

愛知県の女子フットサルチームと共同開発、管理栄養士が監修 タンパク質・脂質・炭水化物のバランスがとれた「健活弁当」を発売

4月24日(水)から全国の主要デパートの食品売場まつおか店舗にて

全国の主要デパートの食品売場で惣菜を販売する株式会社まつおか(代表取締役:松岡まち子、本社:名古屋市中区)は、このたび日本女子フットサルリーグ加盟のユニアオレディース(ホーム:愛知県一宮市)と共同で、管理栄養士の監修による、エネルギー産生栄養素のタンパク質・脂質・炭水化物のバランスがとれた4種類の「健活弁当」を開発しました。4月24日から5月31日にかけて全国のデパート食品売場のまつおか店舗で販売します。

まつおかは創業以来、中食を通して女性の社会進出を応援してきました。2018年から愛知県の日本女子フットサルリーグ加盟クラブ「ユニアオレディース」に協賛しています。まつおかの管理栄養士が、ユニアオレディースの選手から食事に関する悩みを聞いたことをきっかけに、2018年8月から商品開発が始まりました。アスリートだけでなく、日ごろ忙しくて栄養が偏りがちな人たちの健康に役立てていただくために、カロリーが控えめで栄養バランスのよいお弁当の開発を目指しました。まず、管理栄養士が15名の選手の食事を調査。選手からは食事に対して次のような悩みが挙げられました。

- ・「夜の練習後にバランスのよい食事を摂りにくい」
- ・「市販のお弁当は揚げ物が多い、量が多い」
- ・「豆類、きのこ、海藻などを摂取しにくい」
- ・「鉄分を摂取しにくい」
- ・「炭水化物を摂りすぎないようにしたい」

これらの悩みを解決するお弁当にするため、選手との打ち合わせや試食を重ね、4種類の「健活弁当」を開発しました。まつおかの通常品と比較して、いずれもカロリーが控えめで、エネルギー産生栄養素のP(タンパク質)、F(脂質)、C(炭水化物)のバランス※が優れています。普段の食事では摂取が難しい、豆類、きのこ、海藻を含む、20種類の食材を摂取することができます。



ユニアオレディースの選手との共同開発の様子

<共同開発した健活弁当>

まるべん 丸い容器で彩り鮮やか 1食 542kcal 830円(税込 897円)	スマート弁当 脂質&カロリー控えめ 1食 386kcal 740円(税込 800円)	なでしこ美人 選手には1番人気 1食 469kcal 640円(税込 692円)	にこめし 2つの手毬ご飯が特長 1食 561kcal 830円(税込 897円)

【お問い合わせ先】まつおか 広報窓口 (株式会社インフォデザイン 門脇)

TEL:050-3717-0758 Eメール:info@info-de.co.jp FAX:052-308-1868

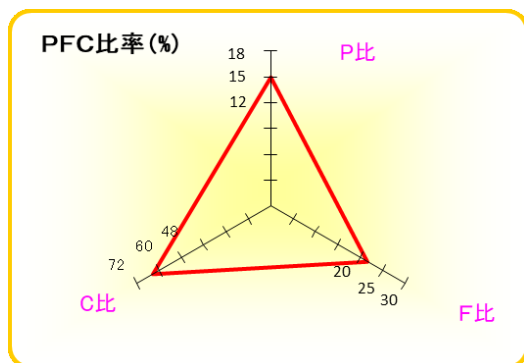
※PFC 比率は、総摂取エネルギーに対するエネルギー産生栄養素のタンパク質(P)、脂質(F)、炭水化物(C)の構成比率を示す。正三角形に近い形状が望ましい。「日本人の食事摂取基準(2015年版)」では18歳~69歳の基準はタンパク質13~20%、脂質20~30%、炭水化物50~65%とされている。

(1)まるべん 830円(税込897円) 542kcal

丸い容器で彩り鮮やか。14種類のご飯とおかずで、1日に必要な野菜の1/3以上(約120g以上)をカバーし、計20品目以上の食材を摂取できる。黒米・ひじき・牛肉には鉄分が豊富。

<ご飯とおかず>

- ①黒米ご飯 ②塩鮭 ③国産牛肉のしぐれ煮
- ④生芋こんにゃく ⑤大根のうま煮 ⑥かぼちゃのうま煮
- ⑦蓮根煮 ⑧揚げ豆腐のあんかけ ⑨厚焼き玉子
- ⑩ひじきの煮物 ⑪ふきのうま煮 ⑫人参煮
- ⑬プチトマト ⑭ブロッコリー



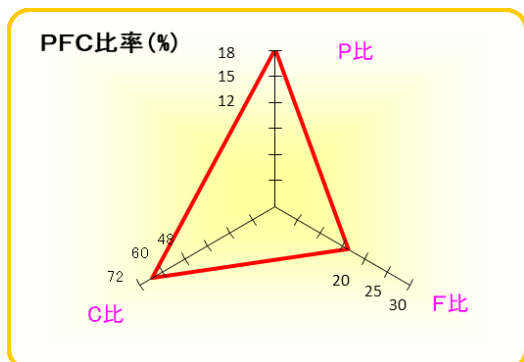
栄養素	単位	摂取量
エネルギー	kcal	542
たんぱく質	g	20.3
脂質	g	13.0
炭水化物	g	84.1
鉄	mg	2.8
食物繊維総量	g	5.4
食塩	g	3.9

(2)スマート弁当 740円(税込800円) 386kcal

脂質を抑えめにして1食374kcalと低カロリーを実現。肉も魚も入って、12種類のご飯とおかずで20品目以上の食材を摂取できる。ひじき・牛肉には鉄分が豊富。

<ご飯とおかず>

- ①二十穀米ごはん ②国産牛肉のしぐれ煮
- ③塩鮭 ④小松菜とあげの煮浸し ⑤かぼちゃのうま煮
- ⑥生芋こんにゃく ⑦大根のうま煮 ⑧ひじきの煮物
- ⑨蓮根煮 ⑩人参煮 ⑪プチトマト ⑫ブロッコリー



栄養素	単位	摂取量
エネルギー	kcal	386
たんぱく質	g	17.5
脂質	g	7.0
炭水化物	g	61.7
鉄	mg	2.6
食物繊維総量	g	4.4
食塩	g	2.5

【お問い合わせ先】まつおか 広報窓口 (株式会社インフォデザイン 門脇)

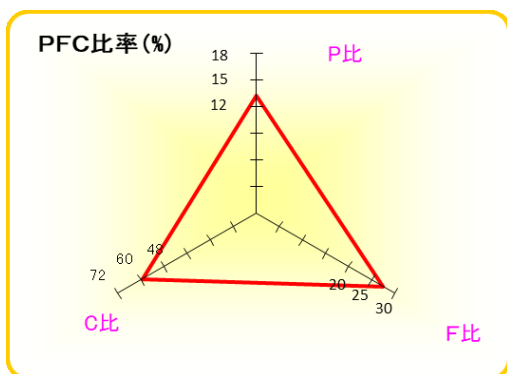
TEL:050-3717-0758 Eメール:info@info-de.co.jp FAX:052-308-1868

(3)なでしこ美人 640円(税込692円) 469kcal

試食会で選手の間では一番人気。500kcal以下で20品目以上の食材を摂取できる。PFCバランスの良い組み合わせ。鶏ささみ肉や玉子には蛋白質が豊富。レーズンやひじきには鉄分が豊富。

<ご飯とおかず>

- ①二十穀米ごはん ②ささみ梅しば天 ③煮玉子
- ④生芋こんにゃく ⑤大根のうま煮 ⑥ひじきの煮物
- ⑦金平れんこん ⑧ふきのうま煮 ⑨人参サラダ
- ⑩プチトマト ⑪ブロッコリー



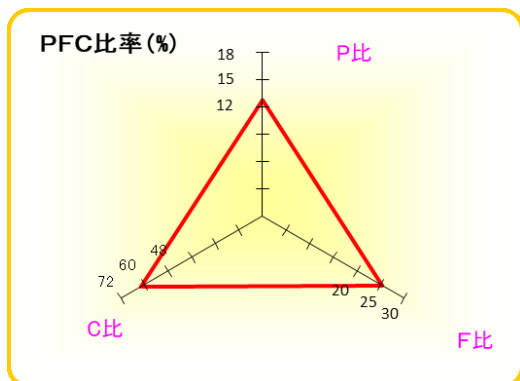
栄養素	単位	摂取量
エネルギー	kcal	469
たんぱく質	g	15.5
脂質	g	14.3
炭水化物	g	67.7
鉄	mg	2.0
食物繊維総量	g	3.7
食塩	g	3.2

(4)にこめし 830円(税込897円) 561kcal

2つの手糍ご飯が特長。1日に必要な野菜の1/3以上(約120g以上)をカバー。肉と魚も入って20品目以上の食材を摂取できる。鶏ささみ肉や玉子には蛋白質が豊富。レーズンやひじきには鉄分が豊富。弁当箱が大きすぎるという選手の意見を反映し、食べやすいコンパクトな二段の弁当箱に。

<ご飯とおかず>

- ①二十穀米ごはん ②伊勢ひじきと大豆
- ③小松菜と大根の甘酢生姜お浸し ④煮玉子
- ⑤生芋こんにゃく ⑥大根のうま煮
- ⑦鶏のささみ梅しば天 ⑧かぼちゃのうま煮
- ⑨金平れんこん ⑩ふきのうま煮 ⑪人参サラダ
- ⑫椎茸煮 ⑬プチトマト ⑭ブロッコリー



栄養素	単位	摂取量
エネルギー	kcal	561
たんぱく質	g	17.9
脂質	g	15.8
炭水化物	g	85.1
鉄	mg	2.8
食物繊維総量	g	6.1
食塩	g	4.3

【お問い合わせ先】まつおか 広報窓口 (株式会社インフォデザイン 門脇)

TEL:050-3717-0758 Eメール:info@info-de.co.jp FAX:052-308-1868

【クラブ概要】

ユニアオレディース Futsal Clube UNIÃO Ladies (一般社団法人ユニアオレディース愛知)

<http://viva-uniao.com/>

〒493-0001 愛知県一宮市木曾川町黒田北宿一の切り22-1 木曾川フットサル工場内

日本女子フットサルリーグ加盟。

日本女子フットサルリーグ(愛称:WOMEN'S F.LEAGUE)は、2016年に創立された女子フットサルの全国リーグです。現在、地域リーグを勝ち抜いて優勝した女子フットサルチーム7チームが参戦しています。

【企業概要】

商号:株式会社 まつおか

代表者:代表取締役社長 松岡まち子

設立:1987年2月17日 資本金:5,000万円

本社:〒460-0011 名古屋市中区大須2-23-38

連絡先: TEL:052-219-0300(代表) フリーダイヤル:0120-242-848 FAX:052-219-0301

従業員数:約1,100名(パート・アルバイト含)※2018年5月現在

<「健活弁当」が販売される全国のまつおか店舗>(記載がないものは「お惣菜のまつおか」の店舗)

北海道 札幌大丸店

東京都 日本橋高島屋店、新宿伊勢丹店、おぼんざい工房まつおか品川京急店、玉川高島屋店、新宿高島屋店、渋谷シックス店、荻窪ルミネ店、池袋東武店、池袋西武店、北千住マルイ店、八王子セレオ店、立川ルミネ店、吉祥寺アトレ店、町田小田急店、花まつおか国分寺マルイ店

神奈川県 横浜高島屋店、天地人恵横浜そごう店、新横浜高島屋店、上大岡京急店、港南台高島屋店、たまプラーザ東急店、青葉台東急店、川崎ラゾーナ店、大船ルミネウイング店、藤沢さいか屋店

千葉県 千葉そごう店、船橋東武店、柏高島屋店、大宮ルミネ店、浦和伊勢丹店、所沢西武店

愛知県 JR高島屋店、名古屋近鉄店、栄三越店、名古屋松坂屋店、星ヶ丘三越店

三重県 四日市近鉄店

静岡県 静岡松坂屋店、浜松遠鉄店

大阪府 梅田阪神店、梅田阪急店、大阪高島屋店、あべの近鉄店、千里阪急店

京都府 京都伊勢丹店、京都高島屋

兵庫県 神戸そごう店、神戸大丸店、姫路山陽店

愛媛県 いよてつ高島屋店

岡山県 岡山高島屋店

福岡県 博多阪急店、博多大丸店、福岡三越店



開発に参加したユニアオレディースの選手と
まつおかの管理栄養士

【お問い合わせ先】まつおか 広報窓口 (株式会社インフォデザイン 門脇)

TEL:050-3717-0758 Eメール:info@info-de.co.jp FAX:052-308-1868