

8月

8/5▶9/1
Tue Mon

管理栄養士おすすめ商品!!

夏休みにおすすめ野菜メニュー



夏野菜には抗酸化作用のある栄養素が含まれているものが多いです。
積極的に食べて夏の暑さを乗り切りましょう!

鶏むね肉のみそマヨ焼き

マヨネーズとみそで「まぜマヨ」、ごはんがすすむおかずです。



キューピー
マヨネーズ 200g

手軽にアレンジ
まぜマヨ

本体価格 **198** 円
(8%税込213円)

ブロッコリーとトマトと鶏むね肉のサラダ

カロリーハーフのごまドレッシングで、さっぱりとヘルシーに。



キューピー
深煎りごまドレッシング
カロリーハーフ

1コ 本体価格 **218** 円
(8%税込235円)

2コ以上で1コあたり 本体価格 **198** 円
(8%税込213円)

鯛の冷やしだし茶漬け

火を使わずに白だしを薄めるだけで作れる冷製茶漬けです



ヤマキ
割烹白だし500ml

本体価格 **278** 円
(8%税込300円)

杏林堂ポイント
+20
ポイント

チキンと夏野菜のレモンマリネ

旬の夏野菜と鶏肉を焼いて、「レモンポン酢」であえるだけ!



ポッカサッポロ
ポッカレモン100 450ml瓶

本体価格 **438** 円
(8%税込473円)

杏林堂ポイント
+20
ポイント

シーチキンの旨塩チョレギサラダ

ごま油香るシーチキンが食欲をそそるサラダです。



はごろも
Smile プチ旨塩ごま油

本体価格 **98** 円
(8%税込105円)

杏林堂ポイント
+10
ポイント

香ばし焼きブロッコリーのパルメがけ

香ばしく焼いたブロッコリーにパルメザンチーズのコクと旨みを味わえる



森永乳業
クラフト 100%
パルメザンチーズ

本体価格 **558** 円
(8%税込602円)

杏林堂ポイント
+20
ポイント

夏野菜のみそスープカレー

夏野菜たっぷりの和風スープカレー! フライパン1つで調理出来ます。



グリコ プレミアム熟カレー
中辛160g

本体価格 **238** 円
(8%税込257円)

杏林堂ポイント
+40
ポイント

塩こんぶのカプレーゼ

塩こんぶの塩味と旨味が、トマトの味を引き立てます!



フジッコ
ふじっ子 大袋 46g

本体価格 **198** 円
(8%税込213円)

野菜スープ

野菜スープにかけるだけで脂肪燃焼!いつもの料理を健康に!



日清オイリオ
日清MCTオイルHC90g

本体価格 **798** 円
(8%税込861円)

杏林堂ポイント
+100
ポイント

レンチンなすのお浸し

電子レンジ加熱で調理可能な時短メニュー。味付けはドレッシングだけ!



SSKフーズ
静岡県焼津産
かつお節ドレッシング

本体価格 **328** 円
(8%税込354円)

杏林堂ポイント
+30
ポイント

甘酒スーラータン

糖質の少ない食材と甘酒糖質50%オフで作る、簡単中華スープです。



森永製菓
甘酒糖質50%オフ
185g

本体価格 **118** 円
(8%税込127円)

2コ以上で1コあたり 本体価格 **108** 円
(8%税込116円)