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、面会の方とご一緒にお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 日前までにお願いします。

＊お弁当型　　＊消費税、配達料金込みのお値段です。
＊実際のメニューは「hitoyo」のインスタをご覧ください。

6 月からの　**NEW MENU**
オーガニックスイーツ
パウンドケーキ（約 40 g）￥300

＜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

＊＜スイーツ＞　～Organic　～

□パウンドケーキ（約 40g）　（　）ケ　￥300

＜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