

あると安心！晩ごはんセット

商品名	召し上がり方	原材料	アレルギー成分	栄養成分				
				カロリー	タンパク質	脂質	炭水化物	食塩相当量
レンジ用トマト煮込みハンバーグ	【電子レンジの場合】凍ったままの袋を、蒸気口の面を上にして皿にのせ下記の時間を目安に電子レンジで加熱してください。500W4分30秒600W3分40秒【袋のままボイルする場合】凍った袋のまま、沸騰したお湯に入れ、15分加熱してください。	ソーセイオニオン、トマト加工品、トマトペースト、トマトケチャップ、バター、砂糖、食塩、ビーフエキス、醸造酢、たまねぎエキス、香辛料、ペニコウジ色素、牛肉、豚肉、たまねぎ、パン粉、卵白粉、牛脂、鶏卵、発酵調味料、粉末状大豆たんぱく、カラメルソース、乳糖	卵、乳成分、小麦、牛肉、大豆、豚肉、りんご	1食(160g) 213kcal	15.4g	10.9g	13.3g	1.5g
油淋鶏(ユーリンチー)	冷蔵庫で一晩解凍してください。【オープンの場合】解凍した油淋鶏を、220℃に予熱したオープンで、約15分加熱してください。(※折りまげて凹凸をつけたアルミホイルまたはオープン網を敷き、解凍した油淋鶏の皮目約5分→裏約5分→皮目約5分加熱していただくと言がカリッと仕上がります。)【オーブントースターの場合】アルミホイルを敷き、解凍した油淋鶏を約10分加熱してください。(※折りまげて凹凸をつけたアルミホイルまたはオープン網を敷き、解凍した油淋鶏の皮目約3分→裏約3分→皮目約1～2分加熱していただくと言がカリッと仕上がります。)【揚げの場合】解凍した油淋鶏を170℃の油で約5分揚げてください。※少ない油で揚げ焼きする場合・・・(約18cmフライパン)約1～1.5cmの油を入れ、中火で皮目約3分、裏約3分加熱してください。熱々の油淋鶏を食べやすい大きさに切って、お好みの生野菜(レタス、トマト)等と共に器に盛りつけ、タレをお好みの量をまわしかけてください。	《油淋鶏》鶏肉、じゃがいもでん粉、粉末状大豆たんぱく、清酒、しょうゆ、食塩、香辛料、酵母エキス、小麦グルテン酵素分解物、ゼラチン酵素分解物、米油、なたね油、とうもろこし油 《タレ》しょうゆ、水あめ、りんご酢、砂糖、ねぎ、米発酵調味料、ごま油、チキンエキス、しょうが、にんにく、オイスターソース、乾燥たまねぎ、米でん粉、すりごま、酵母エキス、とうがらし	小麦、大豆、鶏肉、りんご、ゼラチン、ごま	【鶏もも唐揚げ】 1枚(200g) 510kcal 【タレ】 1袋(50g) 72kcal	【鶏もも唐揚げ】 22.8g 【タレ】 1.9g	【鶏もも唐揚げ】 39.0g 【タレ】 1.5g	【鶏もも唐揚げ】 16.6g 【タレ】 13.1g	【鶏もも唐揚げ】 1.0g 【タレ】 2.8g
徳用牛丼の素	【袋のままボイルする】凍ったまま袋ごと沸騰した湯に入れ、約8分加熱し、温かいごはんにかけて召しあがりください。	牛肉、たまねぎ、しょうゆ、砂糖、食塩、本みりん、清酒	小麦、牛肉、大豆	1袋(140g) 179kcal	13.0g	9.5g	10.5g	3.0g
レンジ用鶏もも唐揚げ	【電子レンジ】凍ったまま袋から出し耐熱皿にのせ、ラップをかけずに下記の時間を目安に加熱してください。(500W) 3個／2分15秒、5個／2分30秒、7個／3分(600W) 3個／2分、5個／2分15秒、7個／2分45秒	鶏肉、しょうゆ、清酒、砂糖、しょうが、にんにく、食塩 《衣》小麦粉、とうもろこしでん粉、小麦でん粉、鶏卵、食塩、脱脂粉乳、砂糖、ぶどう糖、香辛料、コーンフラワー、カラメル色素 《揚げ油》なたね油、とうもろこし油	卵、乳成分、小麦、大豆、鶏肉	100g 171kcal	14.0g	6.9g	13.3g	1.2g
さばの味噌煮(骨なし)	【袋のままボイル】凍ったまま外袋から取り出し、内袋ごと沸騰したお湯にいれ、再沸騰後、7～8分加熱してください。	サバ、みそ、砂糖、本みりん、しょうゆ、水あめ、しょうが、魚しょう、食塩	小麦、さば、大豆	1袋(80g) 229kcal	11.2g	16.2g	9.4g	1.4g