

# 秋冬に美味しい旬の食材を美味しく食べて健康に 目的に合わせて選べるお弁当

JUST F/T  
**VERUS**  
24H FITNESS GYM

鉄板焼  
TSUKINOUSAGI

VERUS  
×  
鉄板焼TSUKINOUSAGI  
**コラボ弁当  
第3弾**

期間限定 要予約

## 糖質制限応援弁当 1,800円(税込)

横山氏監修の  
プロテインパウダーを  
使用したデザートも  
入ってます!



低糖質・高タンパク、且つ美味しいにこだわり抜いた新商品。  
免疫力向上につながる食材も多く使用しています。穀類がなく  
てもご満足頂けるバランスの良いお弁当です。

- 海老とノルウェーサーモンのソテー  
きのこクリームソース
- 鶏ハムとグレープフルーツのカプレーゼ
- 国産牛ランプステーキトリュフ塩添え
- 焼き野菜
- プロテイン黒糖ムースと季節の果物

期間限定 要予約

## 免疫力応援弁当 2,300円(税込)



免疫力向上に必要な栄養素はビタミンC・ビタミンD・ビタミンA・  
亜鉛など。横山氏の監修のもと、これらの栄養素を多く含む  
食材を取り入れ、更に高タンパクなお弁当を完成させました。

- 海老とノルウェーサーモンのソテー  
きのこソース
- 鶏のムースのパートブリック包み焼き  
ジンジャー風味
- 栃の木黒牛もも肉のローストビーフ  
野菜添え
- ロウカット玄米と県産コシヒカリの鶏飯風
- ズワイガニと蓮根のマリネ
- 里芋のフリット生ハム巻き  
いくら添え
- さつまいものレモン煮
- 牡蠣のオイル煮の生春巻き
- プロテイン黒糖ムース



MESSI 株式会社 代表取締役社長  
**横山 翔太**

北海道旭川市出身。  
防衛大学校を首席で卒業後、航空自衛隊の  
幹部自衛官として勤務し、のちにパーソナル  
トレーナーへ転職。2014年に宇都宮市にプ  
ライベートパーソナルジム LAMUDA を創業し、  
1,000人以上の肉体改造・健康増進に関  
わる。現在は、24Hフィットネスジムの JUST  
FIT24 及び VERUS のオーナー。自身が  
フィットネスを通して得てきた豊かさを多く  
の方々に提供するため、VERUSを中心に全  
国に新しいモデルのジムを展開し、フィット  
ネス人口の増加に寄与すべく奮闘中。

健康は運動と正しい食生活から

JUST F/T  
**VERUS**  
24H FITNESS GYM



<https://justfit24.com/gymlist/gym-tsuruta/>

〈鶴田店〉  
栃木県宇都宮市鶴田町 1457-6  
☎028-680-5211

JUST F/T 24  
PRODUCED BY LAMUDA

<http://www.justfit24.com>

〈今泉町店〉 栃木県宇都宮市今泉町 2995-9  
☎028-612-7951  
〈若松原店〉 栃木県宇都宮市北若松原 1-14-12  
ヨークタウン若松原内  
☎028-678-8878  
〈西口駅前店〉 栃木県宇都宮市駅前通り 3-4-5  
U-SQUARE 1F-3F  
☎028-610-3300

鉄板焼  
TSUKINOUSAGI

鉄板焼 TSUKINOUSAGI  
栃木県宇都宮市鶴田2丁目 14-6  
☎028-647-4129 火曜定休  
<https://teppanyaki-tsukinousagi.com>



**前日の17時までにご予約ください。**  
(20個以上ご注文の場合は前々日までにご予約ください)  
**TEL. 028-647-4129**