

## 不足しがちな栄養が摂取できる、お寿司の前の新習慣

### 「健康シリーズ食前の一皿」累計300万食突破！

## 好評につき、夏におすすめな5商品が新登場

—6月26日(金)より、全国のくら寿司で販売開始—

回転寿司チェーン「くら寿司」を運営するくら寿司株式会社(代表取締役社長:田中邦彦、所在地:大阪府堺市)は、健康を意識したメニュー「健康シリーズ食前の一皿」から、新たに5種類の商品を6月26日(金)より全国のくら寿司にて販売いたします。



本シリーズは、野菜不足など現代人の食生活における課題に着目し、食事の最初に手軽に栄養をプラスできる少量サイズのメニューとして開発。近年、健康志向の高まりにより、食事の際に野菜から食べる“ベジファースト”を実践する人や、日々の食生活で栄養バランスを意識する人が増えています。また、当社では、四大添加物(化学調味料、人工甘味料、合成着色料、人工保存料)の不使用へのこだわりや「糖質オフシリーズ」販売実績から、健康を意識したお客様のご利用も多く、回転寿司で野菜を摂りたいというお声もたくさんいただいております。

このようなニーズを踏まえつつ、豊富なメニューをワンプレートで少量ずつ楽しめるという回転寿司ならではの利点を生かし、手軽に野菜を中心としたメニューを楽しんでいただける「健康シリーズ食前の一皿」を開発。世界保健機関(WHO)が定める“世界健康デー”に合わせ、4月7日より販売開始以降、累計300万食を突破しており、好評をいただいている中、これから暑くなる夏におすすめな5種類の商品が新登場します。

新発売の商品は、カリウムとビタミンB1・B2を含む「冷製コーンポタージュ」をはじめ、ビタミンUを含む「キャベツ酢漬け」、ビタミンCとリコピンが摂取できる「夏野菜サラダ」、食物繊維やβカロテンを含む「きんぴらごぼう」、セサミンとイソフラボンを含む「黒ごま豆乳ぷりん」です。どれも少量サイズかつリーズナブルな価格でご提供することで、普段はあまり食べない食材を使用したメニューでも気軽に試しやすく、食前の一皿として不足しがちな栄養素を手軽にプラスできるメニューとなっています。本シリーズの商品は回転レーンからもご提供し、注文品よりもお得な価格で、流れてくる商品を気軽に選んで取る楽しさも魅力です。

お寿司を食べる前に、手軽に野菜が摂れる商品が楽しめる「健康シリーズ食前の一皿」。ぜひくら寿司でベジファーストを実践してみたいはいかがでしょうか。

## ■「健康シリーズ食前の一皿」新商品販売概要

・6月26日(金)～販売開始

・各120円(回転レーンでは各115円でご提供)

※店舗により価格は異なります。※一部商品は予定数量に達し次第、販売終了となります。※お持ち帰りは不可です。

※成分表示は株式会社みらいによる分析値に基づき表示しています。



### 冷製コーンポタージュ

糖質 33(g/1食)、カロリー302(kcal/1食)

カリウム×ビタミンB1・B2

内側から整うウェルネス・ポタージュ

トウモロコシの食感を残し、

食べ応えのあるスープに仕上げています。



### キャベツ酢漬け

糖質 5.1(g/1食)、カロリー224(kcal/1食)

ビタミンU×酢

スッキリを助ける新習慣

ニンニクやはちみつを入れた特製ピクルス液で

キャベツをマリネしました。



### 夏野菜サラダ

糖質 35(g/1食)、カロリー360(kcal/1食)

ビタミンC×リコピン

カラダの中から整える夏野菜コンビ

バジルのドレッシングで

ミニトマト、パプリカを和えた夏らしい一品。



### きんぴらごぼう

糖質 33(g/1食)、カロリー242(kcal/1食)

食物繊維×βカロテン

毎日のコンディションを整える

食物繊維を含むごぼうとにんじんを使い、

すりごまをトッピング。



### 黒ごま豆乳ぷりん

糖質 78(g/1食)、カロリー603(kcal/1食)

セサミン×イソフラボン

キレイをサポートする、美と和のスイーツ

優しい風味の豆乳ぷりんが

黒ごまの風味とココを包み込みます。

## ■引き続き販売の商品



### チキンサラダ(山形産ハーブ鶏使用)

糖質 12(g/1食)、カロリー360(kcal/1食)

たんぱく質×ビタミンD・葉酸

健やかな毎日をサポート

たんぱく質豊富な食材であるサラダチキンと卵を使用した小ぶりのサラダです。



### 沖縄もずく

糖質 9.7(g/1食)、カロリー409(kcal/1食)

フコイダン×酢酸

ヘルシーな食生活をサポート

くら寿司特製の合わせ酢を使用することで、通常のもずくよりも少し甘みがあり食べやすく仕上げています。



### 海藻サラダ

糖質 0.9(g/1食)、カロリー127(kcal/1食)

アルギン酸×ヨウ素

スマートな食生活を支える

かずのこと海藻、オニオンスライスを使用し、様々な食感を楽しめる海藻サラダです。



### ブロッコリーサラダ(アンチョビマヨ)

糖質 30(g/1食)、カロリー67.5(kcal/1食)

スルフォラファン×アントシアニン

エイジングに寄り添う栄養をプラス

にんにくを使ったアンチョビマヨネーズがアクセントになったサラダです。



### 優しいトマト

糖質 20(g/1食)、カロリー96(kcal/1食)

リコピン×ビタミンC

ダメージケアを意識した栄養をプラス

みずみずしく酸味と甘みのバランスがよいミニトマトです。



### シャリ野菜 まぐろ

糖質 1.6(g/1食)、カロリー30.7(kcal/1食)

たんぱく質×鉄分

毎日の元気をサポート

シャリの代わりに大根と人参の酢漬けを使用。数の子マヨネーズが、マグロと野菜の味をまろやかにまとめます。



### シャリ野菜 サーモン

糖質 1.7(g/1食)、カロリー35.8(kcal/1食)

ビタミンE×β-カロテン

美容と健康をサポート

シャリの代わりに大根と人参の酢漬けを使用。数の子マヨネーズが、サーモンと野菜の味をまろやかにまとめます。

■管理栄養士 伊達先生オススメ!「健康シリーズ食前の一皿」×お寿司の組み合わせ



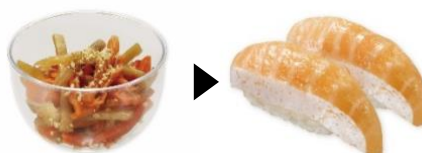
冷製コーンポタージュ ▶ つぶ貝  
ビタミン B1・B2 × 亜鉛  
エネルギー代謝の栄養素を、スープとお寿司で



キャベツ酢漬け ▶ あじ  
酢 × 良質たんぱく質  
夏にオススメ! 栄養を美味しくプラス



夏野菜サラダ ▶ ビントロ  
ビタミン C × ビタミン D  
カラダの根幹から元気を支える



きんぴらごぼう ▶ とろサーモン  
食物繊維 × 良質な脂質  
インナービューティーを意識した組み合わせ



黒ごま豆乳ぷりん ▶ 大盛り貝柱  
セサミン × たんぱく質・亜鉛  
大人の美しさをサポート



【管理栄養士:伊達友美先生のコメント】

普段はあまりお米を食べない人も、お魚を食べない人も、海藻を食べない人も、それぞれが自分の好みに合わせて栄養をプラスできるのが回転寿司の魅力です。さらに、その日の体調に合わせて量を自分で決められるのも、回転寿司の素晴らしいところ。『食べたいものを、食べたい時に、食べたいだけ食べる』という理想の食事が実践できる回転寿司は、まさに世界に誇れる日本の食文化です。