

平成23年3月2日



株式会社モンテローザ

(本社 東京都武蔵野市中町一丁目17番3号)

「健康居酒屋プロジェクト」 ～笑笑で「1日野菜を350g摂ろう！」～

「白木屋」「魚民」「笑笑」などを展開する株式会社モンテローザ（本社 東京都武蔵野市 代表取締役 大神輝博）は、平成23年3月5日から平成23年6月4日まで、全国の「笑笑」約320店舗(※1)で、「健康居酒屋プロジェクト」を実施いたします。

「健康居酒屋プロジェクト」とは、居酒屋で「ヘルシー」に、野菜をおいしく、たくさん摂っていただけるよう、野菜中心のメニューに特化した企画です。本企画は、人気モデル・タレントで料理本も出している小森純さんもオススメしています。「濃い」「脂っこい」といった昔の居酒屋のイメージを払しょくし、「ヘルシー」で女性に支持されるお店を目指します。

本企画では、「具体的に野菜を350g食べることを」目標にしています。これは「健康日本21(※2)」（厚生労働省）で目標としている数値です。平成21年国民健康・栄養調査（厚生労働省）によれば、野菜の摂取量は成人で1日平均295.3gと「350g」に到達していません。本企画では、商品ごとに野菜の量を表示し、メニューをフローチャート形式にするなど、楽しんで摂取量を計算して野菜を召し上がっていただけるよう工夫しました。

料理については、彩りが鮮やかな「春野菜と角切りベーコンのチーズグラタン」、食物繊維がたっぷりの「カリっとごぼうチップス」、お好みの野菜をタコスで巻いて食べる「サラダ仕立て手巻きタコス」、ヘルシーにお肉も食べれる「もち豚とたっぷり野菜の焼きしゃぶ」(税込714円) など、前菜からメインまで取り揃えており、満足していただける内容になっています。

小森純さんもおすすめの「おいしい野菜料理」をお楽しみください。

株式会社モンテローザは、今後もお客様の視点に立ち、常にお客様のご要望にお応えできるよう商品とサービスの向上に努めてまいります。

(※1) 一部店舗では実施していません。

(※2) 「健康日本21」とは、厚生労働省が平成12年3月に提言した「21世紀における国民健康づくり運動」。



(左横) 彩りが鮮やかな「春野菜と角切りベーコンのチーズグラタン」
(税込504円)



(左横) 食物繊維がたっぷりの「カリっとごぼうチップス」
(税込305円)



(左横) ヘルシーにお肉も食べれる「もち豚とたっぷり野菜の焼きしゃぶ」
(税込714円)



(左横) お好みの野菜をタコスで巻いて食べる「サラダ仕立て手巻きタコス」
(税込504円)

小森純さん おすすめ



健康居酒屋プロジェクト

目指せ!! 1日野菜を

350g 摂ろう!

Eat the vegetable of 350g
ちょっぴりにんじくを利かせる事が野菜もたっぷり食べれるポイントよ!!

LET'S START vegetables

最初に頼むのはどっち!? 1 or 2

生では食べにくいお野菜も熱を通せば沢山山山!!

春野菜と鶏肉のHOTなバーニャカウダ仕立て

小籠のおススメ!!

お肉が食べた〜い!! でも野菜も食べた〜い!!

【例】モンテローザでは有期限を取り入れた商品を提供しています。有期限JASマークについて JASマークは「JAS規格適合」と「JAS規格適合」の2つからなっています。有期限JASマークは有期限のJAS規格に適合した商品が行われていることを表示するマークです。JASマークが貼られていることにより製造の品質と表示内容が保証され、安心して食べられる商品であることを示しています。



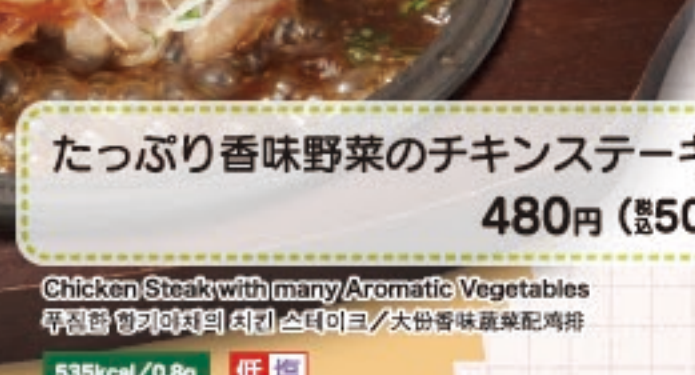
カリッとごぼうチップス
290円 (¥305円)
Burdock Chips / 宇治 漬物 / 牛蒡薄片
167kcal / 1.0g 低糖 菜多



春野菜と鶏肉のHOTなバーニャカウダ仕立て
380円 (¥399円)
Spring Vegetables and Chicken Bagna Cauda
봄 야채와 닭고기의 HOT 버니ャ카우다 풍미
春季时令蔬菜和鸡肉的温蘸酱
289kcal / 1.2g 低糖



春野菜と角切りベーコンのチーズグラタン
480円 (¥504円)
Cheese Gratin with Spring Vegetables and Bacon Pieces
봄 야채와 주사위 컷 베이컨 치즈 그라탕
奶油焗烤春季时令蔬菜和厚切培根
307kcal / 2.1g 低糖



たっぷり香味野菜のチキンステーキ
480円 (¥504円)
Chicken Steak with many Aromatic Vegetables
투우족 알키아차의 스테이크 / 大份香味蔬菜配鸡排
535kcal / 0.8g 低糖



カツオとたっぷり野菜のカルパッチョ
~焦がしにんにくソース de~
480円 (¥504円)
Bonito Carpaccio with lots of Veggies in a scorched garlic sauce
가다랭이와 푸짐한 야채의 카르파초 de~ 토티 마늘 소스 de~
生鮮鰹魚和大份蔬菜~焦蒜香膏~
211kcal / 1.7g 低糖 低糖 菜多



緑黄色野菜の塩炒め
480円 (¥504円)
Stir Fried Salted Green and Yellow Vegetables
녹황색 야채의 소금 볶음 / 盐炒绿黄色蔬菜
223kcal / 1.9g 低糖 低糖 菜多



サラダ仕立ての手巻タコス
480円 (¥504円)
Hand Rolled Salad Tacos
샐러드 풍미 손으로 만든 타코스 / 色拉风味手卷墨西哥玉米薄饼
412kcal / 2.3g 低糖



もち豚とたっぷり野菜の焼きしゃぶ
680円 (¥714円)
Mochibuta (Special Pork) with lots of Veggies Shabu Shabu Style
모찌 돼지고기 푸짐한 야채의 구이 샤부 / MOCHI猪和韭菜的寿喜烧涮锅
451kcal / 2.9g 低糖 菜多



緑黄色野菜のディップ添え
380円 (¥399円)
Green and Yellow Vegetables with Dip
[Pollack Roe Mayo or Basil Mayo (Flavored Mayonnaise Dips)]
녹황색 야채의 디프 함께 [명태 마요네즈, 바질 마요네즈]
绿黄色蔬菜配蘸酱 [明太子蛋黄酱, 罗勒蛋黄酱]
279kcal / 1.0g 低糖 菜多



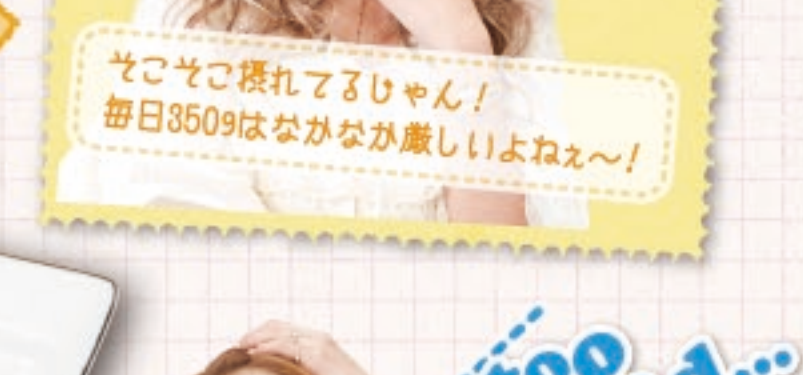
石焼鶏スープごはん
480円 (¥504円)
Rice and Chicken Soup in a Hot Stone Pot
돌솥 닭국밥 / 石烧鸡汤饭
151kcal / 4.0g 低糖



サラダ仕立ての手巻タコス
480円 (¥504円)
Hand Rolled Salad Tacos
샐러드 풍미 손으로 만든 타코스 / 色拉风味手卷墨西哥玉米薄饼
412kcal / 2.3g 低糖



Exelent!!
すごーい!!
野菜を沢山摂って健康生活まっしぐら!!



It's OK!!
すごーい!!
毎日8509はなかなか厳しいよね〜!



too Bad...
あちゃ〜
8509目指して明日から頑張るか〜



野菜を沢山摂るコツは「美味しく」「楽しく」!!
体の為だって言っても美味しくなくちゃダメだね!!
プロジェクトリーダー 小森 純さん

頑張ったごほうびに!!



苺パフェ
380円 (¥399円)
Strawberry Parfait / 딸기 파르페 / 草莓冻糕
248kcal / 0.2g
期間限定
国産苺使用 / 季節限定
旬の苺を使用しておりますので、国産苺の出荷がなくなり次第、終了させていただきます。



フルーツチョコフォンデュ
380円 (¥399円)
Fruit and Chocolate Fondue
프루트 초콜릿 풍류 / 水果巧克力锅
302kcal / 0.5g
国産苺使用 / 季節限定
旬の苺を使用しておりますので、国産苺の出荷がなくなり次第、終了させていただきます。