

65歳から  
始める  
食生活

毎日の食卓をいきいきと。  
個食タイプの冷凍惣菜

し ょ く ら く ぜ ん

冷凍  
惣菜

# 食楽膳

商品のご案内



パソコン・スマホからご注文いただけます！

食楽膳WEBショップ

<https://www.shokurakuzen-sompocarefoods.com/>

右の二次元バーコードを  
読み込む、または  
「食楽膳」で検索ください。

WEBショップへ  
簡単に行けます！



食楽膳

検索



SOMPO ケア

介護の未来を変えていく

SOMPOケアグループは、  
介護の総合ブランドとして  
在宅から施設までの  
介護のトータルソリューションを  
提供しています。

「おいしく食べる」を追求し、  
「元気を生む」を支援する。



**SOMPOケア**

介護の未来を変えていく









冷凍食品の  
新たな選択肢

65歳以上向けの冷凍惣菜です。

冷凍  
惣菜

# しょくらくぜん 食楽膳

選ばれた理由は  
食べやすく、  
おいしい。

食事をされる方の「噛む力」「飲み込む力」に合わせて4つの食形態を選ぶことができる冷凍惣菜です。管理栄養士が監修していますので介護食として安心してご利用いただけます。

P12～P21掲載



歯ぐきで  
噛める  
やわらかさに  
なっています  
(ソフト 八宝菜)

※写真は盛り付けイメージです。



第6回アジア太平洋 最優秀賞  
高齢者ケア革新アワード

かんたん注文  
はこちら



神奈川県立保健福祉大学  
名誉教授

SOMPOケア株式会社 栄養顧問  
杉山 みち子 先生

厚生省老人保健健康増進等補助金事業等の主任研究者  
として数々の調査研究を実施され、介護保険における  
栄養ケア・マネジメントの制度化に貢献されています。





2022年5月10日(火) 新発売

冷凍惣菜

# しょくらくぜん 食楽膳

プラス

これからは  
おいしく“高栄養”を  
プラス。

「高齢者の低栄養を、日々の食事を通して楽しみながら予防する」  
SOMPOケアの想いを込めた冷凍惣菜セットです。ご飯と一緒に食べる事で、  
1日分の約1/3のエネルギー・たんぱく質が摂れます。

P8～P11掲載



かんたん注文  
はこちら



※写真は盛り付けイメージです。

高齢者の  
低栄養  
について

高齢者の最大の栄養の問題は、たんぱく質とエネルギーが不足する「低栄養」です。たんぱく質とエネルギーは、生きて日常生活を送るために、毎日の食事から摂る必要があります。「低栄養」を放置しておくと状態が悪化してベッド上での生活を余儀なくされることがあります。

杉山先生  
からの  
コメント

「1日3食きちんと食べていますか」は、高齢者の欠食等による、低栄養のリスクを把握するための質問です(後期高齢者のフレイル状態をチェックする質問票より、厚生労働省)。栄養価の高い宅配食を活用して、食事を、そして生活を楽しみましょう。



# お悩みに応える！食楽膳の簡単調理と選び方



## 冷凍惣菜 **食楽膳 プラス**

高栄養なお食事が楽しめるメニューをご用意しました。不足しがちな栄養素をたっぷり含んだラインアップです。



### レギュラー



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。  
主菜1品・副菜2品のセットです。



### ソフト



**歯ぐきで噛めるやわらかさ**です。食材を刻まずに形成することで、ふつう食のような見た目にもこだわりました。



### ムース



**舌でつぶせるくらいのふわふわなムース状**になっています。食べ応えを感じていただけるよう、舌触りを残した柔らかさです。

※サイズは商品によって異なります。



### ピューレ



**噛まずに飲み込めるピューレ状**で、なめらかな食感に仕上げました。食材本来の味と色を残すことで**おいしさ**と**見た目**にも配慮しました。



### 麺類



つるんとお手軽に食べられます。ラーメン、うどん、スパゲッティなど種類いろいろ！

※サイズは商品によって異なります。



※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。



# 詳しい食楽膳の選び方はこちら▶



①パッケージのふたを点線まで開けます。※加熱時間は各商品のパッケージの調理方法をご確認ください。



②レンジで温めて、完成！  
(500W約6分30秒)

普段の食事で

**きちんと栄養が**

**摂れているか心配な人**

にオススメ

▶ P08～P11掲載

食楽膳プラス



①パッケージのふたを点線まで開けます。※加熱時間は各商品のパッケージの調理方法をご確認ください。



②レンジで温めて、完成！  
(500W約4分)

食材の

**食感を楽しみたい人**

にオススメ

▶ P12P13掲載

レギュラー



①袋に3cmほどはさみで切り込みを入れます。  
※容器を一緒に切らないようにご注意ください。



②レンジで温めて、完成！  
(500W約4分)

食事が

**噛みづらくなった**

と感じる人にオススメ

▶ P14P15掲載

ソフト



●ボイルで温めて完成！

または



①凍ったままの状態で開封し、  
中身をお皿に入れてふんわりと  
ラップをかけます。



②レンジで温めて、完成！  
(500W約3分30秒)※耐熱・電子レ  
ンジ対応の器をお使いください。

食事が

**飲み込みづらくなった**

と感じる人にオススメ

▶ P16P17掲載

ムース

【パウチの場合】



●流水解凍またはボイル(約8分)で温めて完成！

または



【容器の場合】



●レンジで温めて、完成！  
(500W約3分)

飲み込んだ後も

**口の中に食べ物が**

**残っている人**にオススメ

▶ P18～P20掲載

ピュール



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)  
※耐熱・電子レンジ対応の器をお使いください。

お手軽に

**麺類を楽しみたい人**

にオススメ

▶ P21掲載

麺類・サイドメニュー



管理栄養士監修

おいしくって健康的、  
からだへの想いが詰まった

しょくらくぜん

冷凍惣菜

食楽膳  プラス心温まる親子の  
ストーリー  
動画はこちら食楽膳プラスは   にこだわりました！

ごはん(約180g)と合わせて食べることで

1日分の約  $\frac{1}{3}$  のエネルギー、たんぱく質が摂れます！※全ての商品にエネルギー280kcal以上、  
たんぱく質18g以上が含まれるよう作られています。

参考：日本人の食事摂取基準(2020年版)75歳以上の高齢者の場合

「酸味」と「辛味」が苦手な方でも  
食べやすいように工夫したことで味をまろやかにし  
どなたでも食べやすく  
しています。



## 管理栄養士からのコメント

在宅高齢者が「ハンバーグが好き」「魚をよく食べている」、「中華も洋食も好き」の食生活からヒントを得て開発した「食楽膳プラス」は、簡単で便利だけでなく、生活に欠かせないエネルギーとたんぱく質の栄養価にもこだわっています。



セレクト

バラエティ

ボリューム

## ハンバーグのきのこクリームソース

1食 300g / エネルギー407kcal / たんぱく質18.7g / 食塩相当量2.5g



セレクト

バラエティ

ボリューム

## やわらかチキンの卵とじ

1食 235g / エネルギー394kcal /  
たんぱく質18.4g / 食塩相当量2.5g



セレクト

バラエティ

ボリューム

## 鶏の照り焼き

1食 145g / エネルギー324kcal /  
たんぱく質18.0g / 食塩相当量1.7g



バラエティ

ボリューム

## まろやか☆油淋鶏

1食 240g / エネルギー376kcal /  
たんぱく質18.5g / 食塩相当量1.8g



セレクト

バラエティ

ボリューム

## まろやか☆鶏の甘酢ソース

1食 230g / エネルギー517kcal / たんぱく質22.4g / 食塩相当量2.0g



バラエティ

ボリューム

## イタリアンハンバーグ

1食 215g / エネルギー371kcal / たんぱく質18.7g / 食塩相当量2.0g



バラエティ

ボリューム

## 牛肉とろ〜りチーズかけ

1食 160g / エネルギー379cal / たんぱく質18.0g / 食塩相当量1.7g



セレクト

バラエティ

ボリューム

## まろやか☆白い麻婆豆腐

1食 255g / エネルギー363kcal / たんぱく質25.0g / 食塩相当量2.2g





バラエティ ポリウム

## まろやか☆えびのチリソース麺

1食 210g / エネルギー522kcal / たんぱく質18.7g / 食塩相当量4.1g



セレクト バラエティ ポリウム

## 鮭のムニエル

1食 175g / エネルギー352kcal / たんぱく質20.3g / 食塩相当量1.7g



セレクト バラエティ ポリウム

## 白身魚の中華あんかけ

1食 230g / エネルギー325kcal / たんぱく質19.5g / 食塩相当量3.2g



セレクト バラエティ ポリウム

## 白身魚の香草パン粉焼き

1食 180g / エネルギー324kcal / たんぱく質23.6g / 食塩相当量1.6g



セレクト バラエティ ポリウム

## 鯖の西京焼き

1食 170g / エネルギー281kcal /  
たんぱく質20.1g / 食塩相当量2.2g



バラエティ ポリウム

## 鮭のちゃんちゃん焼き

1食 175g / エネルギー334kcal /  
たんぱく質19.8g / 食塩相当量1.1g



セレクト バラエティ ポリウム

## チーズオムレツ トマトソース

1食 180g / エネルギー320kcal /  
たんぱく質19.0g / 食塩相当量2.1g

### シェフからのコメント

高齢者が食べやすいように素材の硬さや大きさ、苦手とされる「酸味」や「辛味」の味の調整、木目調の容器までこだわりました。開けたときに風味漂うようにスパイスを使用しておりますので、香りも楽しんでいただければと思います。





# 食楽膳<sup>プラス</sup>は嬉しいセット売り!

まとめて便利!



食楽膳プラスは、継続して食べていただきたい想いから  
10食/15食/25食の3種類のセットから注文できます。

日々の食材のストックに最適です。

冷凍でお届けいたします

ごはんはついていません

## おすすめ

### 管理栄養士 セレクション

商品番号:300007

1食あたり **549円** (税込)

**10食** 5,929円 (税込)

管理栄養士  
おすすめメニューを  
集めたセットです。

## 全種類

### バラエティ セット

商品番号:300008

1食あたり **529円** (税込)

**15食** 8,569円 (税込)

全15種類の料理を  
お楽しみいただける  
セットです。

## 人気商品 2食入り

### ボリューム セット

商品番号:300009

1食あたり **500円** (税込)

**25食** 13,500円 (税込)

人気商品を詰めた  
満足感のある  
セットです。

## セレクト

- ハンバーグのきのこクリームソース
- やわらかチキンの卵とじ
- 鶏の照り焼き
- まろやか☆鶏の甘酢ソース
- まろやか☆白い麻婆豆腐
- 鮭のムニエル
- 白身魚の中華あんかけ
- 白身魚の香草パン粉焼き
- 鯖の西京焼き
- チーズオムレツ トマトソース

## バラエティ

- ハンバーグのきのこクリームソース
- やわらかチキンの卵とじ
- 鶏の照り焼き
- まろやか☆油淋鶏
- まろやか☆鶏の甘酢ソース
- イタリアンハンバーグ
- 牛肉とろ〜りチーズかけ
- まろやか☆白い麻婆豆腐
- まろやか☆えびのチリソース麺
- 鮭のムニエル
- 白身魚の中華あんかけ
- 白身魚の香草パン粉焼き
- 鯖の西京焼き
- 鮭のちゃんちゃん焼き
- チーズオムレツ トマトソース

## ボリューム

- ハンバーグのきのこクリームソース×2
- やわらかチキンの卵とじ×2
- 鶏の照り焼き×2
- まろやか☆油淋鶏×2
- まろやか☆鶏の甘酢ソース×2
- イタリアンハンバーグ×2
- 牛肉とろ〜りチーズかけ
- まろやか☆白い麻婆豆腐×2
- まろやか☆えびのチリソース麺
- 鮭のムニエル
- 白身魚の中華あんかけ×2
- 白身魚の香草パン粉焼き
- 鯖の西京焼き×2
- 鮭のちゃんちゃん焼き
- チーズオムレツ トマトソース×2

ごはんも別売り  
しています!

サイドメニューP21掲載





食楽膳

# レギュラー

レギュラー25種それぞれ

1食分 340円(税込)

## レギュラーの特徴

食材の  
食感を  
楽しめる!

調理簡単  
パックのまま  
レンジへ!

## 25種類のレパートリーからお選びください

主菜1品+副菜2品

冷凍でお届けいたします

※画像は容器から器に移し替えたものです。

※ご飯(白米)はついていません。 ※表示値は推定値です。

※商品は相場変動やメーカーの都合により、

やむをえず価格や規格変更・終売とさせていただきます場合がございます。



おすすめ

人気  
No.1



商品番号:210008

●ハンバーグデミソース

副菜:ポテトサラダ,人参といんげんの和風

1食 145g / エネルギー171kcal / 食塩相当量1.2g



商品番号:210030

●麻婆豆腐

副菜:ほうれん草のごま和え,南瓜のミルク煮

1食 150g / エネルギー111kcal / 食塩相当量1.5g



商品番号:210033

●筑前煮

副菜:菜の花の酢味噌和え,炒り卵

1食 132g / エネルギー135kcal / 食塩相当量1.1g

5月  
新発売



商品番号:210055

●豚肉とごぼうの柳川風

副菜:切干大根,ほうれん草の胡麻和え

1食 140g / エネルギー183kcal / 食塩相当量1.4g



商品番号:210034

●肉団子の野菜甘酢あん

副菜:いんげんのごま和え,カレーウの花

1食 150g / エネルギー255kcal / 食塩相当量2.2g



商品番号:210035

●なすの肉味噌炒め

副菜:菜の花と油揚げのお浸し,大根煮

1食 135g / エネルギー123kcal / 食塩相当量0.8g



## お肉メイン



商品番号: 210036

### ●牛肉のすき煮

副菜: 菜の花と赤ピーマンの煮浸し, うの花  
1食 142g / エネルギー173kcal / 食塩相当量1.6g



商品番号: 210038

### ●牛肉入りコロッケ

副菜: ミックスベジタブルマヨソース, 春雨サラダ  
1食 140g / エネルギー231kcal / 食塩相当量1.0g



商品番号: 210002

### ●豚肉のねぎ塩

副菜: 揚げ茄子の中華ごましょうゆ, カレーうの花  
1食 155g / エネルギー226kcal / 食塩相当量1.7g



商品番号: 210011

### ●豚焼肉

副菜: ほうれん草のごま和え, うの花  
1食 140g / エネルギー172kcal / 食塩相当量1.4g



商品番号: 210027

### ●豚の生姜焼き

副菜: チンゲン菜の煮浸し, 卵焼き  
1食 140g / エネルギー150kcal / 食塩相当量1.8g



商品番号: 210018

### ●豚肉と根菜のうま煮

副菜: 菜の花のお浸し, 切干大根  
1食 132g / エネルギー119kcal / 食塩相当量1.0g



商品番号: 210009

### ●カツの卵とじ

副菜: ひじき煮, うの花  
1食 150g / エネルギー239kcal / 食塩相当量1.6g



商品番号: 210019

### ●肉じゃが

副菜: ほうれん草のごま和え, 高野豆腐の卵とじ  
1食 140g / エネルギー127kcal / 食塩相当量1.1g



商品番号: 210029

### ●メンチカツ

副菜: 小松菜と油揚げ, うの花  
1食 150g / エネルギー239kcal / 食塩相当量1.6g



商品番号: 210004

### ●チキンの和風甘酢あんかけ

副菜: 菜の花のお浸し, 南瓜のそぼろあん  
1食 155g / エネルギー141kcal / 食塩相当量1.7g



商品番号: 210032

### ●親子煮

副菜: ほうれん草のごま和え, 人参の白和え  
1食 140g / エネルギー151kcal / 食塩相当量1.0g



商品番号: 210039

### ●鶏の照り煮

副菜: 高野豆腐の玉子とじ, ブロッコリーとカリフラワーのおかか和え  
1食 148g / エネルギー169kcal / 食塩相当量1.5g

## お魚メイン



商品番号: 210007

### ●サバの味噌煮

副菜: ひじき大豆, うの花  
1食 135g / エネルギー215kcal / 食塩相当量2.1g



商品番号: 210012

### ●白身フライタルソース

副菜: ペンネのトマトソース, カレーうの花  
1食 145g / エネルギー212kcal / 食塩相当量1.4g



商品番号: 210005

### ●赤魚の甘酢あんかけ

副菜: きんぴらごぼう, ほうれん草のお浸し  
1食 150g / エネルギー140kcal / 食塩相当量1.8g



商品番号: 210001

### ●赤魚の煮付け

副菜: ひじき煮, うの花  
1食 130g / エネルギー83kcal / 食塩相当量1.2g

## 大豆・卵



商品番号: 210014

### ●さわらのなめこおろし

副菜: かぼちゃの煮付け, うの花  
1食 145g / エネルギー144kcal / 食塩相当量1.2g



商品番号: 210022

### ●豆腐ハンバーグ

副菜: かぼちゃの煮付け, 小松菜の煮浸し  
1食 165g / エネルギー147kcal / 食塩相当量1.3g



商品番号: 210037

### ●オムレッツデミソース

副菜: ブロッコリーのお浸し, 人参とツナのサラダ  
1食 150g / エネルギー153kcal / 食塩相当量1.6g

コンパクトな  
サイズで  
冷凍庫に  
ススキリ収納♪





食楽膳

ソフト

ソフト28種それぞれ

1食分 713円(税込)

ソフトの特徴

歯ぐきで  
噛める  
やわらかさ

調理簡単  
パックのまま  
レンジへ!

28種類のレパートリーからお選びください

主菜1品+副菜2品

冷凍でお届けいたします

※画像は容器から器に移し替えたものです。

※ご飯(白米)はついていません。 ※表示値は推定値です。

※商品は相場変動やメーカーの都合により、

やむをえず価格や規格変更・終売とさせていただきます場合がございます。



おすすめ



商品番号:210526

●さばの生姜煮

副菜: 茹で豚の酢味噌かけ, ブロッコリーの中華あんかけ

1食 162g / エネルギー208kcal / 食塩相当量1.3g



商品番号:210527

●メヌケのバター醤油風味

副菜: ごぼうの明太マヨネーズ, 海老と豆腐の煮物

1食 169g / エネルギー178kcal / 食塩相当量1.2g



商品番号:210505

●鮭の塩焼き

副菜: 肉団子と野菜の煮物, 小松菜の白和え

1食 173g / エネルギー149kcal / 食塩相当量1.4g



商品番号:210503

●とんかつ

副菜: 野菜の含め煮, ほうれん草サラダ

1食 158g / エネルギー156kcal / 食塩相当量0.7g



商品番号:210506

●肉じゃが

副菜: 田楽豆腐, そら豆とカリフラワーのソテー

1食 179g / エネルギー153kcal / 食塩相当量1.3g



商品番号:210510

●麻婆豆腐

副菜: 鶏団子のクリームソース, ほうれん草と玉子のトマト炒め

1食 168g / エネルギー135kcal / 食塩相当量1.0g



商品番号:210525

●八宝菜

副菜: チキンのグラタン風, 菜の花の辛子和え

1食 162g / エネルギー158kcal / 食塩相当量1.5g



商品番号:210504

●厚揚げと鶏肉のお煮しめ

副菜: 焼うどんと玉子, ブロッコリーの炒め物

1食 172g / エネルギー142kcal / 食塩相当量1.4g



## お肉メイン



商品番号:210523

### ●すき焼き

副菜:筑前煮,インゲンの土佐和え

1食 163g / エネルギー152kcal / 食塩相当量1.2g



商品番号:210501

### ●牛肉のオイスター炒め

副菜:ポテトサラダ,小松菜と菊花のお浸し

1食 160g / エネルギー144kcal / 食塩相当量1.1g



商品番号:210514

### ●豚肉の生姜焼き

副菜:ひじきの炒め煮,玉子とブロッコリーの炒め物

1食 157g / エネルギー159kcal / 食塩相当量1.4g



商品番号:210517

### ●豚肉の味噌和え(回鍋肉風)

副菜:炒り豆腐,カリフラワーのソテー

1食 150g / エネルギー134kcal / 食塩相当量1.0g



商品番号:210528

### ●味噌カツ

副菜:豆ひじき,野沢菜漬け豆

1食 142g / エネルギー163kcal / 食塩相当量1.6g



商品番号:210519

### ●カツ煮

副菜:金平レンコン,ほうれん草のお浸し

1食 158g / エネルギー154kcal / 食塩相当量1.2g



商品番号:210512

### ●和風おろしハンバーグ

副菜:ごぼうの磯辺揚げ,ホワイトアスパラガスのサラダ

1食 152g / エネルギー168kcal / 食塩相当量1.2g



商品番号:210507

### ●ミートローフ

副菜:金平ごぼう,菜の花の胡麻和え

1食 161g / エネルギー142kcal / 食塩相当量1.0g



商品番号:210511

### ●酢豚

副菜:レンコンのずんだ和え,たくあん

1食 146g / エネルギー183kcal / 食塩相当量2.1g



商品番号:210516

### ●鶏肉と野菜のクリーム煮

副菜:ごぼうの磯辺揚げ,とろろ玉子

1食 165g / エネルギー174kcal / 食塩相当量1.5g



商品番号:210521

### ●チキントマト煮

副菜:揚げ出し豆腐,そら豆のかぼちゃソース

1食 157g / エネルギー142kcal / 食塩相当量1.4g



商品番号:210524

### ●鶏肉と野菜のカレーソース

副菜:帆立風味のトマトソース,麻婆茄子

1食 164g / エネルギー166kcal / 食塩相当量0.7g

## お魚メイン



商品番号:210518

### ●いわしのつみれ焼き

副菜:ほうれん草と玉子のトマト炒め,ブロッコリーの胡麻和え

1食 160g / エネルギー131kcal / 食塩相当量1.1g



商品番号:210508

### ●メヌケの照り煮

副菜:エビのチリソース煮,里芋と小松菜の煮物

1食 171g / エネルギー158kcal / 食塩相当量1.5g



商品番号:210502

### ●さわらのおろし煮

副菜:五目豆,ほうれん草のお浸し

1食 150g / エネルギー102kcal / 食塩相当量0.9g



商品番号:210515

### ●鮭のチャンチャン焼き風

副菜:里芋の煮物,カリフラワーのサラダ

1食 170g / エネルギー176kcal / 食塩相当量1.7g



商品番号:210509

### ●鮭のカツレツカレーソース

副菜:切干大根の煮物,ブロッコリーの中華あんかけ

1食 185g / エネルギー195kcal / 食塩相当量1.3g



商品番号:210513

### ●たら西京焼き

副菜:じゃが芋のツナマヨ和え,そら豆のかぼちゃソース

1食 168g / エネルギー163kcal / 食塩相当量1.1g



商品番号:210522

### ●たらのムニエル

副菜:ポテトサラダ,玉子とブロッコリーの炒め物

1食 173g / エネルギー176kcal / 食塩相当量1.5g



商品番号:210520

### ●カレイの煮付け

副菜:鶏肉と野菜のガーリック風味,インゲンの白和え

1食 159g / エネルギー167kcal / 食塩相当量1.6g



食楽膳

# ムース

ムース28種それぞれ

1食分 391円 (税込)

## ムースの特徴

ふわふわな  
ムース状で  
食べやすく

お食事を  
楽しめる  
見た目

## 28種類のレパートリーからお選びください

### 単品

冷凍でお届けいたします

※画像は容器から器に移し替えたものです。

※表示値は推定値です。

※商品は相場変動やメーカーの都合により、

やむをえず価格や規格変更・終売とさせていただきます場合がございます。



※サイズは商品によって異なります。



## おすすめ



商品番号: 211001

●鶏の黒酢あん

1食 121g / エネルギー137kcal / 食塩相当量1.0g



商品番号: 211006

●筑前煮

1食 98g / エネルギー141kcal / 食塩相当量1.1g



商品番号: 211007

●やわらかチキンソテー

1食 126g / エネルギー163kcal / 食塩相当量1.1g



商品番号: 211008

●海老と豆腐の中華風炒め

1食 117g / エネルギー106kcal / 食塩相当量0.9g



商品番号: 211011

●チキンシチュー

1食 117g / エネルギー119kcal / 食塩相当量0.9g



商品番号: 211013

●豚肉と豆腐の四川風

1食 115g / エネルギー130kcal / 食塩相当量1.2g



商品番号: 211015

●海老フライ

1食 106g / エネルギー140kcal / 食塩相当量0.4g



商品番号: 211028

●天ぷら盛り合わせ

1食 87g / エネルギー209kcal / 食塩相当量0.9g



## お肉メイン



商品番号: 211003

● 鶏肉の利休風煮

1食 116g / エネルギー150kcal / 食塩相当量0.8g



商品番号: 211005

● 牛肉とピーマンのオイスターソース

1食 81g / エネルギー89kcal / 食塩相当量0.5g



商品番号: 211009

● 肉じゃが

1食 124g / エネルギー201kcal / 食塩相当量1.1g



商品番号: 211014

● ビーフシチュー

1食 127g / エネルギー108kcal / 食塩相当量0.8g



商品番号: 211020

● カツとじ

1食 109g / エネルギー242kcal / 食塩相当量1.2g



商品番号: 211021

● 豚肉豆腐

1食 110g / エネルギー144kcal / 食塩相当量0.9g



商品番号: 211022

● 酢豚

1食 106g / エネルギー167kcal / 食塩相当量0.8g



商品番号: 211023

● 豚の生姜焼き

1食 107g / エネルギー256kcal / 食塩相当量1.4g



商品番号: 211024

● 鶏肉と野菜の甘酢あん

1食 108g / エネルギー174kcal / 食塩相当量0.9g



商品番号: 211025

● チキンフライ野菜添え

1食 99g / エネルギー173kcal / 食塩相当量0.8g



商品番号: 211026

● ビーフカレー

1食 120g / エネルギー112kcal / 食塩相当量1.3g



商品番号: 211027

● 照焼きハンバーグ

1食 111g / エネルギー190kcal / 食塩相当量1.6g

## お魚メイン



商品番号: 211002

● サバの照焼き

1食 67g / エネルギー132kcal / 食塩相当量1.1g



商品番号: 211004

● カレイの煮付け

1食 118g / エネルギー207kcal / 食塩相当量1.3g



商品番号: 211010

● 白身魚の生姜煮

1食 116g / エネルギー140kcal / 食塩相当量0.9g



商品番号: 211012

● 焼き塩鮭

1食 68g / エネルギー102kcal / 食塩相当量0.7g



商品番号: 211016

● たらと野菜のバター焼き

1食 85g / エネルギー83kcal / 食塩相当量0.7g



商品番号: 211017

● 鮭のチャンチャン焼き風

1食 100g / エネルギー117kcal / 食塩相当量1.1g



商品番号: 211018

● 魚介の中華炒め風

1食 100g / エネルギー80kcal / 食塩相当量1.3g



商品番号: 211019

● カレイの中華あんかけ

1食 99g / エネルギー100kcal / 食塩相当量0.7g



※写真は  
赤魚の煮付け  
です。

食楽膳

ピューレ

主菜14種それぞれ

1食分

384円

(税込)

副菜14種それぞれ

1食分

168円

(税込)



#### ピューレの特徴

嚙む力、  
飲み込む力が  
弱い方に

なめらかな  
口当たりで  
食べやすい



# ピューレ 主菜

1食分  
384円  
(税込)

## 14種類のレパートリーからお選びください

冷凍でお届けいたします

※画像は容器から器に移し替えたものです。

※表示値は推定値です。

※商品は相場変動やメーカーの都合により、やむをえず  
価格や規格変更・終売とさせていただく場合がございます。



### お肉メイン



商品番号:212001

●牛肉とピーマンのオイスターソース

1食 150g / エネルギー95kcal / 食塩相当量0.9g



商品番号:212003

●豚肉豆腐

1食 150g / エネルギー75kcal / 食塩相当量1.4g



商品番号:212009

●チキンのカレーソース煮

1食 150g / エネルギー83kcal / 食塩相当量1.4g



商品番号:212011

●酢豚

1食 150g / エネルギー66kcal / 食塩相当量0.8g



商品番号:212012

●しゅうまい

1食 150g / エネルギー68kcal / 食塩相当量1.1g



商品番号:212002

●いかと野菜の中華あん

1食 150g / エネルギー57kcal / 食塩相当量0.9g



商品番号:212004

●白身魚のクリーム煮

1食 150g / エネルギー66kcal / 食塩相当量0.9g



商品番号:212006

●いとよりの野菜みぞれあんかけ

1食 150g / エネルギー93kcal / 食塩相当量0.8g



商品番号:212008

●サバの柚子風味焼き

1食 150g / エネルギー108kcal / 食塩相当量1.2g



商品番号:212010

●赤魚の煮付け

1食 150g / エネルギー69kcal / 食塩相当量1.1g



商品番号:212014

●サバの味噌煮

1食 150g / エネルギー84kcal / 食塩相当量2.0g



商品番号:212005

●カニ玉風

1食 150g / エネルギー68kcal / 食塩相当量1.2g



商品番号:212007

●豆腐ハンバーグの野菜あん

1食 150g / エネルギー77kcal / 食塩相当量1.1g



商品番号:212013

●オムレツ

1食 150g / エネルギー59kcal / 食塩相当量0.9g

食材本来の味と色を残して  
おいしさそのまま!





# ピューレ 副菜

1食分  
168円  
(税込)

## 14種類のレパートリーからお選びください

冷凍でお届けいたします

※画像は容器から器に移し替えたものです。 ※表示値は推定値です。

※商品は相場変動やメーカーの都合により、やむをえず価格や規格変更・終売とさせていただきます場合がございます。



商品番号:213059

●南瓜とほうれん草のサラダ

1食 65g / エネルギー31kcal / 食塩相当量0.3g



商品番号:213060

●野菜とウインナーの炒めもの

1食 65g / エネルギー19kcal / 食塩相当量0.5g



商品番号:213061

●おくらと湯葉の煮浸し

1食 65g / エネルギー34kcal / 食塩相当量0.7g



商品番号:213062

●小松菜と油揚げの和え物

1食 65g / エネルギー31kcal / 食塩相当量0.6g



商品番号:213063

●大根の煮物

1食 65g / エネルギー16kcal / 食塩相当量0.5g



商品番号:213064

●いんげんのごま和え

1食 65g / エネルギー28kcal / 食塩相当量0.9g



商品番号:213065

●揚げ出し豆腐

1食 65g / エネルギー29kcal / 食塩相当量0.5g



商品番号:213066

●ほうれん草のベーコン炒め

1食 65g / エネルギー27kcal / 食塩相当量1.6g



商品番号:213067

●南瓜のいとこ煮

1食 65g / エネルギー24kcal / 食塩相当量0.4g



商品番号:213068

●オクラのごまあえ

1食 65g / エネルギー42kcal / 食塩相当量0.7g



商品番号:213069

●ブロッコリーの白和え

1食 65g / エネルギー29kcal / 食塩相当量0.5g



商品番号:213070

●ほうれん草のお浸し

1食 65g / エネルギー17kcal / 食塩相当量0.7g



商品番号:213071

●かぼちゃのミルク煮

1食 65g / エネルギー23kcal / 食塩相当量0.3g



商品番号:213072

●じゃが芋のコンソメ煮

1食 65g / エネルギー29kcal / 食塩相当量0.5g

いろいろな組み合わせを  
お楽しみいただけます

1日分のイメージ

朝



昼



夕





# 麺類

お手軽に  
麺類を  
楽しめる

## 8種類のレパートリーからお選びください

単品 冷凍でお届けいたします



※画像は容器から器に移し替えたものです。 ※表示値は推定値です。

※商品は相場変動やメーカーの都合により、やむをえず価格や規格変更・終売とさせていただきます場合がございます。



商品番号:220013

●きつねうどん 340円  
(税込)

1食 269g / エネルギー322kcal / 食塩相当量6.6g



商品番号:220109

●えび天入りそば 431円  
(税込)

1食 227g / エネルギー333kcal / 食塩相当量6.2g



商品番号:220018

●博多豚骨ラーメン 340円  
(税込)

1食 249g / エネルギー389kcal / 食塩相当量7.3g



商品番号:220017

●醤油ラーメン 340円  
(税込)

1食 236g / エネルギー368kcal / 食塩相当量5.9g



商品番号:220020

●味噌ラーメン 340円  
(税込)

1食 265g / エネルギー425kcal / 食塩相当量6.5g



商品番号:220019

●ちゃんぽん 340円  
(税込)

1食 260g / エネルギー373kcal / 食塩相当量5.2g



商品番号:220037

●焼きそば 340円  
(税込)

1食 250g / エネルギー495kcal / 食塩相当量5.5g



商品番号:220083

●ナポリタン 340円  
(税込)

1食 300g / エネルギー471kcal / 食塩相当量4.5g

## サイドメニュー

冷凍パンや具たくさんスープは  
朝食、軽食用としてもピッタリです

※画像は容器から器に移し替えたものです。 ※表示値は推定値です。

※商品は相場変動やメーカーの都合により、やむをえず価格や規格変更・終売とさせていただきます場合がございます。



商品番号:220035

●冷凍ご飯 164円  
(200g) (税込)

1食 200g / エネルギー324kcal / 食塩相当量0.2g



商品番号:220005

●レーズンロール 560円  
10個入り (税込)

1個 30g / エネルギー98kcal / 食塩相当量0.2g



商品番号:220004

●胚芽ロール 464円  
10個入り (税込)

1個 30g / エネルギー98kcal / 食塩相当量0.3g



商品番号:220082

●特小ロール 365円  
5個入り (税込)

1個 23g / エネルギー70kcal / 食塩相当量0.3g



商品番号:220106

●あんぱん 594円  
10個入り (税込)

1個 25g / エネルギー75kcal / 食塩相当量0.1g



商品番号:220087

●具たくさんスープ 162円  
(クリーム) (税込)

1食 180g / エネルギー83kcal / 食塩相当量1.6g



商品番号:220086

●具たくさんスープ 162円  
(コンソメ) (税込)

1食 180g / エネルギー59kcal / 食塩相当量1.4g



商品番号:220078

●鮭おにぎり 1,360円  
100g 10個入り (税込)

1個 100g / エネルギー167kcal / 食塩相当量0.8g



商品番号:220085

●焼きおにぎり 1,000円  
70g 10個入り (税込)

1個 70g / エネルギー111kcal / 食塩相当量0.7g



商品番号:220081

●牛丼の具 226円  
(税込)

1食 90g / エネルギー187kcal / 食塩相当量1.2g



# 連動企画コンテンツ

食楽膳のアレンジで、  
もっとおいしく健康に

**R65**  
**ちょい足し**  
**レシピ**

食楽膳に食材を“ちょい足し”して  
栄養をアップさせるレシピを  
毎月ご紹介！

SOMPOケアの管理栄養士が  
監修！安心できて栄養満点です♪

栄養について  
かんたんに  
学ぶことができる  
WEB企画が  
オープン！

各教科ごとに先生と  
楽しく学べます♪

**R六十五**  
**るいよう学園**

食事の栄養バランスが気になったら  
**家族とはじめる、食楽膳**

食楽膳が気になった方必見！  
おいしさと真心がこもった心温まるムービーを公開中！



# ご注文方法

## STEP 1 選ぶ

パンフレットから  
好きな商品  
をお選びください。



商品番号: 210001

●赤魚の煮付け

副菜: ひじき煮、うの花

1食 130g / エネルギー83kcal / 食塩相当量1.2g



商品番号: 210019

●肉じゃが

副菜: ほうれん草のごま和え、高野豆腐の卵とじ

1食 140g / エネルギー127kcal / 食塩相当量1.1g



商品番号: 210508

●メヌケの照り煮

副菜: エビのチリソース煮、里芋と小松菜の煮物

1食 171g / エネルギー158kcal / 食塩相当量1.5g

## STEP 2 書く

裏面の注文書に

- お名前
- ご住所
- 電話番号

と選んだ商品の

- 商品番号
- 数量
- 金額

をご記入ください。

### ①お客様情報を記入する

お名前、ご住所、電話番号を記入します。  
お届け先を選びたい場合は  
「2.お届け先」にご記入ください。

### ②配達希望日、お支払い方法を記入する

### ③商品情報を記入する

レギュラー25種それぞれ  
1食分 340円(税込)

商品金額

商品名と  
商品番号

注文書記入なし、かんたん注文はこちら  
インターネットからもご注文いただけます。  
2回目以降のご注文は入力の手間も省けます。



スマートフォンの  
カメラで読み込んで  
ください。

## STEP 3 注文

記入した注文書をFAX宛に  
送信してください。

FAX 番号  
03-5715-1756



## STEP 4

## 注文完了

3～5日程度で商品が届きます。  
ゴールデンウィーク、お盆、年末年始などは  
ご希望に添えない場合がございます。

特定  
商取引法に  
ついては  
こちら



アレルギー  
情報に  
ついては  
こちら





在宅高齢者『食楽膳』専用注文書  
向け食品

FAX:03-5715-1756

送信枚数

枚目

食楽膳は高齢者(65歳以上)専用の商品です。

障がいをお持ちの方、同居家族の方も  
ご購入いただけます。

FAX送信方向

## 1.ご依頼主様 (「後払い」の場合は請求先宛名となります)

|       |                                                         |            |     |      |                                   |
|-------|---------------------------------------------------------|------------|-----|------|-----------------------------------|
| ご依頼主様 | フリガナ                                                    | 様 ( ) 才    | 男・女 | 電話番号 | ※市外局番よりご記入ください。※「電話番号」は必ずご記入ください。 |
|       | 〒                                                       | 都 道<br>府 県 |     | ( )  | -                                 |
|       | ※ご注文内容を確認させていただく場合がございます。<br>上記と異なるご連絡先をご希望の場合はご記入ください。 |            |     |      | お名前                               |

## 2.お届け先 (1のご住所と異なる場合はご記入ください)

|      |                                                                                                                                                                              |            |         |      |                                       |
|------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|---------|------|---------------------------------------|
| お届け先 | フリガナ                                                                                                                                                                         | お名前        | 様 ( ) 才 | 電話番号 | ※市外局番よりご記入ください。<br>※「電話番号」は必ずご記入ください。 |
|      | 〒                                                                                                                                                                            | 都 道<br>府 県 |         | ( )  | -                                     |
|      | ご依頼主様との続柄: <input type="checkbox"/> ご本人 <input type="checkbox"/> ご家族・ご親族 <input type="checkbox"/> 介護関係者 <input type="checkbox"/> SOMPOケア関係者 <input type="checkbox"/> その他 ( ) |            |         |      |                                       |

## 3.配達指定 (ご希望がある場合はご記入ください)

|      |                                                                                                 |                                                                |
|------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|
| お届け日 | 月                                                                                               | 日 ( ) (注1)                                                     |
|      | <input type="checkbox"/> 指定なし                                                                   | <input type="checkbox"/> 12時まで <input type="checkbox"/> 14-16時 |
|      | <input type="checkbox"/> 16-18時 <input type="checkbox"/> 18-20時 <input type="checkbox"/> 19-21時 |                                                                |

## 4.お支払い方法 (いずれか一つに○を付けてください)

|        |               |                                                    |
|--------|---------------|----------------------------------------------------|
| お支払い方法 | 代金引換          | 手数料 330円(税込)をご負担いただきます。                            |
|        | 後払い(コンビニ・郵便局) | 「請求書」は商品到着後、別途お送りいたします。<br>手数料 242円(税込)をご負担いただきます。 |
|        | 口座引落し         | (新規受付終了)<br>受付済の方は、継続利用可能です。                       |
|        | 銀行振込          | 法人様専用(詳しくはお問合せください)                                |

(注1) ご注文日の翌日より、3日目以降をご指定ください。但し、(金PM)(土)(日)のご注文は(木)以降のお届けとなります。尚、ご指定がない場合「最短納品日」「時間指定無し」とさせていただきますので、予めご了承願います。当日扱いのご注文の締め切りは昼12時とさせていただきます。

## 5.ご注文内容 ※カタログの各商品はすべて税込金額となっております。

|       | NO. | 商品番号   | 商品名         | 単価(税込) | 個数 | 合計(税込) |
|-------|-----|--------|-------------|--------|----|--------|
| セット販売 | 1   | 300007 | 管理栄養士セレクション | 5,929  |    |        |
|       | 2   | 300008 | バラエティセット    | 8,569  |    |        |
|       | 3   | 300009 | ポリュームセット    | 13,500 |    |        |
| 単品販売  | 1   |        |             |        |    |        |
|       | 2   |        |             |        |    |        |
|       | 3   |        |             |        |    |        |
|       | 4   |        |             |        |    |        |
|       | 5   |        |             |        |    |        |
|       | 6   |        |             |        |    |        |
|       | 7   |        |             |        |    |        |
|       | 8   |        |             |        |    |        |
|       | 9   |        |             |        |    |        |
|       | 10  |        |             |        |    |        |

※商品は1個からご注文可能です。

※送料は1回のご注文で1,370円(税込)をご負担いただきます。

但し商品代金合計が5,500円(税込)以上で、送料無料とさせていただきます。

※注文書を追加でご希望の際はご連絡ください。

※ご注文後のキャンセル及び変更はできませんので  
内容をご確認の上、ご注文をお願いいたします。

|                    |   |   |
|--------------------|---|---|
| 商品代金合計             | 個 | 円 |
| 送料 1,370円          |   | 円 |
| 後払手数料242円(内消費税22円) |   | 円 |
| 代引手数料330円(内消費税30円) |   | 円 |
| 総合計                | 個 | 円 |

お問い合わせ先

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タワー  
<https://www.sompocarefoods.com/>



0120-640-407

平日10時～15時

2022年10月改訂版 資料番号F0023

キリトリ