

【数量限定】無病息災を願う日本の伝統食“七草がゆ”

169kcalの『春の七草と蒸し鶏のおかゆ』を3日間限定で販売

ご自宅で楽しめる「レトルト粥」タイプは12/28（日）まで早割キャンペーン実施中

株式会社グリーンハウスフーズの展開する「おかゆと麺 粥餐庁（かゆさんちん）」は、2026年1月7日の人日（じんじつ）の節句に合わせ、無病息災を願って食される日本の伝統食“七草がゆ”にちなんだ本格粥「春の七草と蒸し鶏のおかゆ」を、**2026年1月6日（火）から1月8日（木）までの3日間、レストラン全店にて期間・数量限定で販売**いたします。

また、ご自宅でいつでもお手軽にお召し上がりいただける**“レトルト七草がゆ”（2食セット）**は、**店頭のほか、公式オンラインショップにて数量限定で先行販売中**です。

■1月7日は“七草の日” 毎年恒例、3日間限定の本格粥

春の七草とは、**せり、なずな、ごぎょう、はこべら、ほとけのざ、すずな（かぶ）、すずしろ（大根）**を指し、早春にいち早く芽吹く七草の生命力にあやかり、無病息災を願って古くから1月7日の人日（じんじつ）の節句に食されてきました。

当メニューは、**白米2:玄米1にブレンドした粥餐庁黄金比率のお米を自家製スープでじっくり炊き上げる、栄養豊富で旨みたっぷりの生姜入りのおかゆ**をベースに、メインとなる七草や、ほっくり大根、蒸し鶏などと一緒に楽しみいただける粥餐庁オリジナルの七草がゆです。カロリーは、**粥餐庁のおかゆメニューの中でも最も低い169kcal**。年末年始のご馳走で疲れた胃腸をやさしく整える、新年限定メニューです。

なお、テイクアウト・デリバリー※1にも対応しておりますので、**オフィスやご自宅でもお召し上がりいただけます**。



■七草の日は粥餐庁へ！次回以降使えるお得なクーポン付き

さらに、期間中に当メニューを**レストラン店舗にてご注文いただいたお客様全員に、次回以降※2ご利用いただける“店内飲食100円OFFクーポン”**をプレゼント。新年の無病息災を願う“七草の日”、からだにやさしい新年ならではの**おかゆでリセット**し、次回のお食事もお得にお楽しみいただけます。

※1 店舗ごとにデリバリーサービスが異なります

※2 2026年1月9日（金）～2月28日（土）までの期間で

お一人様1会計につき1枚ご利用いただけます（他のサービスとの併用はできません）





【販売概要】

春の七草と蒸し鶏のおかゆ

◇販売期間：2026年1月6日（火）～ 1月8日（木）

◇販売価格：890円（税込）／169kcal

■粥餐厅の「レトルト七草がゆ」はご自宅でも簡単にお召し上がりいただけます

七草がゆをご自宅でもお楽しみいただけるよう、「粥餐厅」のレトルト粥と春の七草（フリーズドライ）がセットになった「**レトルト七草がゆ（2食セット）**」を店頭のほか、**公式オンラインショップ**で先行販売中です。

さらに、公式オンラインショップ「GHF DINING SHOP」では、**12月10日（水）～ 12月28日（日）**までの期間、クーポンコード「**nanagayu2026hw**」を入力いただくと、**合計金額から10%OFF**でお買い求めいただける**早割キャンペーン**を実施いたします。一年の無病息災を祈願しながらいただく日本の伝統食を、ご自宅でいつでもお手軽にお召し上がりた方におすすめの一品です。



【販売概要】

レトルト七草がゆ（2食セット）

*** オンラインショップ「GHF DINING SHOP」**

https://www.ghfdining-shop.com/view/category/ct55?utm_source=202512&utm_medium=pr

◇販売価格：1,380円（税込・送料別） ※合計額が3,980円（税込）以上の場合、送料サービス

◇レトルトタイプは1個あたり91kcal（おかゆのみ87kcal）

※レトルト粥、乾燥七草それぞれの賞味期限をご確認の上、お召し上がりください

※店頭・公式オンラインショップともに、売り切れ次第終了となります

■「七草」それぞれの効能について

◇**せり**：健胃、解熱、利尿、食欲増進など、ビタミンA・Cが豊富

◇**なずな**：消炎、解熱、利尿など、ビタミンKが豊富

◇**ごぎょう**：せき止め、扁桃腺炎予防、利尿など

◇**はこべら**：歯痛、消炎、利尿など

◇**ほとけのざ**：健胃、食欲増進、歯痛など

◇**すずな（かぶ）**：消化促進、解毒、せき止め、そばかすなど、ビタミンA・C、カルシウム・鉄分が豊富

◇**すずしろ（大根）**：健胃、消化促進、解熱、せき止め、利尿など、ビタミンA・Cが豊富

※各食材そのものに期待されている効能で、必ずしも効果を保証するものではありません

■ 粥餐厅のおかゆ

「粥餐厅」のおかゆは、1967年創業、医食同源の哲学を大切にした本格中国料理「謝朋殿」から受け継いだ、“**からだを内側から元気にする**” **本格中華粥**。中国では医食同源の思想の下、からだを温めることが健康につながると考えられており、**毎朝熱々の自家製スープ※で生米から毎日じっくり炊き上げる栄養豊富でうまみたっぷりの生姜入りのおかゆ**は、食べることでからだを内側からゆっくりやさしく温めてくれます。



※干すことでうまみが増した“干し貝柱”や日本の味覚“昆布”、チキンスープなどをベースに朝から毎日お店で炊き上げています

使用するお米は**白米2:玄米1にブレンドした粥餐厅黄金比率**。玄米かゆは白米に比べ**ビタミンB1が7倍、食物繊維が6倍**も多く含まれていて**栄養豊富で低カロリー**なのも特徴です。

■ 「おかゆと麺 粥餐厅（かゆさんちん）」

干し貝柱・チキンスープ、昆布・生姜とともに毎日、店内で炊き上げている自慢のおかゆのほか、濃厚担々麺、おかゆや麺に合う点心も。日常の中にホッとひととき、からだに元気を取り入れる、粥の専門店です。

◇店舗：新宿京王モール店／札幌オーロラタウン店／仙台エスパル店／さいたま新都心コクーン店／栄 森の地下街店
グランフロント大阪店／KITTE博多店

◇URL：<https://www.ghf.co.jp/kayu-san-chin/>

◇公式Instagram：<https://www.instagram.com/kayusanchin/>

■ オンラインショップでも「粥餐厅」のおかゆが楽しめます

ご家庭でも手軽にお楽しみいただける3種の「カップ粥」や、素材の味を活かした「パウチ粥」は、店頭をはじめ公式オンラインショップ「GHF DINING SHOP」でもご購入いただけます。

*** オンラインショップ「GHF DINING SHOP」** <https://ghfdining-shop.com/>



カップ粥



カップ粥



レトルトパウチ粥



1杯のおかゆを2度楽しむ粥餐厅オリジナル『おかゆのたれ』

カキとカツオと昆布の海の三種の神器をギュッとブレンドした、粥たれ。甘みがあって、おかゆを引き立てるとっておきの隠し味です。

本件に関する
お問い合わせ先

〒163-1419 東京都新宿区西新宿3-20-2 東京オペラシティタワー17階
株式会社グリーンハウスフーズ 広報室 熊谷 萌花
e-mail: kumagaimo@greenhouse.co.jp tel: 03-3379-1249