



マナスポ弁当

A) 980 円(税込)

B) 1,180 円(税込)

※A:ジュニアアスリート、中高校生女子アスリート、一般成人向け

※B:中高校生男子アスリート、一般男子(活動レベル高い)向け

ガパオライスのワンプレート弁当。
メロン付き。

公認スポーツ栄養士コメント

ガパオライスは、ワンプレートで栄養バランスも良く、たんぱく質がたっぷりの一品。その他の料理は、緑黄色野菜が温野菜でたっぷり量がとりやすいので練習後や夏場の食欲が低下時にも食べやすいです！

袋井スポーツ飯区分

身体 づくり	疲労 回復	筋肉 作り	瞬発力 UP	持久力 UP	試合前
		○	○	○	

栄養価(上段Aパターン 下段Bパターン)

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食物繊維	野菜量
903kcal	36.1g	24.5g	141.9g	267mg	6.7mg	916 μ gRAE	0.51mg	0.78mg	168mg	10.1g	370 g

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食物繊維	野菜量
1,041kcal	45g	29.8g	160.4g	296mg	7.3mg	924 μ gRAE	0.57mg	0.83mg	168mg	10.6g	370 g

販売店舗情報

mana's kitchen

〒	袋井市高尾2524-2
TEL	080-5118-1752
fax	

営業時間	11:30~売切次第終了
定休日	土、日、祝
予約	可能(団体予約の場合、1ヶ月前までに連絡)
配達	3個以上、袋井市内(他は要相談)
容器回収	不可
備考	SNS @mana.s.kitchen22(Instagram)/@335tbdpb(公式LINE)

