

お申し込み方法のご案内



ご相談
お申し込み



0120-016-113

受付時間 9:00～17:00(月～土) ※日曜定休、年末年始は休業日

管理栄養士による
相談も承ります

ご注文・変更・キャンセル

冷蔵 3日前17時まで

※日曜日を挟む場合は4日前17時まで

必要事項 お名前／ご住所／連絡先／緊急連絡先／食事の種類



土日祝日も配達いたします※

お客様のペースで必要量をお届けします

※日曜お届けがない商品もございます。



受け取る

自社
配送

送料無料
(月～土)です。



※左記エリア内でも配達できない地域もございます。詳しくはお問い合わせください。※日曜日および年末年始は、宅配便にてお届けします。(野菜がとれるおかずセット、おてごろおかずは除く)

ヤマト
運輸
配送

132円(税込)※1配送(6食毎)



冷蔵
配送エリア



お支払い

自社
配送

初回 コンビニ翌月払い

2回目以降
①コンビニ翌月払い
②口座引落※
③クレジットカード

(初回のみスマホでの事前登録要)

ヤマト
運輸
配送

①代金引換※

手数料330円(税込)

※複数日のご注文の
まとめ前払い可能です。

②口座引落

①代金引換※

手数料330円(税込)

※複数日のご注文の
まとめ前払い可能です。

②口座引落

※引落とし口座の登録完了までに、お申込みから1～2ヶ月程度要する場合がございます。



健康宅配
オンラインショップ

インターネット注文なら、初回よりクレジットカードがご利用いただけます。

ご利用いただける
クレジットカード



返品について

商品お届け時点での外装不良、商品不良は、弊社0120-016-113までご連絡ください。内容に応じて、速やかに対応させていただきます。
上記以外のお客様都合の返品はお受け出来ません。



株式会社 武蔵野フーズ 健康宅配本部

〒351-0033 埼玉県朝霞市浜崎3-17-9武蔵野グループR&Dセンター3F

健康宅配
公式LINE



お役立ち情報発信中!



2024.09 発行



毎日選べる

冷蔵食

Musashino Foods Refrigerated food

[塩分・カロリー調整食]すこやか膳

[たんぱく調整食]やすらぎ膳

[普通食]おてごろおかず

[普通食]野菜がとれるおかずセット



日替わり献立を
楽しみたい方におすすめ。



株式会社 武蔵野フーズ



【塩分・カロリー調整食】すこやか膳

糖尿病・高血圧・メタボが気になる方など、健康的な食生活を心がけたい方におすすめのお食事です。

2食セット、3食セットのメニューの組み合わせはお好みで

- A 魚メイン
 - B 色々バラエティ
 - C 肉メイン
- から選べます。



なんで日替わり献立なの？

飽きずに食事療法を続けていただきたく、日替わりで3種類のメニューをご用意しております。ABCメニューの他に、月に数回S(スペシャル)メニューをお選びいただけます。ちらし寿司や麺類など季節に合わせたメニューをお届けします。



1日1食で良い、2食もいらないんだけど…

すこやか膳、やすらぎ膳はお届け日翌日の14時までお召し上がりいただけます。1日置きにご注文いただければ、届いたその日の夕食に1食、もう1食は翌日の朝食もしくは昼食としてお召し上がりいただけます。

例1 デイサービスの日に合わせて		デイサービスは「火・木・土」。置き配達にして帰ってきてからの夕食と翌日の昼食にしています。					
	月	火	水	木	金	土	日
		A B		A C		A B	
※消費期限はお届けの翌日14時まで							
例2 ご夫婦の夕食に		献立を見て好きなメニューを頼みます。急な外食の日は翌日に食べています。					
	月	火	水	木	金	土	日
	A A			C C		B C	
※消費期限はお届けの翌日14時まで							

お食事 A B C の組み合わせは自由。

2食・3食セットともにお食事の組み合わせは自由です。

おかず

2食セット
1,640円(税込)

おかず

3食セット
2,460円(税込)

【1食あたり目安】エネルギー/250kcal たんぱく質/14g 脂質/12g 炭水化物/20g(うち糖質17g) 食塩相当量/1.9g
カリウム/550mg リン/210mg 食物繊維量/4.2g

食物繊維入り

宮城県産
ひとめぼれを
使用した、おいしい
ごはんです。

おかず+ごはん
[150g]
2食セット
1,900円(税込)

おかず+ごはん
[150g]
3食セット
2,850円(税込)

【1食あたり目安】エネルギー/485kcal たんぱく質/17g 脂質/13g 炭水化物/74g(うち糖質67g) 食塩相当量/1.9g
カリウム/600mg リン/270mg 食物繊維量/8g

※ごはんは血糖値の上昇を緩やかにする食物繊維入りです。※パンの日もございます。

季節のスペシャルメニューのご紹介

春



かにといくらのちらし寿司

夏



鰻のひつまぶし風だし茶漬け

秋



鴨すき煮風うどん

冬



クリスマス御膳



詳しくはこちら



詳しくはこちら



【たんぱく調整食】 やすらぎ膳

腎臓病の方むけにおかず1食あたりのたんぱく質を約12gに調整した日替わりのお食事セットです。たんぱく質、塩分、リン、カリウム等が調整されています。

2食セット、3食セットのメニューの組み合わせはお好みで

- A 魚メイン**
 - B 色々バラエティ**
 - C 肉メイン**
- から選べます。



指示量別のご用意ガイド

冷蔵たんぱく調整食をご注文の方は、医師・管理栄養士からの指導による指示量を目安に、下記ガイドをご利用になって必要なお食事をお選びください。



お食事の組み合わせは自由。

2食・3食セットともにお食事の組み合わせは自由です。

おかずのみ



2食セット
1,640円 (税込)

おかずのみ



3食セット
2,460円 (税込)

【1食あたり目安】エネルギー/260kcal たんぱく質/11g
食塩相当量/1.8g カリウム/470mg リン/160mg



詳しくはこちら

おかず+ごはん [170g]



2食セット
1,856円 (税込)

おかず+ごはん [170g]



3食セット
2,784円 (税込)

【1食あたり目安】エネルギー/525kcal たんぱく質/14.4g
食塩相当量/1.8g カリウム/513mg リン/212mg



詳しくはこちら

※パンの日もございます。

おかず+たんぱく調整ごはん [180g]



2食セット
2,116円 (税込)

おかず+たんぱく調整ごはん [180g]



3食セット
3,174円 (税込)

【1食あたり目安】エネルギー/511kcal たんぱく質/11.4g
食塩相当量/1.8g カリウム/468mg リン/167mg



詳しくはこちら

※たんぱく調整ごはんは、メーカーが変更になる可能性があります。

たんぱく調整ごはん・ エネルギー補助食品

お米のたんぱく質を除去して作られた
腎臓病の方向けのごはんです。

送料 宅配便/916円(税込)
自社配送エリア/お食事と一緒にご注文で送料無料

ご注文・変更・キャンセルは4日前17時までにご連絡ください。

●たんぱく調整ごはん

お米のたんぱく質を除去して作られた腎臓病の方むけの
ごはんです。温めるだけですぐに食べられ、普通のごはん
のような外観、食感をお楽しみいただけます。



ゆめごはん [140g]
(キッセイ薬品工業株式会社)

30食 **6,696円** (税込)

●カップアガロリー

オレンジ、ウメ、カリン、マスカット、リンゴ、モモ、
ストロベリー、ブルーベリー



果汁を使用しており、手軽におい
しくエネルギー補給ができます。

カップアガロリー
[8種×3個]

(キッセイ薬品工業株式会社)

24食 **4,914円** (税込)

からだ想いの
健康バランス食



〈盛付例〉

「食事のバランスが
かたよっている」と
感じている方に！

管理
栄養士
監修

まとめて
2日分を
お届け！

こんな方におすすめ！！



食事の
バランスが心配



毎日忙しく、食事の準備に
時間をかけたくない



離れて暮らす家族の
食事を探している



1食あたり目安／300kcal、塩分3g、たんぱく質13g、10品目以上使用

献立の一例

- 赤魚の照り煮
- さわらの西京焼き
- たらの幽庵焼き
- 国産さばの白味噌煮
- 親子煮風
- 豚肉とキャベツの塩炒め
- 鶏肉の塩麹焼き
- 麻婆豆腐
- ほか…

【地域限定商品】

おてごろおかず

2食セット

1,252円(税込)

1食あたり626円

【ご飯はつきません】



詳しくはこちら

メニューは日替わり毎日2種類！

例 2日分の夕食の場合
▶ **ABセット**



月水金など隔日の注文がおすすめ！

例 2人分の夕食の場合
▶ **AAセット**



月～金で同じメニュー、2食注文の方に！

【お届けエリア】
東京都 大田区、板橋区、調布市、三鷹市、江戸川区、江東区、練馬区
埼玉県 さいたま市岩槻区、所沢市
神奈川県 座間市

※消費期限はお届け翌日22時です。※おてごろおかずの容器は回収容器です。ご返却時は簡単な水洗いのご協力をお願い申し上げます。

※電子レンジで加熱してお召し上がりください。※容器や食材が変更になる場合がございます。※お届け開始日はご注文をお受けしてから3日後となります。



〈盛付例〉

野菜の目標摂取量は1日で350g以上*とされています。多くの研究で、野菜を多く食べる人は脳卒中や心臓病、ある種のがんにかかる確率が低いという結果が出ています。野菜が摂れるおかずセットなら、野菜もしっかり摂れます！※厚生労働省健康日本21が推奨する野菜目標摂取量の基準

管理栄養士がつくった
多品目の栄養満点の
おかずセットです。

こんな方におすすめ！！



野菜不足が
気になる



たんぱく質も摂れる、
ボリュームもしっかりある
おかずが良い



食事の準備に時間を
かけたくない

バランス



なごやか弁当Aおかず

15品目使用

消費期限：翌日14時

バランス



なごやか弁当Bおかず

15品目使用

消費期限：翌日14時

ボリューム



満菜弁当おかず

15品目使用

消費期限：翌日22時

野菜がとれる
おかずセット

2食セット

1,640円(税込)

1食あたり820円

【ご飯はつきません】



詳しくはこちら

1食あたり目安 【なごやか弁当】エネルギー／370kcal、たんぱく質／15g、食塩相当量／3.0g
【満菜弁当】エネルギー／505kcal、たんぱく質／22g、食塩相当量／4.5g

メニューは日替わり毎日3種類！

例 2日分の
テレワークのお昼に

なごやか
弁当
Aおかず



満菜
弁当
おかず



例 ご家族で

なごやか
弁当
Aおかず



なごやか
弁当
Bおかず



例 晩酌に

なごやか
弁当
Aおかず



なごやか
弁当
Aおかず



当日食べられなくても安心、翌日までOK！ ※メニューは日替わりです。ネットで献立公開中！

※なごやか弁当の消費期限は翌日14時、満菜弁当の消費期限は翌日22時までです。※なごやか弁当の容器は回収容器です。ご返却時は簡単な水洗いのご協力を
お願い申し上げます。※3食以上のご注文も承ります。1食追加ごとに+820円(税込み)※土曜日はなごやか弁当ABのみの配達となり、日曜日はお休みとなります。

※電子レンジで加熱してお召し上がりください。※容器や食材が変更になる場合がございます。※お届け開始日はご注文をお受けしてから3日後となります。