

「冷凍弁当」の温め方

01

「点線」に沿って
「切り込み」を入れます

※点線部分に切り込みを入れ、
デザイン部分を上にしたまま温めてください。

SHOKU NO
SOYOKAZE
食のそよ風



やけどに注意！

- 電子レンジの“ワット数・時間”は
お弁当の袋で確認してください。
- 袋のまま温めてください。
- 取り出す際のやけどに注意！

02

電子レンジで温めます

500Wまたは600Wで表示してある時間加熱してください。
※目安の加熱時間でも冷たい場合は、10秒ずつ再加熱してください。

500w	700w
3分～3分30秒	2分～2分30秒

03

時間が来たら「完成」です！



お皿に盛りつけるとちょっと豪華なお食事に！



お取り扱い上の注意

- 電子レンジ専用商品です。
- 賞味期限にかかわらず、お早めにお召し上がりください。
- 一度解凍したものを再び凍らせると品質が変わる事がありますので
ご注意ください。
- 冷凍庫の開閉による温度変化が品質に影響することがございます。

調理・お召し上がり方の注意事項

- 自動温め(オート調理)機能による加熱は避けてください。
- 加熱時間は機種により多少異なります。冷たい場合は10秒ずつ
追加加熱を行ってください。
- 加熱後は熱くなりますのでやけどには十分ご注意ください。
- 魚などの場合、小骨が入っていることがございます。

お問い合わせ・お申し込みは
ご利用の事業所まで

[事業所名]

企画・運営 株式会社ツクイ

〒233-0002
神奈川県横浜市港南区上大岡西 1-6-1

製造元

トオカツフーズ株式会社
ノムラフーズ株式会社

今日は何食べよう？ 30種類の豊富なメニュー



SHOKU NO
SOYOKAZE
食のそよ風

株式会社ツクイ

3ヵ月に1度、新メニュー登場！

新登場



つくねと厚揚げの和風
きのこあん

新登場



やみつきガーリック
トンテキ

新登場



牛肉と里芋のすき煮

お弁当は冷凍品、ごはん・おかゆは常温でのお渡しになります。

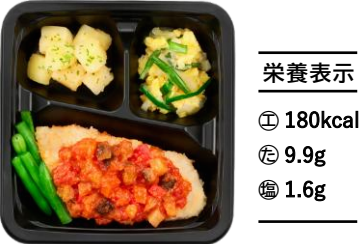
栄養表示について… ㊦ エネルギー / ㊦ たんぱく質 / ㊦ 食塩相当量



1 ジンジャーポークカレー
副菜 紫キャベツのラバ
蓮根と菜の花の辛子和え



2 やわらかく仕上げた
照り焼きチキン
副菜 ひじき煮
ハムマヨたま



3 鰯(カイ)のムニエル
トマトソースかけ
副菜 じゃが芋バター醤油
炒り卵小エビ和え



4 やわらかチキンの
コーンクリームシチュー
副菜 筍と木耳の炒め
切干大根と枝豆の味噌甘辛煮



5 牛肉のピリ辛プルコギ
副菜 ゴーヤと卵と木耳の炒め
やさしい味の高野豆腐



6 たっぷり野菜の
鰯(アジ)南蛮
副菜 白菜と椎茸のお浸し
ピーマンとチンゲン菜の彩りและ



7 豆鼓香る回鍋肉
副菜 たまごとそら豆のマヨソース仕立て
肉だんごの黒酢あん



8 特製味噌カツ
副菜 彩り五穀ひじき
蓮根のさっぱり柚子和え



9 海鮮野菜炒め風
副菜 彩り野菜と棒棒鶏の中華サラダ
厚揚げの濃厚胡麻味噌あん



10 絶品! やわらかさが
自慢の豚角煮
副菜 鶏と白菜の超絶うま煮
大豆と蓮根のおかか和え



11 鮭とさつまいも、
きのこのバター醤油
副菜 人参とツナの卵和え
にらと木耳のピーマンソテー



12 豚肉の生姜焼き
副菜 キャベツと卵の中華和え
大根のねぎ塩あん



17 贅沢シーフードカレー
副菜 小松菜と油揚げの白和え
豆もやしと人参のナムル



18 やみつき
ガーリックトントキ
副菜 切干大根と小松菜の胡麻和え
蓮根の甘酢あんかけ



19 海老と蓮根のチリソース
副菜 青梗菜と木耳の中華炒め風
焼売 黒酢おろしソース



20 チキンとほうれん草の
クリームグラタン
副菜 南瓜のそぼろあんかけ
中華春雨



25 鰯(カイ)のきのこ
カレークリーム
副菜 切干大根煮
ベーコンとほうれん草のペンネ



26 やみつきチーズタッカルビ
副菜 チャブチ
甘さほっこり大学芋



プチデリカ

おうちごはんの賢い選択

おいしい・栄養バランス・低価格の3拍子が揃う”定番”おかずセット

- ① 買い物の手間なく便利! ② 介護サービスと一緒に! ③ 素材本来の旨味を活かしました!

日々の買い物に出かける手間が減り、
お身体の負担軽減や
時間の節約になります。

介護サービスと併用することによって
お食事の選択肢が増え、
食生活が豊かになります。

素材の味を生かすため、
調理法に工夫を凝らし、
味、食感、香りを楽しんでいただけます。



13 鶏肉とかぼちゃの
炭火焼き風
副菜 茄子と赤ピーマンの炒め
ゆず胡椒のツイストマカロニ



14 柚子胡椒香る絶品白麻婆
副菜 切干大根のガリバタ風味
蒸し鶏とキャベツの和え物



15 赤魚(アサギ)のみりん焼き
副菜 根菜とひじきの炒め煮
明太マッシュポテト



16 牛肉と里芋のすき煮
副菜 竹輪と豆のトマトそばろ
ほうれん草のツナ和え



21 牛肉のニンニク炒め
副菜 小松菜とひじきの白和え
れんこんのおかか煮



22 やわらか大根と
豚肉の甘辛煮
副菜 大豆とさつま芋の甘酢和え
人参しりしり



23 ハニーマスタードチキン
副菜 茄子の素揚げと3種野菜のトマトソース
じゃが芋とベーコンの青のりソテー



24 3種きのこのホワイト
ソースハンバーグ
副菜 雑穀入りあんかけポテト
豚肉と小松菜の柚子胡椒仕立て



27 赤ワイン仕立ての
濃厚ハッシュドビーフ
副菜 あさりとブロッコリーのアヒージョ風
ペンネカルボナーラ



28 柚子香る鴨つくねの
和風あん 九条ねぎ添え
副菜 チンゲン菜の卵和え
大豆と昆布の煮物



29 鰯(タラ)のバター焼き
レモンソース
副菜 さつま揚げとピーマンの炒め
いんげんと炒り卵



30 つくねと厚揚げの
和風きのこあん
副菜 切干大根のさっぱり煮
鶏肉の旨塩だれ



単品購入 ¥190 (税抜176円)

お弁当料金 ¥550 (税抜509円)
ごはんセット ¥730 (税抜676円)

※請求時は、すべての保険外サービスを税抜価格で小計した金額に消費税を加算する為、税込合計金額が異なる場合があります。