



Innovation for Wellbeing

SOMPOケア

おいしさと
安心を
もっと身近に
もっと手軽に

食楽膳

しよくらくぜん

管理
栄養士
監修



食楽膳 レギュラー (ふつう食)

主菜 1品
副菜 2品

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。

レギュラーは
すべて340円(税込)!

塩分は
平均1.4グラム



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。
※ ご飯(白米)はついていません。



商品番号: 210007

サバの味噌煮 340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 340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 340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 340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 340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 340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 340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 340円(税込)

1セット分 ● 140g / 231kcal / 1.0g



商品番号: 210002

豚肉のねぎ塩 340円(税込)

1セット分 ● 155g / 226kcal / 塩分 1.7g



商品番号: 210011

豚焼肉 340円(税込)

1セット分 ● 140g / 172kcal / 塩分 1.3g



商番号: 210027

豚の生姜焼き 340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 340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

340円 (税込)

1セット分 ● 150g / 239kcal / 塩分 1.6g



商品番号: 210019

肉じゃが

340円 (税込)

1セット分 ● 140g / 127kcal / 塩分 1.1g



商品番号: 210030

麻婆豆腐

340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

340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

340円 (税込)

1セット分 ● 145g / 171kcal / 塩分 1.2g



商品番号: 210029

メンチカツ

340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

340円 (税込)

1セット分 ● 150g / 255kcal / 2.2g



商品番号: 210022

豆腐ハンバーグ

340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

340円 (税込)

1セット分 ● 155g / 141kcal / 塩分 1.7g



商品番号: 210033

筑前煮

340円 (税込)

1セット分 ● 132g / 135kcal / 1.1g



商品番号: 210032

親子煮

340円 (税込)

1セット分 ● 140g / 151kcal / 1.0g



商品番号: 210039

鶏の照り煮

340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

340円 (税込)

1セット分 ● 150g / 162kcal / 1.5g

麺類

単品

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

340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

340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

340円 (税込)

1食分 ● 238g / 387kcal / 塩分 7.0g



商品番号：220017

醤油ラーメン

340円 (税込)

1食分 ● 236g / 368kcal / 塩分 5.9g



商品番号：220020

味噌ラーメン

340円 (税込)

1食分 ● 256g / 425kcal / 塩分 6.5g



商品番号：220019

ちゃんぽん

340円 (税込)

1食分 ● 260g / 385kcal / 塩分 5.3g



商品番号：220037

焼きそば

340円 (税込)

1食分 ● 250g / 480kcal / 塩分 6.5g



商品番号：220083

ナポリタン

340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！

ソフト（そふと食）

主菜 1 品
副菜 2 品

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。
※ ご飯（白米）はついていません。



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

鮭のカツカツカレーソース 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

ソフトは
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!



ムース（やわらか食）

単品

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
天ぶら盛り合わせ 391円（税込）
1食分 ● 87g / 204kcal / 塩分 1.0g

ムースは
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!



ピューレ (ミキサー食)

1日セット (3食分)

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

ピューレ 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

ピューレ 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

ピューレ 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

ピューレ 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

ピューレ 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

ピューレ 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 さつま芋の煮物

[夕] 主菜 白身フライタルソース 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

ピューレ 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

ピューレ 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

ピューレ 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

ピューレ 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

ピューレ 1日セット ⑪ 1,200円 (税込)

【朝】主菜 — 副菜 ブロッコリーの白和え

【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

ピューレ 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 いりどり

【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

ピューレ 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

ピューレ 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

ピューレ 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

ピューレ 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 ブロッコリーと人参のごま和え

【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

ピューレ 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 ブロッコリーの白和え

1日セット分 ● 495g / 300kcal / 塩分 3.7g



商品番号：213048

ピューレ 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 カレーの煮付け 副菜 大根の煮物

1日セット分 ● 495g / 241kcal / 塩分 4.3g



商品番号：213049

ピューレ 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

ピューレ 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

ピューレ 1日セット ㉑ 1,200円 (税込)

【朝】主菜 — 副菜 いりどり

【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 じゃこなす

1日セット分 ● 495g / 235kcal / 塩分 4.3g



商品番号：213052

ピューレ 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

ピューレ 1日セット 23 1,200円 (税込)

[朝] 主菜 — 副菜 さつま芋のソナマヨサラダ

[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

ピューレ 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

ピューレ 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

ピューレ 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

ピューレ 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

ピューレ 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 ジャ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

ピューレ (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)

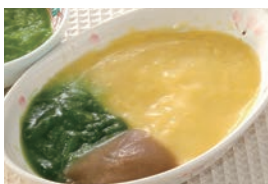
1食分 ● 150g / 66kcal / 塩分 0.9g



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 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
レポートリー
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 ● 23g / 87kcal / 塩分 0.3g



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2枚入り (8枚切り厚) 108円 (税込)
1枚 ● 43g / 114kcal / 塩分 0.4g



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個入り 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個入り 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。



レギュラー (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。



ソフト (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こだわりました。食材によっては、舌でつぶせます。



ムース (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。



ピューレ (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、おいしそうに見た目に配慮しました。

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。

レギュラー (ふつう食)

※サイズ(約): タテ 16.5 ×
ヨコ 15 × 高さ 3cm



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！

ソフト (そふと食)

※サイズ(約): タテ 18 ×
ヨコ 12.5 × 高さ 3.5cm



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

ムース (やわらか食)

※メニューによって
大きさが異なります。



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！

ピューレ (ミキサー食)

※サイズ(約): タテ 18 ×
ヨコ 12.5 × 高さ 3.5cm



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

※メニューによって
大きさが異なります。



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。

- 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。
- 商品本体は、軽減税率(8%)対象商品です。

- 専用注文票に必要項目を記入し、上記のお客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。

● 合計 5,500 円以上のご注文で送料無料で、5,500 円未満は別途 1,370 円（税込）をいただきます。

● 手数料 330 円 (税込) を
ご負担いただきます。

- 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。

● ご利用の場合は、決済代行会社（ヤマトフィナンシャル株式会社）による審査がございます。
審査結果によってはご利用いただけない場合もございます。

● ご指定のない場合は、最短のお日にちでお届けします。

〈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：03-5715-5530
<https://www.sompocarefoods.com>