

トライアルセット【定番の家庭料理セット】

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	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
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。	タイセイヨウサバ(ノルウェー産)、みそ、砂糖、本みりん、魚しょう、しょうゆ、食塩、水あめ、しょうが	小麦、さば、大豆	1袋(80g) 229kcal	11g	16g	9g	1.4g
さばのみぞれ煮	【袋のまま湯煎】凍ったままの「さばのみぞれ煮」を、沸騰したたっぷりのお湯に袋のまま入れ、約8分を目安に加熱してください。	タイセイヨウサバ(ノルウェー産)、だいこん(国産)、しょうゆ(小麦を含む)、砂糖、発酵調味料、醸造酢、ゼラチン、じゃがいもでん粉、食塩、こんぶエキス、魚介エキス、酵母エキス、増粘剤(キサンタンガム、ローカストビーンガム)	小麦、さば、大豆(乳成分が製造工程で混入する可能性があります)	1食(125g) 280kcal	15g	22g	6g	1.4g
ほっけの熟成干し	【解凍方法】冷蔵庫で解凍してください。【召しあがり方】解凍後、セロファンを完全に取り除き、焼き網またはロースターで焼いて召しあがりください。	シマホッケ(アメリカ産)、食塩		100g 190kcal	16g	12g	3g	1.4g
ほうれん草のごま和え	冷蔵庫解凍、または袋のまま流水解凍して召しあがりください。	ほうれん草(国産)、ごまペースト、ごま、しょうゆ、砂糖、本みりん、風味調味料(かつお節、こんぶ)、(原料の一部に小麦・ごま・大豆を含む)	小麦、大豆、ごま	1袋(90g) 88kcal	4g	6g	8g	0.84g
ひじきの五目煮	凍ったままの袋の端にハサミ等で切り目(空気穴)をいれ、電子レンジで加熱してください。目安時間:500W 2分、600W 1分30秒。	枝豆(中国産)、ちくわ、鶏肉(ブラジル産)、にんじん、油揚げ、干ひじき、風味調味料(かつお節、こんぶ)、しょうゆ、清酒、砂糖、(一部に小麦・大豆・鶏肉を含む)	小麦、大豆、鶏肉	1袋(70g) 118kcal	8g	6g	9g	0.58g
4Xチキン親子丼の具	【召しあがり方】 ＜材料＞1人分4Xチキン親子丼の具 1袋/卵 2個/温かいご飯 ＜作り方＞①親子丼の具は袋のまま鶏肉が完全に解凍するまで流水解凍します。(ボイル解凍はしないでください)。②小さめの浅鍋(またはフライパン)に、①を汁ごと移し、加熱します。③鍋のまわりが沸き立ったら、溶き卵(2個分)を流し入れてふたをし、吹きこぼれない程度の火加減に調整します。④卵が半熟になったら火からおろし、温かいご飯にのせます。	鶏肉(国産)、たまねぎ(国産)、しょうゆ、本みりん、清酒、調味エキス(こんぶ、かつお、酵母、小麦グルテン)、砂糖、米発酵調味料、食塩	小麦、大豆、鶏肉(卵、乳成分、さけ、豚肉、やまいも、りんご、ごまが製造工程で混入する可能性があります)	1袋(150g) 152kcal	14g	2g	15g	2.8g
牛すきやきライスバーガー	【電子レンジで加熱】凍ったままの牛すきやきライスバーガーを外袋から取り出し、内袋の端に約2cmの切り込みを入れて皿にのせ、下記の時間を目安に加熱してください。(加熱時間の目安)1個当り500W 3分30秒600W 2分30秒※追加工加熱は、5～10秒ずつ調整してください。	精白米(国産)、たまねぎ(国産)、牛ばら肉(国産)、しょうゆ(小麦を含む)、砂糖、発酵調味料、かつお節エキス、じゃがいもでん粉、植物油脂(大豆油、なたね油)、還元水あめ、食塩	小麦、牛肉、大豆(卵、乳成分、イカ、えび、かに、さけ、さば、鶏肉、豚肉、もも、りんご、ゼラチン、バナナ、ごまが製造工程で混入する可能性があります)	1個(130g) 228kcal	6g	4g	42g	1.7g
お試し用丸大豆醤油	開栓後は冷蔵庫に保管の上、お早めにご使用ください。	小麦、大豆、米、食塩	小麦、大豆	大さじ1(18g) 17kcal	2g	0g	3g	2.5g