



Innovation for Wellbeing

SOMPOケア

# 食楽膳

管理  
栄養士  
監修

しよくらくぜん

おいしさと

安心を

もっと身近に

もっと手軽に



# ふつう食 食楽膳

栄養バランスを考えた、  
主菜1品・副菜2品のセットです。

●冷凍でお届け致します。

**25種類**のレパートリーからお選びください

※ 画像は容器から器に移し替えたものです。

ふつう食はすべて298円(税込)!

塩分は  
平均  
1.4グラム



商品番号：210007

サバの味噌煮

298円(税込)

1セット分 ● 135g / 215kcal / 塩分 2.1g



商品番号：210028

サバの塩焼き

298円(税込)

1セット分 ● 145g / 199kcal / 塩分 1.5g



商品番号：210012

白身フライタルタルソース

298円(税込)

1セット分 ● 145g / 212kcal / 塩分 1.4g



商品番号：210005

赤魚の甘酢あんかけ

298円(税込)

1セット分 ● 150g / 140kcal / 塩分 1.8g



商品番号：210001

赤魚の煮付け

298円(税込)

1セット分 ● 130g / 83kcal / 塩分 1.2g



商品番号：210014

さわらのなめこおろし

298円(税込)

1セット分 ● 145g / 144kcal / 塩分 1.2g



商品番号：210036

牛肉のすき煮

298円(税込)

1セット分 ● 142g / 173kcal / 1.6g



商品番号：210038

牛肉入りコロッケ

298円(税込)

1セット分 ● 140g / 231kcal / 1.0g



商品番号：210002

豚肉のねぎ塩

298円(税込)

1セット分 ● 155g / 226kcal / 塩分 1.7g



商品番号：210011

豚焼肉

298円(税込)

1セット分 ● 140g / 172kcal / 塩分 1.3g



商番号：210027

豚の生姜焼き

298円(税込)

1セット分 ● 140g / 150kcal / 塩分 1.8g



商品番号：210018

豚肉と根菜のうま煮

298円(税込)

1セット分 ● 132g / 119kcal / 塩分 1.0g

## 安心! 3つのメリット!

**品質** どなたでも同じ品質で提供できます。

**安全** 衛生管理された工場で製造します。

**簡単** パックのままレンジにかけるだけ。

レンジ  
4分で  
出来上がり



商品番号: 210009

カツの卵とじ

298円 (税込)

1セット分 ● 150g / 239kcal / 塩分 1.6g



商品番号: 210019

肉じゃが

298円 (税込)

1セット分 ● 140g / 127kcal / 塩分 1.1g



商品番号: 210030

麻婆豆腐

298円 (税込)

1セット分 ● 150g / 111kcal / 塩分 1.5g



商品番号: 210035

なすの肉味噌炒め

298円 (税込)

1セット分 ● 135g / 123kcal / 0.8g



商品番号: 210008

ハンバーグデミソース

298円 (税込)

1セット分 ● 145g / 171kcal / 塩分 1.2g



商品番号: 210029

メンチカツ

298円 (税込)

1セット分 ● 150g / 248kcal / 塩分 1.7g



商品番号: 210034

肉団子の野菜甘酢あん

298円 (税込)

1セット分 ● 150g / 255kcal / 2.2g



商品番号: 210022

豆腐ハンバーグ

298円 (税込)

1セット分 ● 165g / 147kcal / 塩分 1.3g



商品番号: 210004

チキンの和風甘酢あんかけ

298円 (税込)

1セット分 ● 155g / 141kcal / 塩分 1.7g



商品番号: 210033

筑前煮

298円 (税込)

1セット分 ● 132g / 135kcal / 1.1g



商品番号: 210032

親子煮

298円 (税込)

1セット分 ● 140g / 151kcal / 1.0g



商品番号: 210039

鶏の照り煮

298円 (税込)

1セット分 ● 148g / 169kcal / 1.5g



商品番号: 210037

オムレツデミソース

298円 (税込)

1セット分 ● 150g / 162kcal / 1.5g

# 麺類

手軽な一品料理もご用意。うどんは出汁、ラーメンはスープにこだわりました。

●冷凍でお届け致します。

10種類のレパートリーからお選びください

※ 画像は容器から器に移し替えたものです。



商品番号：220013

きつねうどん

298円 (税込)

1食分 ● 269g / 322kcal / 塩分 6.6g



商品番号：220016

天ぷら鍋焼きうどん

348円 (税込)

1食分 ● 300g / 381kcal / 塩分 6.1g



商品番号：220015

カレーうどん

298円 (税込)

1食分 ● 260g / 405kcal / 塩分 6.0g



商品番号：220084

えび天入りそば

431円 (税込)

1食分 ● 247g / 398kcal / 塩分 6.4g



商品番号：220018

博多豚骨ラーメン

298円 (税込)

1食分 ● 238g / 387kcal / 塩分 7.0g



商品番号：220017

醤油ラーメン

298円 (税込)

1食分 ● 236g / 368kcal / 塩分 5.9g



商品番号：220020

味噌ラーメン

298円 (税込)

1食分 ● 256g / 425kcal / 塩分 6.5g



商品番号：220019

ちゃんぽん

298円 (税込)

1食分 ● 260g / 385kcal / 塩分 5.3g



商品番号：220037

焼きそば

298円 (税込)

1食分 ● 250g / 480kcal / 塩分 6.5g



商品番号：220083

ナポリタン

298円 (税込)

1食分 ● 300g / 471kcal / 塩分 4.5g

麺類はすべてレンジで調理ができます！

ボリューム  
たっぷりの  
ランチにどうぞ。



麺類は、  
麺とだしの  
セット。  
作り方も  
簡単です！

# そふと食

見た目や食材の形状はそのままに、食感をやわらかくしたお食事です。

●冷凍でお届け致します。

28種類のレパートリーからお選びください

※ 画像は容器から器に移し替えたものです。

※ 写真は主菜のみです。1食分は主菜1品・副菜2品になります。



商品番号: 210518  
いわしのつみれ焼き 713円(税込)  
1食分●160g / 129kcal / 塩分 0.9g



商品番号: 210526  
さばの生姜煮 713円(税込)  
1食分●162g / 207kcal / 塩分 1.5g



商品番号: 210508  
メヌケの照り煮 713円(税込)  
1食分●171g / 159kcal / 塩分 1.5g



商品番号: 210527  
メヌケのバター醤油風味 713円(税込)  
1食分●169g / 180kcal / 塩分 1.2g



商品番号: 210502  
さわらのおろし煮 713円(税込)  
1食分●170g / 179kcal / 塩分 1.4g



商品番号: 210505  
鮭の塩焼き 713円(税込)  
1食分●173g / 150kcal / 塩分 1.4g



商品番号: 210515  
鮭のチャンチャン焼き風 713円(税込)  
1食分●170g / 176kcal / 塩分 1.7g



商品番号: 210509  
鮭のカツツカレーソース 713円(税込)  
1食分●185g / 196kcal / 塩分 1.3g



商品番号: 210513  
たらもの西京焼き 713円(税込)  
1食分●168g / 163kcal / 塩分 1.1g



商品番号: 210522  
たらものムニエル 713円(税込)  
1食分●173g / 177kcal / 塩分 1.6g



商品番号: 210520  
カレイの煮付け 713円(税込)  
1食分●159g / 167kcal / 塩分 1.8g



商品番号: 210523  
すき焼き 713円(税込)  
1食分●163g / 153kcal / 塩分 1.2g



商品番号: 210501  
牛肉のオイスター炒め 713円(税込)  
1食分●160g / 144kcal / 塩分 1.2g



商品番号: 210514  
豚肉の生姜焼き 713円(税込)  
1食分●157g / 158kcal / 塩分 1.4g



商品番号: 210517  
豚肉の味噌和え(回鍋肉風) 713円(税込)  
1食分●150g / 134kcal / 塩分 1.0g



商品番号: 210503  
とんかつ 713円(税込)  
1食分●158g / 154kcal / 塩分 0.7g



商品番号: 210528  
味噌カツ 713円(税込)  
1食分●142g / 163kcal / 塩分 1.6g



商品番号: 210519  
カツ煮 713円(税込)  
1食分●158g / 153kcal / 塩分 1.1g



商品番号: 210506  
肉じゃが 713円(税込)  
1食分●173g / 169kcal / 塩分 1.4g



商品番号: 210512  
和風おろしハンバーグ 713円(税込)  
1食分●152g / 168kcal / 塩分 1.2g



商品番号: 210507  
ミートローフ 713円(税込)  
1食分●161g / 144kcal / 塩分 1.0g



商品番号: 210511  
酢豚 713円(税込)  
1食分●146g / 183kcal / 塩分 2.1g



商品番号: 210510  
麻婆豆腐 713円(税込)  
1食分●168g / 138kcal / 塩分 0.8g



商品番号: 210525  
八宝菜 713円(税込)  
1食分●162g / 129kcal / 塩分 1.5g



商品番号: 210504  
厚揚げと鶏肉のお煮しめ 713円(税込)  
1食分●172g / 142kcal / 塩分 1.3g



商品番号: 210516  
鶏肉と野菜のクリーム煮 713円(税込)  
1食分●165g / 171kcal / 塩分 1.1g



商品番号: 210521  
チキントマト煮 713円(税込)  
1食分●157g / 137kcal / 塩分 1.4g



商品番号: 210524  
鶏肉と野菜のカレーソース 713円(税込)  
1食分●164g / 166kcal / 塩分 0.7g

そふと食は  
すべて713円(税込)!

特殊な調理方法で、  
食材一つひとつがやわらかい!



# やわらか食

食材をよく煮込んだり、ムース状にしました。  
食事を楽しめる形状に整えています。

●冷凍でお届け致します。

28種類のレパートリーからお選びください

※ 画像は容器から器に移し替えたものです。



商品番号：211001  
鶏の黒酢あん 391円(税込)  
1食分●121g/137kcal/塩分1.1g



商品番号：211002  
サバの照焼き 391円(税込)  
1食分●67g/128kcal/塩分1.1g



商品番号：211003  
鶏肉の利久風煮 391円(税込)  
1食分●116g/150kcal/塩分0.8g



商品番号：211004  
カレーの煮付け 391円(税込)  
1食分●118g/160kcal/塩分1.1g



商品番号：211005  
牛肉とビーマンのオイスターソース 391円(税込)  
1食分●81g/142kcal/塩分0.9g



商品番号：211006  
筑前煮 391円(税込)  
1食分●98g/141kcal/塩分1.1g



商品番号：211007  
やわらかチキンソテー 391円(税込)  
1食分●126g/146kcal/塩分1.3g



商品番号：211008  
海老と豆腐の中華風炒め 391円(税込)  
1食分●117g/118kcal/塩分1.2g



商品番号：211009  
肉じゃが 391円(税込)  
1食分●124g/165kcal/塩分0.8g



商品番号：211010  
白身魚の生姜煮 391円(税込)  
1食分●116g/142kcal/塩分0.9g



商品番号：211011  
チキンシチュー 391円(税込)  
1食分●117g/141kcal/塩分1.4g



商品番号：211012  
焼き塩鮭 391円(税込)  
1食分●68g/99kcal/塩分0.8g



商品番号：211013  
豚肉と豆腐の四川風 391円(税込)  
1食分●115g/113kcal/塩分1.2g



商品番号：211014  
ビーフシチュー 391円(税込)  
1食分●120g/150kcal/塩分1.0g



商品番号：211015  
海老フライ 391円(税込)  
1食分●106g/196kcal/塩分0.6g



商品番号：211016  
たらと野菜のバター焼き 391円(税込)  
1食分●85g/123kcal/塩分0.9g



商品番号：211017  
鮭のチャンチャン焼き風 391円(税込)  
1食分●100g/117kcal/塩分1.1g



商品番号：211018  
魚介の中華炒め風 391円(税込)  
1食分●100g/80kcal/塩分1.2g



商品番号：211019  
カレーの中華あんかけ 391円(税込)  
1食分●99g/112kcal/塩分0.9g



商品番号：211020  
カツとじ 391円(税込)  
1食分●109g/212kcal/塩分1.1g



商品番号：211021  
豚肉豆腐 391円(税込)  
1食分●110g/131kcal/塩分0.8g



商品番号：211022  
酢豚 391円(税込)  
1食分●106g/211kcal/塩分1.1g



商品番号：211023  
豚の生姜焼き 391円(税込)  
1食分●107g/222kcal/塩分1.5g



商品番号：211024  
鶏肉と野菜の甘酢あん 391円(税込)  
1食分●108g/188kcal/塩分1.1g



商品番号：211025  
チキンフライ野菜添え 391円(税込)  
1食分●99g/204kcal/塩分1.0g



商品番号：211026  
ビーフカレー 391円(税込)  
1食分●120g/153kcal/塩分1.7g



商品番号：211027  
照焼きハンバーグ 391円(税込)  
1食分●111g/179kcal/塩分1.5g



商品番号：211028  
天ぷら盛り合わせ 391円(税込)  
1食分●87g/204kcal/塩分1.0g

やわらか食は  
すべて391円(税込)!

食事が楽しめるよう  
見た目にもこだわっています!



# ミキサー食 (1日セット)

噛む力、飲み込む力が弱くなった方に。ふつう食と同じおいしさを再現しました。

## 朝・昼・夕食のセットです

[朝]



朝食：副菜 1品

[昼]



昼食：副菜 1品 主菜 1品

[夕]



夕食：副菜 1品 主菜 1品



商品番号：213031

ミキサー食 1日セット ① 1,200円 (税込)

[朝] 主菜 — 副菜 菜の花の白和え

[昼] 主菜 赤魚の煮付け 副菜 かぼちゃとほうれん草のサラダ

[夕] 主菜 鶏つくねの中華風ソース 副菜 海老チリ

1日セット分 ● 495g / 248kcal / 塩分 3.2g



商品番号：213032

ミキサー食 1日セット ② 1,200円 (税込)

[朝] 主菜 — 副菜 ポークビーンズ

[昼] 主菜 カツ煮 副菜 大根と人参の梅しそ風味

[夕] 主菜 中華風 副菜 がんもと野菜の煮物

1日セット分 ● 495g / 287kcal / 塩分 3.7g



商品番号：213033

ミキサー食 1日セット ③ 1,200円 (税込)

[朝] 主菜 — 副菜 野菜とウインナーの炒め物

[昼] 主菜 鮭の南蛮風ソース 副菜 しらすと白菜の煮浸し

[夕] 主菜 洋風ハンバーグ 副菜 チンゲン菜のクリーム煮

1日セット分 ● 495g / 242kcal / 塩分 3.2g



商品番号：213034

ミキサー食 1日セット ④ 1,200円 (税込)

[朝] 主菜 — 副菜 じゃこなす

[昼] 主菜 鶏肉のみぞれあんかけ 副菜 切干大根

[夕] 主菜 海老の含め煮 副菜 かぼちゃの煮付け

1日セット分 ● 495g / 252kcal / 塩分 3.4g



商品番号：213035

ミキサー食 1日セット ⑤ 1,200円 (税込)

[朝] 主菜 — 副菜 カリフラワーのオーロラソース和え

[昼] 主菜 カレーの煮付け 副菜 じゃがいものそばろ煮

[夕] 主菜 しゅうまい 副菜 小松菜と油揚げの和え物

1日セット分 ● 495g / 279kcal / 塩分 3.7g



商品番号：213036

ミキサー食 1日セット ⑥ 1,200円 (税込)

[朝] 主菜 — 副菜 キャベツとしらすのさっぱり風味

[昼] 主菜 牛肉の味噌煮込み 副菜 さつまいもの煮物

[夕] 主菜 白身フライタルタルソース 副菜 いんげんのごま和え

1日セット分 ● 495g / 363kcal / 塩分 4.8g



商品番号：213037

ミキサー食 1日セット ⑦ 1,200円 (税込)

[朝] 主菜 — 副菜 ツナとコーンのマヨ風味和え

[昼] 主菜 さわらのおろし煮 副菜 麻婆茄子

[夕] 主菜 鶏肉の利休風煮 副菜 いかとワケギのぬた

1日セット分 ● 495g / 321kcal / 塩分 4.1g



商品番号：213038

ミキサー食 1日セット ⑧ 1,200円 (税込)

[朝] 主菜 — 副菜 アスパラのコンクリーム

[昼] 主菜 牛肉とピーマンのオイスターソース 副菜 れんこんきんぴら

[夕] 主菜 和風ハンバーグ 副菜 かぼちゃのいとこ煮

1日セット分 ● 495g / 290kcal / 塩分 3.3g



商品番号：213039

ミキサー食 1日セット ⑨ 1,200円 (税込)

[朝] 主菜 — 副菜 たけのこの味噌和え

[昼] 主菜 和風とんかつ 副菜 ほうれん草のごま和え

[夕] 主菜 白身魚の甘酢あんかけ 副菜 卵の花

1日セット分 ● 495g / 362kcal / 塩分 4.6g



商品番号：213040

ミキサー食 1日セット ⑩ 1,200円 (税込)

[朝] 主菜 — 副菜 れんこんの磯煮風

[昼] 主菜 親子煮 副菜 ひじき煮

[夕] 主菜 肉団子の味噌煮込み 副菜 茄子の含め煮

1日セット分 ● 495g / 305kcal / 塩分 4.6g



商品番号：213041

ミキサー食 1日セット ⑪ 1,200円(税込)

[朝] 主菜 — 副菜 ブロccoliの白和え

[昼] 主菜 白身魚のクリーム煮 副菜 チンゲン菜と蒸し鶏のねぎ風味

[夕] 主菜 豚しゃぶのゴマ風味 副菜 しらすとワカメの酢の物

1日セット分 ● 495g / 239kcal / 塩分 3.2g



商品番号：213042

ミキサー食 1日セット ⑫ 1,200円(税込)

[朝] 主菜 — 副菜 大根と人参の梅しそ風味

[昼] 主菜 カニ玉風 副菜 いいどり

[夕] 主菜 赤魚の酒蒸し 副菜 きんぴらごぼう

1日セット分 ● 495g / 240kcal / 塩分 3.9g



商品番号：213043

ミキサー食 1日セット ⑬ 1,200円(税込)

[朝] 主菜 — 副菜 しらすと白菜の煮浸し

[昼] 主菜 いとよりの野菜みぞれあんかけ 副菜 ぜんまいの煮物

[夕] 主菜 鶏肉の梅肉風 副菜 ほうれん草の白和え

1日セット分 ● 495g / 305kcal / 塩分 3.8g



商品番号：213044

ミキサー食 1日セット ⑭ 1,200円(税込)

[朝] 主菜 — 副菜 切干大根

[昼] 主菜 豆腐ハンバーグの野菜あん 副菜 さつま芋のツナマヨサラダ

[夕] 主菜 ビーフシチュー 副菜 野菜とウインナーの炒め物

1日セット分 ● 495g / 306kcal / 塩分 3.3g



商品番号：213045

ミキサー食 1日セット ⑮ 1,200円(税込)

[朝] 主菜 — 副菜 ほうれん草とコーンのバターソテー

[昼] 主菜 さわらのおろし煮 副菜 高野豆腐の煮物

[夕] 主菜 ハンバーグのトマト煮込み 副菜 かぼちゃのミルク煮

1日セット分 ● 495g / 247kcal / 塩分 3.4g



商品番号：213046

ミキサー食 1日セット ⑯ 1,200円(税込)

[朝] 主菜 — 副菜 さつま芋の煮物

[昼] 主菜 チキンのカレーソース煮 副菜 ブロccoliと人参のごま和え

[夕] 主菜 白身魚の照り煮 副菜 おくらと湯葉の煮浸し

1日セット分 ● 495g / 287kcal / 塩分 3.8g



商品番号：213047

ミキサー食 1日セット ⑰ 1,200円(税込)

[朝] 主菜 — 副菜 大豆の煮物

[昼] 主菜 いかと野菜の中華あん 副菜 だし巻き玉子

[夕] 主菜 牛肉の味噌煮込み 副菜 ブロccoliの白和え

1日セット分 ● 495g / 300kcal / 塩分 3.7g



商品番号：213048

ミキサー食 1日セット ⑱ 1,200円(税込)

[朝] 主菜 — 副菜 じゃがいものコンソメ煮

[昼] 主菜 豚肉豆腐 副菜 がんと野菜の煮物

[夕] 主菜 カレイの煮付け 副菜 大根の煮物

1日セット分 ● 495g / 241kcal / 塩分 4.3g



商品番号：213049

ミキサー食 1日セット ⑲ 1,200円(税込)

[朝] 主菜 — 副菜 ほうれん草のごま和え

[昼] 主菜 サバの柚子風味焼き 副菜 揚げ出し豆腐

[夕] 主菜 しゅうまい 副菜 八宝菜

1日セット分 ● 495g / 302kcal / 塩分 4.0g



商品番号：213050

ミキサー食 1日セット ⑳ 1,200円(税込)

[朝] 主菜 — 副菜 ひじき煮

[昼] 主菜 オムレツ 副菜 ほうれん草のベーコン炒め

[夕] 主菜 海老の含め煮 副菜 肉じゃが

1日セット分 ● 495g / 282kcal / 塩分 4.9g



商品番号：213051

ミキサー食 1日セット ㉑ 1,200円(税込)

[朝] 主菜 — 副菜 いいどり

[昼] 主菜 サバの味噌煮 副菜 チンゲン菜のお浸し

[夕] 主菜 酢豚 副菜 じゃこす

1日セット分 ● 495g / 235kcal / 塩分 4.3g



商品番号：213052

ミキサー食 1日セット ㉒ 1,200円(税込)

[朝] 主菜 — 副菜 ぜんまいの煮物

[昼] 主菜 親子煮 副菜 かぼちゃの煮付け

[夕] 主菜 赤魚の酒蒸し 副菜 ほうれん草の白和え

1日セット分 ● 495g / 311kcal / 塩分 3.9g





商品番号：213053

ミキサー食 1日セット 23 1,200円 (税込)

[朝] 主菜 — 副菜 さつま芋のツナマヨサラダ

[昼] 主菜 白身魚のクリーム煮 副菜 おくらのごま和え

[夕] 主菜 豆腐ハンバーグの野菜あん 副菜 チンゲン菜と蒸し鶏のねぎ塩風味

1日セット分 ● 495g / 258kcal / 塩分 3.6g



商品番号：213054

ミキサー食 1日セット 24 1,200円 (税込)

[朝] 主菜 — 副菜 かぼちゃのいとこ煮

[昼] 主菜 中華皿 副菜 麻婆茄子

[夕] 主菜 豚肉の生姜ソース 副菜 小松菜と貝の煮浸し

1日セット分 ● 495g / 234kcal / 塩分 3.2g



商品番号：213055

ミキサー食 1日セット 25 1,200円 (税込)

[朝] 主菜 — 副菜 卵の花

[昼] 主菜 和風とんかつ 副菜 れんこんきんぴら

[夕] 主菜 牛肉とビーマンのオイスターソース 副菜 ジャーマンポテト

1日セット分 ● 495g / 400kcal / 塩分 4.2g



商品番号：213056

ミキサー食 1日セット 26 1,200円 (税込)

[朝] 主菜 — 副菜 茄子の含め煮

[昼] 主菜 いとよりの野菜みぞれあんかけ 副菜 ほうれん草のお浸し

[夕] 主菜 カニ玉風 副菜 人参の白和え

1日セット分 ● 495g / 263kcal / 塩分 3.6g



商品番号：213057

ミキサー食 1日セット 27 1,200円 (税込)

[朝] 主菜 — 副菜 温野菜サラダ

[昼] 主菜 豚しゃぶのごま風味 副菜 里芋のそぼろ煮

[夕] 主菜 白身魚の照り煮 副菜 菜の花のおかか和え

1日セット分 ● 495g / 306kcal / 塩分 3.5g



商品番号：213058

ミキサー食 1日セット 28 1,200円 (税込)

[朝] 主菜 — 副菜 きんぴらごぼう

[昼] 主菜 鶏肉の梅肉風 副菜 じゃがいものコンソメ煮

[夕] 主菜 ビーフシチュー 副菜 ブロッコリーと人参のごま和え

1日セット分 ● 495g / 285kcal / 塩分 3.2g

## ミキサー食 (単品)

● 冷凍でお届け致します。



商品番号：212001

牛肉とビーマンのオイスターソース 384円 (税込)

1食分 ● 150g / 95kcal / 塩分 0.9g



商品番号：212002

いかと野菜の中華あん 384円 (税込)

1食分 ● 150g / 59kcal / 塩分 0.8g



商品番号：212003

豚肉豆腐 384円 (税込)

1食分 ● 150g / 75kcal / 塩分 1.4g



商品番号：212004

白身魚のクリーム煮 384円 (税込)

1食分 ● 150g / 66kcal / 塩分 0.9g



商品番号：212005

カニ玉風 384円 (税込)

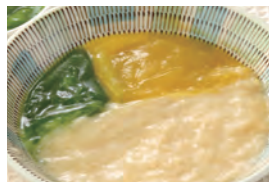
1食分 ● 150g / 63kcal / 塩分 1.2g



商品番号：212006

いとよりの野菜みぞれあんかけ 384円 (税込)

1食分 ● 150g / 98kcal / 塩分 0.6g



商品番号：212007

豆腐ハンバーグの野菜あん 384円 (税込)

1食分 ● 150g / 78kcal / 塩分 1.1g



商品番号：212008

サバの柚子風味焼き 384円 (税込)

1食分 ● 150g / 108kcal / 塩分 1.4g



商品番号：212009

チキンのカレーソース煮 384円 (税込)

1食分 ● 150g / 83kcal / 塩分 1.4g



商品番号：212010

赤魚の煮付け 384円 (税込)

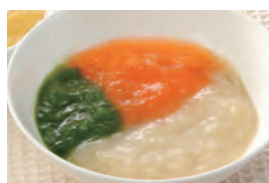
1食分 ● 150g / 69kcal / 塩分 1.1g



商品番号：212011

酢豚 384円 (税込)

1食分 ● 150g / 66kcal / 塩分 0.6g



商品番号：212012

しゅうまい 384円 (税込)

1食分 ● 150g / 77kcal / 塩分 0.9g



商品番号：212013

オムレツ 384円 (税込)

1食分 ● 150g / 59kcal / 塩分 0.9g



商品番号：212014

サバの味噌煮 384円 (税込)

1食分 ● 150g / 84kcal / 塩分 2.0g

14種類の  
レパートリー  
からお選び  
ください

# サイドメニュー

用途に合わせてご飯、パン、  
スープなどもご用意しております  
●冷凍でお届け致します。



商品番号：220035  
冷凍ご飯 (200g) 164円 (税込)  
1食 ● 200g / 324kcal / 塩分 0.2g



商品番号：220005  
レーズンロール 10個入り 412円 (税込)  
1個 ● 30g / 94kcal / 塩分 0.2g



商品番号：220004  
胚芽ロール 10個入り 359円 (税込)  
1個 ● 30g / 85kcal / 塩分 0.3g



商品番号：220082  
特小ロール 5個入り 316円 (税込)  
1個 ● 115g / 377kcal / 塩分 1.3g



商品番号：220006  
あんぱん 10個入り 418円 (税込)  
1個 ● 30g / 92kcal / 塩分 0.1g



商品番号：220080  
食パン8枚切り(2枚入り) 108円 (税込)  
1枚 ● 85g / 229kcal / 塩分 0.9g



商品番号：220032  
具たくさんスープ(クリーム) 162円 (税込)  
1食 ● 180g / 52kcal / 塩分 0.9g



商品番号：220031  
具たくさんスープ(コンソメ) 162円 (税込)  
1食 ● 180g / 38kcal / 塩分 0.8g



商品番号：220078  
鮭おにぎり 100g × 10個 1274円 (税込)  
1個 ● 100g / 167kcal / 塩分 0.8g



商品番号：220079  
焼きおにぎり 70g × 10個 918円 (税込)  
1個 ● 70g / 115kcal / 塩分 0.6g



商品番号：220081  
牛丼の具 215円 (税込)  
1個 ● 90g / 188kcal / 塩分 1.4g

冷凍パンや  
具たくさんスープは  
朝食用や軽食用  
としても  
ご利用出来ます

## 食事内容について「噛む力」「飲み込む力」に合わせて、お選びください。



### ふつう食

主菜1品・副菜2品のセットです。それぞれの食材の食感を楽しめるように、容易に噛める硬さに仕上げました。



### そふと食

噛む力が弱くなった方でも歯ぐきで噛める硬さです。食材を刻まずに、ふつう食のような見た目にとどまりました。食材によっては、舌でつぶせます。



### やわらか食

飲み込む力が少し弱くなった方でも舌でつぶせる硬さです。舌触りを残し、ムース状に仕上げました。



### ミキサー食

噛む力、飲み込む力が弱くなった方でも食べやすく、粒のない均一な食感に仕上げました。食材本来の味と色を残し、おいしさ見た目にも配慮しました。

# 調理方法は簡単です!

\* 詳しい調理法は商品パッケージをご確認ください。  
 \* 加熱しすぎると固くなる恐れがあります。  
 冷たい場合には 10 秒ずつ加熱を延長して様子を見てください。

## ふつう食



1 パッケージのふたを点線まで開けます



2 レンジで温めます (500W 約 4 分)



3 器に盛付け、完成!

## そふと食



1 袋に 3cm ほどはさみで切り込みを入れます ※容器と一緒に切らないようご注意ください



2 レンジで温めます (500W 約 4 分)



3 完成! ※器に移してから加熱する場合はパッケージの調理方法をご確認ください

## やわらか食



1 凍ったままの状態を開封し、中身をお皿に入れてふんわりラップをかけます



2 レンジで温めます (500W 約 3 分 30 秒)



3 器に盛付け、完成!

## ミキサー食

2 解凍方法は 3 種類あります。



流水解凍



ボイル (約 8 分)



レンジ (500W 約 3 分)

1 お届け時は冷凍です ※パッケージは全てはがさず、少し開けた状態で温めてください



3 器に盛付け、完成!

## 麺類



1 ビニールのパッケージを外し、麺を器に入れます



2 器に麺+ダシ+水を入れレンジで加熱 (500W 約 9 分) ※レンジ対応の器をお使いください



3 あつあつの麺類が出来上がり!

● やきそば・牛丼の具・ナポリタンの調理方法はパッケージをご確認ください。

# ご利用案内

- 当サービスは、ご自宅に冷凍食品をお届けするサービスです。
- 商品は、1個からご注文可能です。

## ご注文方法

### FAX 03-5715-1756

- 専用注文票に必要項目を記入し、上記のお客様センターへ送信してください。
- メールでのご注文も承ります。お気軽にお問合せください。

## 送料について

送料については、専用のご注文書でご確認ください

## お支払いについて

下記、3つの方法が選べます

### ① 代金引換

- 手数料 324 円 (税込) を負担いただきます

### ③ 口座引き落とし

- 1か月分をまとめてご指定の口座より自動的に引き落としさせていただきます。
- 口座引き落としの都合上、初月のみ現金によるご請求とさせていただきます。

### ② コンビニ後払い

## お届けについて

日時指定・時間指定が承れます

- ご指定のない場合は、最短のお日にちでお届けします。

配達日指定	お届け日をご希望の場合は、最短お届け日以降をご指定ください。 ご注文日 最短お届け日 ～(火) 正午まで……………(金) ～(水) 正午まで……………(土) ～(木) 正午まで……………(日) ～(金) 正午まで……………(月)(火)(水) (金)正午～(日)……………(木) ～(月) 正午まで……………(木)	●当日扱いのご注文の締め切りは、正午とさせていただきます。 ●土日祝は受付業務を休ませていただきます。 ●祝日のご注文受付は、翌営業日となります。 ●ゴールデンウィーク、夏季、年末年始の納品については、ご希望に添えない場合があります。
時間指定	下記より、お選びいただけます。 ■指定なし ■午前中(12時まで) ■14～16時 ■16～18時 ■18～20時 ■19～21時	●一部地域や商業施設は、お時間指定をお受けすることが出来ない場合があります。 ●交通事情など、やむを得ない事情により多少お届け時間が前後する場合があります。

### [キャンセル・変更について]

- 商品の特性上、ご注文のキャンセル・変更はできませんので、十分にご確認の上、ご注文願います。
- 万が一、商品の品質に問題があった場合、送料無料で同一商品と交換させていただきますので担当事業所またはお客様センターまでご連絡ください。

### [個人情報について]

当カタログ商品の注文を承る際、ご提供いただくお客様の個人情報の利用目的は下記の通りです。必ず下記内容をご確認・ご了承の上、お申し込みください。  
1. ご注文商品またはご請求資料のお届け 2. 商品代金のご請求やお支払いの確認  
3. 弊社商品・サービスのご案内 4. その他お客様と業務上必要なご連絡  
上記について、弊社監督のもと業務の一部を外部委託する場合がございます。

[お問い合わせ窓口] お客様センター **0120-640-407**(平日9時～18時)  
[scf-info@sompocare.com](mailto:scf-info@sompocare.com)



〈販売者〉  
SOMPOケアフーズ株式会社  
〒140-0002 東京都品川区東品川4-12-8 品川シーサイドイーストタワー  
TEL : 03-5715-1755  
<https://www.sompocarefoods.com>