

News Release

株式会社 マルエツ

東京都豊島区東池袋 5-51-12 〒170-8401
 広報 TEL:03-3590-0016 FAX:03-3590-4642

2024年1月5日

**昭和学院短期大学と考えたお弁当 今期第3弾
 健康的で栄養バランスのよいお弁当2品、1月5日(金)から発売**

マルエツは、産学連携による取り組みとして、昨年より食のスペシャリストを目指す昭和学院短期大学(千葉県市川市)ヘルスケア栄養学科の学生と、栄養バランスに配慮したお弁当を企画・開発し、今期は第1弾、第2弾として計4品を販売いたしました。このたび、今期第3弾の商品として、「テリヤキソースの豆腐ハンバーグ弁当」「さつまいもと豚バラ肉の甘辛和風弁当」の2品を、1月5日(金)からマルエツ、マルエツ プチ、リンコスの店舗で販売いたします。

この産学連携による取り組みは、2年生100名の皆さんがPFCバランス^(※1)を考慮したお弁当の企画・開発に参画いただくことで、学生の皆さんにとってもトレンドおよびZ世代ならではの視点や発想、大学での学びを活かせる実践の場にもなっています。

第3弾商品として、1品目の「テリヤキソースの豆腐ハンバーグ弁当」は、健康な食生活に役立つ和の食材7種類の頭文字をとった言葉「まごわやさしい」^(※2)の食材を取り入れたお弁当です。枝豆や黒ごま、ひじき、れんこんといった野菜などを使用し、健康的で栄養バランスのよいお弁当に仕上げました。2品目の「さつまいもと豚バラ肉の甘辛和風弁当」は、お弁当では摂取しにくい食物繊維を含む食材を積極的に取り入れたお弁当です。栄養価も高く、学生の皆さんの想いが詰まったお弁当をぜひ、ご賞味ください。

当社は、お客さまの健康で豊かな食生活に貢献するため、おいしく食べながら、身体に必要な栄養素を補ったり余分に摂りがちな食品や成分を減らすことをご提案する、「もっとからだにイイコト！」をアイコンとした売場づくりを実施しています。

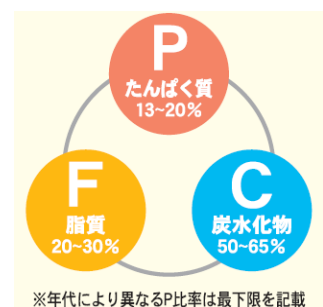
今後さまざまな切り口からお客さまの健康づくりをサポートしてまいります。



※1【PFCバランス】

摂取エネルギーのうち、たんぱく質(P)・脂質(F)・炭水化物(C)のエネルギー産生栄養素がどれくらいの割合を占めているのかを示した比率です。厚生労働省では、「エネルギー産生栄養素バランス」として、生活習慣病の予防・改善の指標となる目標量を以下のように示しています。

たんぱく質エネルギー比(P比) : 13~20%(1~49歳)、14~20%(50~64歳)
 15~20%(65歳~)
 脂質エネルギー比(F比) : 20~30%
 炭水化物エネルギー比(C比) : 50~65%



※2【まごわやさしい】

健康な食生活を送るために必要な食材の頭文字を語呂合わせした言葉です。

ま	まめ(豆類)	落花生、大豆、枝豆、そら豆、いんげん豆、ひよこ豆、大豆加工品など
ご	ごま(種実類)	白ごま、黒ごま、ねりごま、ごま油、ナッツなど
わ	わかめ(海藻類)	わかめ、こんぶ、ひじき、のり、めかぶ、もずくなど
や	やさい(野菜類)	にんじん、たまねぎ、きゅうり、かぼちゃ、なす、トマト、ピーマン、ほうれん草など
さ	さかな(魚介類)	さけ、さば、さんま、あじ、かつお、ぶりなど
し	しいたけ(きのこ類)	しいたけ、しめじ、まいたけ、えのきだけ、エリンギ、マッシュルームなど
い	いも(芋類)	じゃがいも、さつまいも、里いもなど

昭和学院短期大学ヘルスケア栄養学科の学生と作ったお弁当第3弾商品について

- 販売開始日: 1月5日(金)
- 販売店舗: マルエツ、マルエツ プチ、リンコスの店舗
(販売日、個数は店舗により異なります。)
- 販売商品:

開発ストーリー、PFCバランスの
詳細はこちらをご覧くださいませ



テリヤキソースの豆腐ハンバーグ弁当

エネルギー: 433Kcal
たんぱく質: 20.7g
脂質: 12.6g
炭水化物: 59.3g
食塩相当量: 1.7g

本体価格: 398 円
税込価格: 429 円

ひじきとツナと枝豆のマヨソース和え 大学いも ご飯



豆腐ハンバーグ (テリヤキソース)

さつまいもと豚バラ肉の甘辛和風弁当

エネルギー: 401Kcal
たんぱく質: 12.2g
脂質: 11.1g
炭水化物: 65.9g
-糖質: 60.0g
-食物繊維: 5.9g
食塩相当量: 2.9g

本体価格: 398 円
税込価格: 429 円

こんにやくごぼう炒め ひじき煮 梅チップ



豚バラ炒め (さつまいも素揚げたれ和え)

もち麦入りご飯

「まごわやさしい」(枝豆、黒ごま、ひじき、れんこん、キャベツ、ツナフレーク、ぶなしめじ、さつまいも)の食材を取り入れることで、健康的でバランスのよいお弁当に仕上げました。塩分値にも配慮しました。

メインはさつまいもの素揚げと豚バラ肉を甘辛いたれで和えた、ボリューム感のある仕立てです。もち麦をはじめ、主菜・副菜にも食物繊維を含む食材を意識的に取り入れました。

【ご参考】昭和学院短期大学について

- ・所在地:千葉県市川市東菅野2-17-1
- ・学科:人間生活学科、ヘルスケア栄養学科
在學生およそ480名
- ・沿革抜粋
昭和15年 昭和女子商業高校 創立
昭和25年 昭和学院短期大学(国文科、被服科)開学
昭和33年 昭和学院栄養学校(栄養士養成科)開校
平成12年 昭和学院短期大学にヘルスケア栄養学科を設置
- ・ホームページ: <https://www.showagakuin.ac.jp/>



■お問い合わせ先 経営管理部(広報) 都築・古澤 (電話 03-3590-0016)

以上

マルエツは、将来、わたしたちが目指す姿を《ありたい姿》として明文化し、活動指針としています。

《ありたい姿》

ブランドメッセージである「しあわせいかつ。」をもとに、
お客さま、従業員、そして地域の暮らしを支える「いちばん近い存在」
になりたいという想いが込められています。

しあわせのいちばん近くに

新鮮・おいしい・健康を、もっと身近に
人や地域とのつながりを、もっと身近に
居心地の良いほっとする場を、もっと身近に
マルエツなら、わたしの“ほしい”が見つかる
マルエツには、みんなの“笑顔”があふれている

ふだんの暮らしの中に
ちょっぴりしあわせな気持ちを
しあわせいかつ。

ペゴニアの花言葉:「親切」「幸福な日々」