未満

※おかずのみの栄養価基準となります。

123の たんぱく・塩分調整食

たんぱく質や塩分の調整が必要な方へ



ハンバーグデミソース

エネルギー	310kcal
たんぱく質	10.0g
脂質	17.0g
炭水化物	29.3g
カリウム	500mg以下
リン	170mg以下
食塩相当量	2.0g未満

※おかずのみの栄養価基準となります。

123の 透析食

◆治療を目的とした商品ではございません。

透析治療中の方へ



さんまの塩焼き

エネルギー	240kcal
たんぱく質	16.0g
脂質	13.0g
炭水化物	14.8g
カリウム	600mg以下
リン	225mg以下
食塩相当量	2.0g未満

※おかずのみの栄養価基準となります。

123の 消化にやさしい食

食材や調理方法を工夫し胃や腸に負担の少ないお食事を作りました。

こんな方におすすめ

- 体調不良で消化機能が弱っている方
- 消化器系の手術後自宅療養の方
- 消化器に不調のある方 など

医師または管理栄養士にご相談ください。



ゆで豚の和風ソース

エネルギー	179kcal
食塩相当量	1.5g

※おかずのみの栄養価となります。

123の スマイルケア食

「スマイルケア食」は農林水産省が認定した新しい介護食品の要諦です。



やわらか食

◆特別用途食品(えん下困難者用食品)ではございません。

入歯・義歯等により、さざみ食が食べにくい方へ



カツ煮

エネルギー	198kcal
食塩相当量	1.1g

※おかずのみの栄養価となります。

ムースセット食

◆特別用途食品(えん下困難者用食品)ではございません。

噛む力、飲み込む力が弱っている方向け



チキンのトマトソース煮

エネルギー	221kcal
食塩相当量	1.5g

※おかずのみの栄養価となります。

「カロリー・塩分調整食」「たんぱく・塩分調整食」「透析食」「消化にやさしい食」「スマイルケア食」は、医師または管理栄養士の指導のもとご利用ください。 ※特別用途食品ではございません。