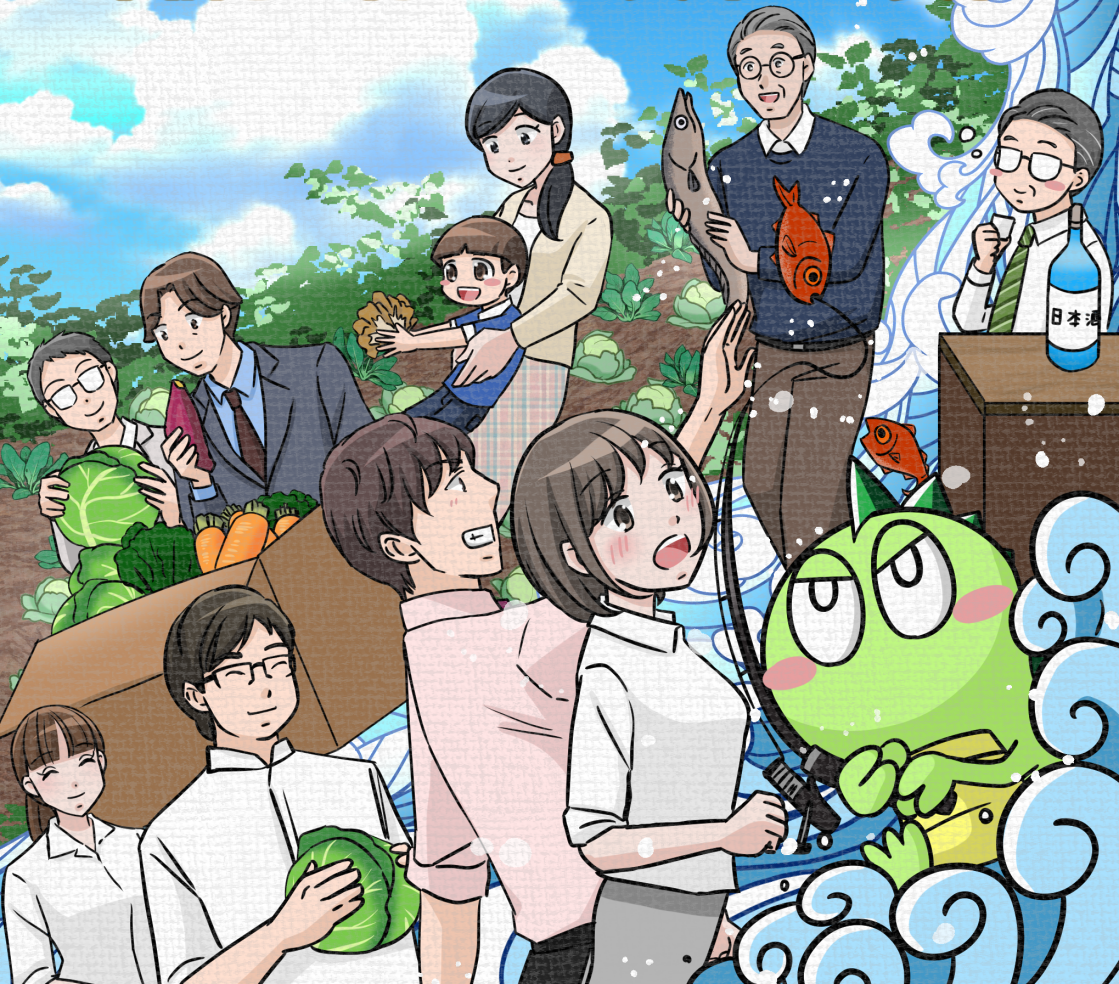


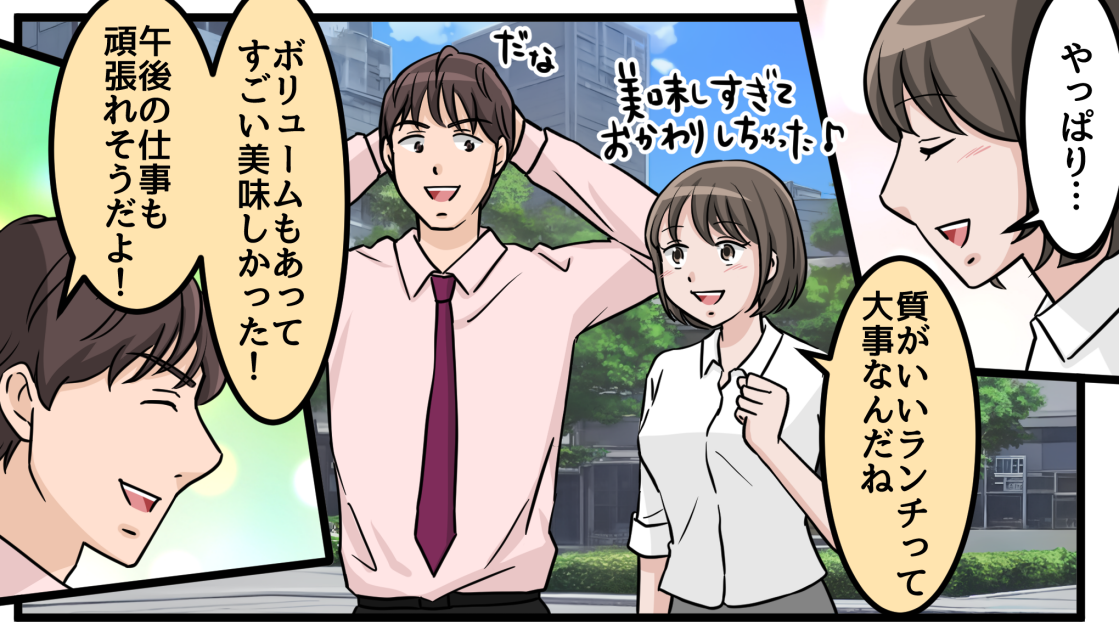
# 美味しい

# + 健康

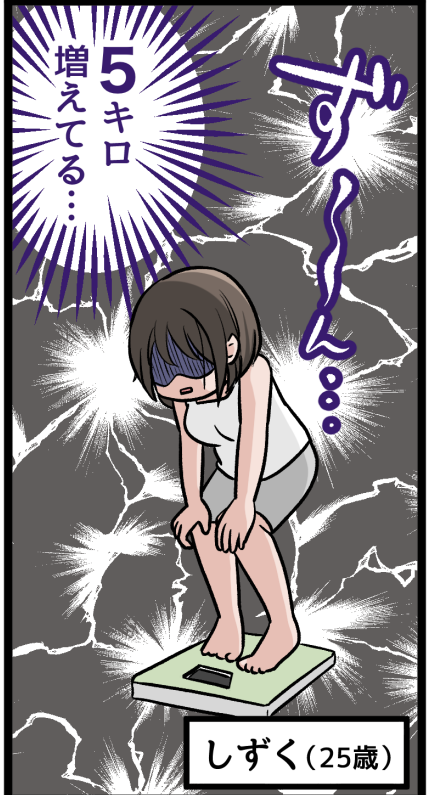
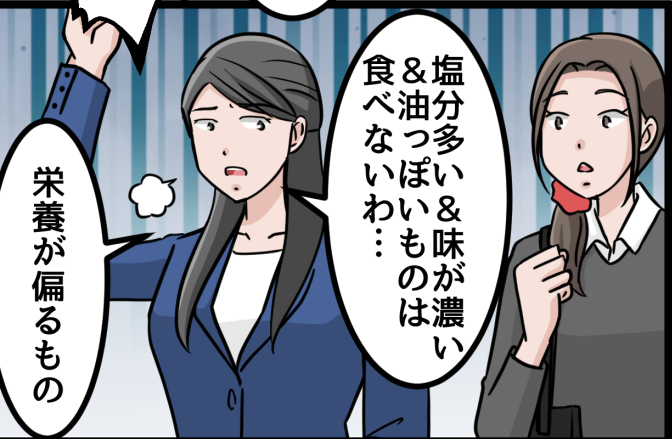
\\ 外食なのに //

栄養バランスが良くて  
幸福感が得られる美味しい食事!?





その日の朝  
私はここ最近で一番落ち込んでいました…





ほんと健康志向ねえ

何言ってるの！私達アラサーなんだからちやんと気をつけないとだめよ！

最近ちよつと食事減らしても若いときみたいになつてきたのよね…

私もよだから気をつけ始めたの

：最近ラーメンたくさん食べた!! やばい!! 私も食生活をちゃんとしなきゃ…



ドキ

ドキ

しずくランチ行こーぜ

どうしよう…まずは1週間から始めよう  
ランチを抜きにし…  
夜はヨーグルトだけ…  
朝はりんごだけ…  
おれは20代…  
学費で…  
でも…  
天ぷら…  
一切無し!

：私、今日はランチパスする

はると(26歳)

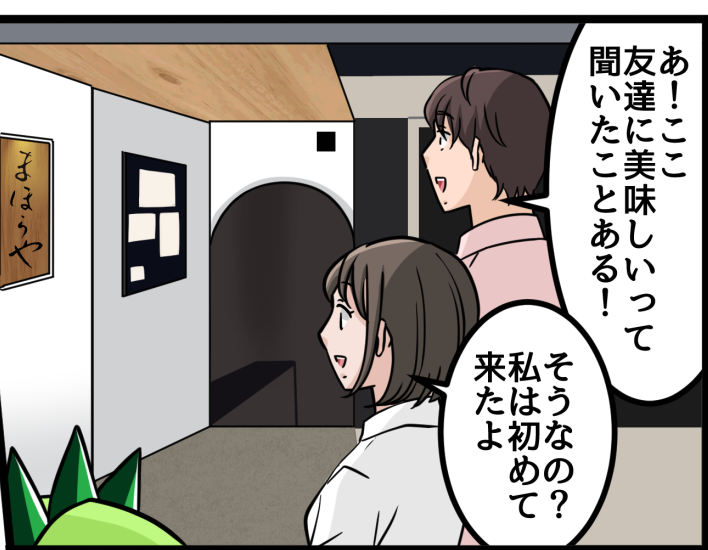
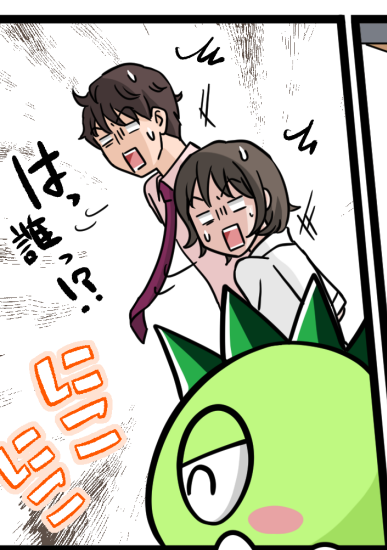
何言ってるんだよ！大食いのお前が我慢できるわけないだろ！

ほらぞ！行くぞ！

ダメだよ！最近ほんと太ってきすぎたからさ！ご飯減らさなきゃ

そんな君にはここがいいで！

ぽちん☆





これだけ広がったら  
歓送迎会とか接待でも  
利用できそうだよな

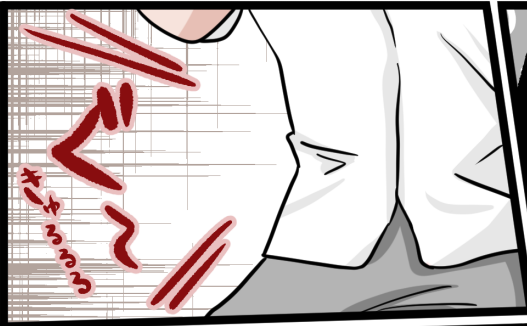
うん  
うん

こちらの男性に  
「海鮮丼御膳大盛」  
こちらの女性に  
「天ぷら御膳刺身付き」  
をお願い



海鮮丼か  
いいね〜

私は今！食事に  
気をつけてるので！  
天ぷらとか  
油っこいものは……！



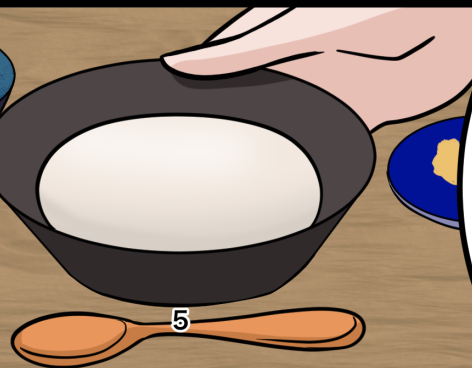
わかるとぞ

は……



メイン料理の前に  
お出ししております  
お付き出しの  
豆乳豆腐です

お好みでお塩と生姜  
お豆腐用の醤油で  
お召し上がり下さい



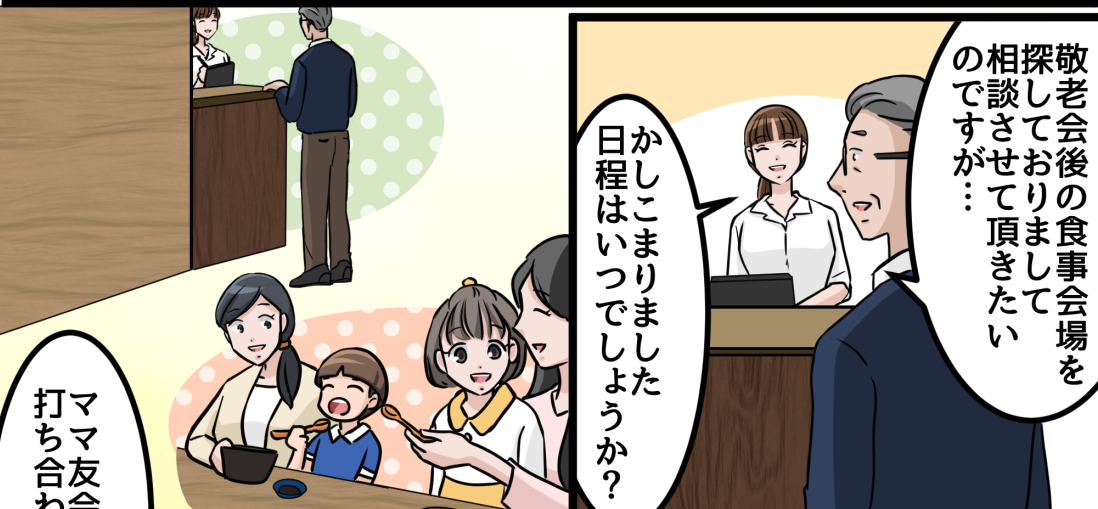


この豆腐はなめらかで濃厚な舌触りで味もしっかりしてるから

そのままでも食べれるで

ん！本当だ！そのままでも美味しい！

私は2口目に塩をかけてみよう



敬老会後の食事会場を探しておりました。相談させて頂きたいのですが...

かしこまりました。日程はいつでしょうか？

ママ友会に食事会打ち合わせかあ



いろんな方が利用してるのね

だーな

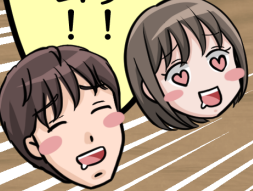


お待たせいたしました  
海鮮丼の大盛りと  
天ぷら御膳刺身付きでございます

海鮮丼  
真鯛・ブリ  
カツオ・マグロ  
太刀魚

天ぷら御膳  
お刺身  
真鯛  
ブリ  
マグロ

わあ！美味しそう！  
すごいボリューム！



天ぷらは米粉で揚げていて  
小麦粉で揚げるよりも  
油を吸収しないから

油っこくなく  
サクッと食べれるで！

ぱく  
おぼろー♡  
おぼろー♡

ご飯・味噌汁を  
お替りするといいで！

お替り自由か！  
嬉しいな！

ぱく



ぽちん☆



フフフ...

魚は私が直接  
市場に行くこともありますが  
**産地直送**がメインです

産地直送ですと  
現地の仲買業者とやり取りできるので  
他よりも**鮮度の良いもの**が  
**安価で仕入れることができる**んです

わ!

鮮度に  
こだわってるって  
ことやな!

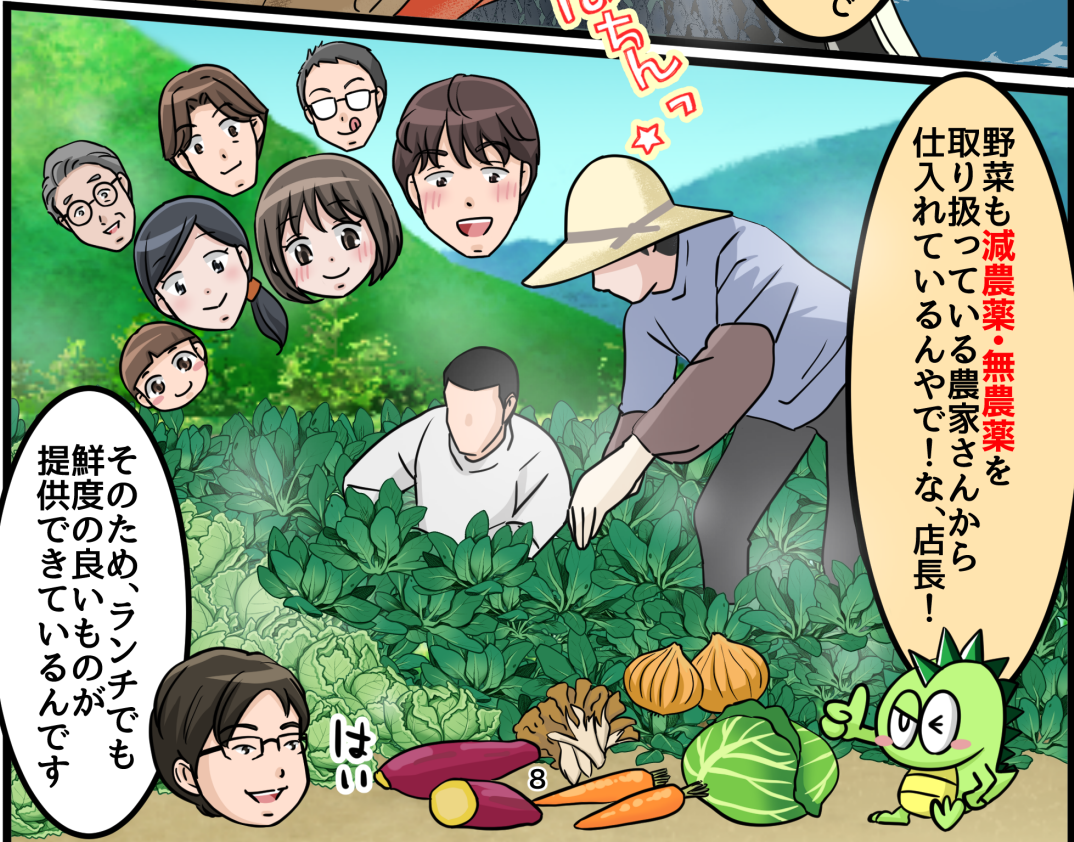
ぽちんっ☆

野菜も**減農薬・無農薬**を  
取り扱っている農家さんから  
仕入れているんですよ! な、店長!

そのため、ランチでも  
鮮度の良いものが  
提供できています

は  
00

8





## 白砂糖

甘味成分以外  
(ビタミン・ミネラル・不純物)  
を徹底的に取り除く作業をした砂糖  
**過剰になることで  
心身の不調の原因に  
なってしまうんや!**



ちなみに  
白砂糖・小麦粉  
添加物を  
使っていないんや

## 添加物

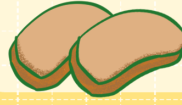
多くの添加物が  
腸に入っていくことによって  
便秘・肌荒れ・栄養吸収の障害  
が起こっていくから  
**疲れやすく痩せにくい体質に  
なってしまうんや!**



## 小麦粉



水を含んだグルテン  
(ラテン語で「糊」を意味するんやで)  
はベタベタして消化されにくく  
腸の中に張り付いてしまうんや!  
だから**腸や体に異変が起こって  
しまうんや!**



こんなに  
美味しいものなんだねえ



健康的な食事って  
今まで味気ないけど  
イメージだったけど

確かに  
この刺身醤油  
美味しいなあ!



料理に欠かせない  
**お米・塩・醤油も  
厳選してるんやで!**



そっかあ...  
健康的な食事って  
本当に大事なこと  
なんだねえ...

あんな新鮮な  
刺身だから  
高いなあ...

ドキ  
ドキ



外食を一概に  
悪いと思つていたけど…

え!!? こんなに  
安いの!!

本日の  
お会計はこちらです

|           |       |
|-----------|-------|
| 海鮮丼御膳     | 1100円 |
| 天ぷら御膳刺身付き | 1320円 |
| <hr/>     |       |
| 計         | 2420円 |

もちろんやで!

夜の予約つて  
できるのかなあ?  
会社の飲み会が  
あるんだけど…

ほんと

こういうお店があるなら  
安心して食事ができるね

店長おすすめコース

魚料理だけでなく  
お肉料理もございます  
価格も抑えていますので  
お気軽にご相談ください

但馬牛  
ステーキ

豊富な日本酒

団体利用できるから  
店長に相談してや!



どうして  
こんなに良い食材を  
揃えることが  
できるか…？

それは、笑顔と元気に溢れる  
メディカルチーム

**オルソグループ**  
だからなんや！



栄養  
療法

運動  
療法

休息  
療法

地域  
医療

手技  
療法

オルソグループ



オルソグループでしかできない  
食と医療の連携 **オルソダイニング**

**まほらや**



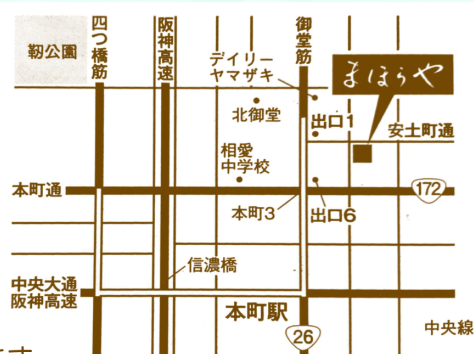
〒541-0052  
大阪府中央区安土町3-3-5  
イケガミビル B1F

TEL 06-6266-2900  
FAX 06-6266-2901

営業時間

ランチタイム 11:30~15:00  
ディナータイム 17:30~22:00

土日祝日にも団体様のご予約をご相談いただけます





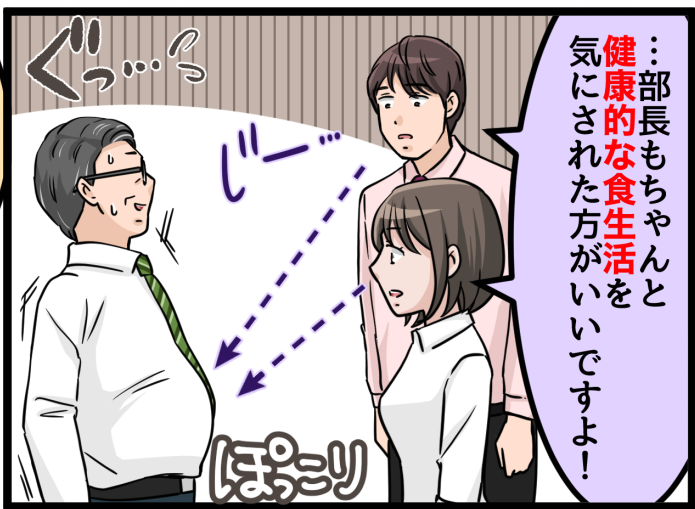
部長！今度の打ち上げ会場  
ここはいかがでしようか？

健康的な食事  
で  
免疫を上げましょう！

まほうや

健康的って…  
味は大丈夫なのか？

飲み会なんだから  
健康より  
酒に合う揚げ物だろう！



…部長もちやんと  
**健康的な食生活**を  
気にされた方がいいですよ！

味は最高に  
美味しんです！  
ちなみに  
日本酒の種類  
豊富だそうです！



うむ…

…そこで  
頼む



オルソグループ  
ORTHO GROUP