



星の丘助産院のランチ

「hitoyo」の管理栄養士、菅家つばささん作製のお弁当
が注文できます

* 菅家つばさ：管理栄養士、和漢薬膳師、オーガニックフルーツソムリエ
マクロビオティックマイスター、フードコーディネーター

一緒に食べよう！

素材と季節を大切にした、優しい味わいをどうぞ・・・

産後ケア（日帰り）ご利用の方だけでなく、午前中に来院される方からも注文を承ります。
同種類であれば個数を増やすこともできますので、面会の方と一緒に召し上がりもできます。

ご希望の方は、次のページ内容に☑と（ ）内に個数を入れて、メールに添付してお知らせください。
公式ライン、お電話でも受け付けます。
このランチに関するご連絡や変更は来院の3日前までをお願いします。

- * 消費税、配達料金込みのお値段です。
- * お弁当型です

<翼ランチ> ~ご飯と季節のおまかせ料理~ いずれか1種類、
 妊娠初期、中期、後期、産後、の各期に必要な栄養素に配慮しておつくりします。
 * 初期 中期 後期 産後
 * ごはんの種類 白米 玄米ブレンド (玄米2~3割) ()ケ ¥850

<芽生えランチ> ~つわり時期、小食傾向の方に~ いずれか1種類
 お腹の赤ちゃんの成長と一緒に、お母さんのお体も新しくできあがっていきます。
 食べたい時に、食べられる量を。
1, 小さいおにぎり2個と副菜 ()ケ
2, 冷たいうどん、またはそうめんなどの麺類と副菜 ()ケ
3, 小さめ薄いサンドイッチと副菜 ()ケ ¥500

<冷たいスープ> ~温め直しもできます~ どちらか1種類
1, 和風 ()ケ 2, 洋風 ()ケ ランチセット価格¥350 / 単品の場合¥400

<ドリンク> ~ice、または hot、で~ 複数の種類の注文ができます
 1, オーガニックルイボスティー ice hot ()ケ 2, オーガニックティー ice hot ()ケ
 3, オリジナルハーブティー ice hot ()ケ 4, 梅ジュース ice hot ()ケ
 5, ほうじ茶 ice hot ()ケ 各種¥350

<確認項目>

食品アレルギーの 無 有 (具体的に).....
 他に心配な点があれば、ご記入ください。

お名前 _____ 合計金額 ¥ _____ 当日、現金でのお支払い