

# 白杵の薄味をおいしく食べて健康に！

塩分 3g 未満



白杵のほんまもん  
農産物・魚を  
使っている  
※天候等に左右されます

バランスが  
とれている

糖分 3g 未満  
(1日目標量  
大人 10g)

野菜 200g

管理栄養士が監修し  
健康弁当を作りました！

# うま塩 白味弁当

## 【販売店】

山庵 : ☎ 0972-63-8899

10個以上、3日前までに  
注文をお願いします。

菜の花 : ☎ 0972-62-3047

10個以上、3日前までに  
注文をお願いします。

※配達等、詳細は各店へお問い合わせください。

白味弁当とは、白杵(白)と薄味(薄)をかけており、白杵の食材を使って生活習慣病を予防しようと白杵市が取り組んでいるプロジェクトです。

## 白味弁当の内容

写真は一例です。天候等に左右されます。

### ●「山庵」一例

- ・さわらの幽庵漬け
- ・かぼちゃと豚肉の  
オイスターソース炒め
- ・さつま芋のころころサラダ
- ・大根とりんごの甘酢和え
- ・小松菜ときのこのバター風味

価格：864円(税込)

他、数種類あります。価格はどのお弁当でも同じです



### ●「菜の花」一例

- ・白杵産魚のぎょろっけ
- ・ピリ辛鶏もも焼き
- ・なすの生姜炒め
- ・大根煮と人参煮
- ・さつまいもの甘煮
- ・キャベツのマスタード和え
- ・かぼちゃのサラダ
- ・みかん

価格：600円(税込)

他、数種類あります。価格はどのお弁当でも同じです

