



## ローストポーク弁当

- A) 900 円(税込)  
 B) 1,100 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

### 公認スポーツ栄養士コメント

試合前にとりたいビタミンB1が豊富なお弁当です！プラス一緒に食べると吸収がUPする「アリシン」を含む玉ねぎでUP！糖質をエネルギーに変える際に必要なビタミン。試合前でもOK 運動後の疲労回復にもおススメです！

### 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
867kcal	35.5g	24.3g	129.1g	82mg	2.4mg	113 $\mu$ gRAE	1.08mg	0.43mg	43mg	4.5g	107g

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
1,031kcal	44.6g	30.7g	147.1g	85mg	2.7mg	115 $\mu$ gRAE	1.38mg	0.53mg	44mg	4.8g	107g

### 販売店舗情報

## どんどこあさば

〒	袋井市浅岡447
Tel	0538-23-8918
fax	0538-23-8931

営業時間	9:00~17:00
定休日	なし
予約	可能(2日前までに)
配達	ご注文金額10,000円以上(高速道路以南の袋井市内及び磐田市一部エリア)
容器回収	回収費1,000円(持ち込みは無料)
備考	

