

チアフルレストラン

CHEERFULL Restaurant

創心會管理栄養士による疾患別ランチレストラン

—地域交流イベント「秋の運動会」と同時開催—

11月のChayaの市（健康教室・かわいいおにcafe、おかえり食堂茶屋町、フリーマーケット）の開催はありません



チアフルレストランでは
あなたの体に合った
メインメニューが選べます

ランチ各食
500円 (税込)
(限定25食)

風邪予防ランチ

A

減塩ランチ

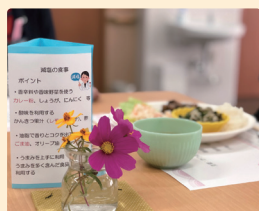
B

サバと大葉の味噌焼き

サバには中性脂肪を減らしたり、血液をサラサラにするEPA、脳を活性化する働きのあるDHAが豊富です。特にDHAは白血球やリンパ球の働きをよくなり、免疫力を上げる働きがあります。

鶏肉のハニーマスタード焼き

塩分を取りすぎると高血圧になりやすく、その状態が続くと動脈硬化につながり、脳梗塞、心筋梗塞などの原因になります。美味しく召し上がっていただけるよう、ニンニクやマスタードを使って塩分を控えています。



ランチセットメニュー

- ・メインメニュー(AかB)
- ・かぼちゃのサラダ
- ・ブロッコリーのナムル
- ・リンゴのようかん
- ・ご飯
- ・お味噌汁



創心會の
管理栄養士が
心を込めて
手作りして
います

日時

2019年11月9日(土) 11時～14時

場所

創心会リハケアタウン北館 2 階

(〒710-1101 倉敷市茶屋町1720-1 株式会社 創心會内)

☎086-420-1500 [担当：タナカ]

ぜひお越しくださいな

予約なしで
当日来場OK!

※ご予約いただくと
確実です(裏面へ)

Reservation

CHEERFULL Restaurant

2019年11月9日(土) 11時～14時

予約締切：2019年11月6日(土)

〈ご予約方法〉3通りございます。好きな方法でご予約ください。

mail

送信先：**kouhou@soushinkai.com**

件 名：**チアフルレストラン 予約希望**

本 文：①氏名 ②ご住所 ③電話番号(携帯番号)

④参加人数

⑤メニューのご希望

A(風邪予防ランチ)・B(減塩ランチ)の

どちらを何食ご予約されますか？

※お申込み後、確認のE-mailをお届けいたします。

届かない場合は、恐れ入りますが

ご連絡いただけますよう、お願いいたします。

QR

下記QRコードを
読み取っていただき
フォームより
お申し込みください



<https://cutt.ly/ueuB1eO>

FAX

FAX予約用紙

FAX.086-428-0946

株式会社 創心會 (担当：タナカ)

氏名	(フリガナ)		
ご住所	〒 ー		
電話番号 (携帯電話番号)	() ー	●連絡が付きやすい時間帯 午前・午後 時 ～ 時	
参加人数	人		
ランチメニュー	☐ A 風邪予防ランチ (サバと大葉の味噌焼き)	☐ 食	☐ B 減塩ランチ (鶏肉のハニーマスタード焼き)
			☐ 食

どこで知りましたか？あてはまるものに✓を入れてください。(いくつでも)

- | | | |
|-------------------------------------|----------------------------------|---|
| ☐ インターネット検索 | ☐ 他サイトを見て | ☐ 新聞・テレビニュース等を見て |
| ☐ 県や市町村・行政機関 | ☐ チラシを見て | ☐ 学校のお便り ☐ 福祉施設 |
| ☐ 地域のお知らせを見て | ☐ 知人の紹介 | ☐ その他 () |

※先着順となりますので、予約がいっぱいになり次第、お断りをさせていただくこともございます。あらかじめご了承ください。

◆個人情報の取り扱いについて◆ご記入いただいた情報はお問い合わせ・資料請求・見学に関する対応、弊社サービスのご案内、また、セミナー・イベント情報やお得な情報などのご案内に使用させていただきます。