

食べたい！を叶えたい。

kanau

「冷凍弁当」を自宅へお届けします

※1 おかず 18.0g 以上 / もち麦ごはん 4.6g 以上
※2 おかず 6.6g 以上 / もち麦ごはん 3.6g 以上

たんぱく質
22.6g 以上

食物繊維
10.2g 以上

「たんぱく質」と「食物繊維」を
まとめて摂取。

一食で完結。

kanauが選ばれる理由！



5食セット

「冷凍弁当」の温め方

03

時間が来たら「完成」です！

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、
こちらの上にしたまま温めてください。

500w	700w
5分20秒	3分50秒



お皿に盛りつけると
ちょっと豪華なお食事に！

02

電子レンジで温めます

500W または 700W 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
※加熱後は容器も中身も熱くなりますので、やけどにご注意ください



ご注意ください

- 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！

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。

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

食べたい！を叶えたい。

うれしい
W配合

「たんぱく質」で体をつくり
「食物繊維」で体をキレイに。
おいしいもの“たっぷり”が叶うお弁当。

体をつくる「たんぱく質」も不足しがちな「食物繊維」も1食、
Wで摂れるのに何度も食べたい絶品メニュー&たっぷりの量でお届けします。
体がよるこぶヘルシーな食事がおいしいものを
たっぷり食べるだけで叶えばいいのに。
そんな想いから、おいしいもの“たっぷり”が叶うお弁当です。



セット価格 **¥4,430**
送料込 (税抜4,102円)
※沖縄送料:5,120円(税抜4,741円)

栄養表示について…①エネルギー／㊦たんぱく質／㊹食塩相当量



**ハンバーグ
本格シャリアピンソース**

栄養成分
① 323kcal
㊦ 18.3g
㊹ 2.9g

**すき焼き風**

栄養成分
① 254kcal
㊦ 18.9g
㊹ 2.3g



**タルタルたっぷり
チキン南蛮**

栄養成分
① 328kcal
㊦ 21.1g
㊹ 2.9g

**さっぱり
豚しゃぶおろしポン酢**

栄養成分
① 273kcal
㊦ 19.8g
㊹ 2.9g

**海老と蓮根の
チリソース**

栄養成分
① 313kcal
㊦ 21.3g
㊹ 2.7g

**青椒肉絲(豚)**

栄養成分
① 320kcal
㊦ 18.7g
㊹ 2.4g

**とろーりたまごの
ガパオ風**

栄養成分
① 322kcal
㊦ 23.4g
㊹ 2.8g

**鰯(たら)の香味中華ソー
ス 大豆そぼろ炒め添え**

栄養成分
① 307kcal
㊦ 24.8g
㊹ 2.0g

**ハッシュドビーフ**

栄養成分
① 329kcal
㊦ 18.1g
㊹ 2.8g

**鰯(カレイ)のねぎ塩あんかけ**

栄養成分
① 292kcal
㊦ 21.2g
㊹ 2.1g



**豆鼓香る本格回鍋肉**

栄養成分
① 310kcal
㊦ 18.8g
㊹ 2.7g

**ハニーマスタードチキン**

栄養成分
① 283kcal
㊦ 21.7g
㊹ 2.3g



**牛肉のピリ辛プルコギ**

栄養成分
① 324kcal
㊦ 21.6g
㊹ 2.8g

**豆乳とバターと
生クリームのにしゅー**

栄養成分
① 324kcal
㊦ 22.8g
㊹ 1.5g

**牛肉のうま煮彩り野菜添え**

栄養成分
① 331kcal
㊦ 20.3g
㊹ 2.9g

**シーフードカレー**

栄養成分
① 322kcal
㊦ 19.0g
㊹ 2.7g

**鰯(たら)の
香草焼きバジルソース**

栄養成分
① 300kcal
㊦ 22.3g
㊹ 2.5g

**鰯(カレイ)と野菜の
黒酢あん**

栄養成分
① 287kcal
㊦ 18.5g
㊹ 2.3g

**4種チーズときのこの
濃厚デミグラスハンバーグ**

栄養成分
① 282kcal
㊦ 20.7g
㊹ 1.8g

**魚介の旨味たっぷり
アクアパッツァ**

栄養成分
① 288kcal
㊦ 18.3g
㊹ 2.2g



**やみつき
チーズタッカルビ**

栄養成分
① 330kcal
㊦ 24.1g
㊹ 2.1g

**チキンの赤ワイン煮**

栄養成分
① 318kcal
㊦ 24.0g
㊹ 2.5g



**チキンとほうれん草の
ホワイトソース**

栄養成分
① 319kcal
㊦ 18.2g
㊹ 1.7g

**山椒香るたっぷり豚肉の
麻婆あんかけ**

栄養成分
① 326kcal
㊦ 21.7g
㊹ 2.7g

**タルタルソースで
食べる鰯(たら)竜田**

栄養成分
① 317kcal
㊦ 18.0g
㊹ 1.6g

**鰯(カレイ)のムニエル
トマトソースかけ**

栄養成分
① 310kcal
㊦ 22.7g
㊹ 2.3g

**あんが決め手の
海鮮八宝菜**

栄養成分
① 271kcal
㊦ 19.8g
㊹ 2.5g

**鶏肉と厚揚げの
甘味噌仕立て**

栄養成分
① 282kcal
㊦ 18.1g
㊹ 2.9g

**鰯(たら)のレモン
ペッパー焼き**

栄養成分
① 272kcal
㊦ 20.1g
㊹ 2.5g

**豚肉と彩り野菜の
味噌炒め風**

栄養成分
① 297kcal
㊦ 18.5g
㊹ 2.7g

栄養バランスへの配慮はもちろん、低価格にもこだわりました。便利なセット販売をご利用ください。

毎日の食生活を豊かに送っていただきたい、そんな想いが詰まったお弁当です。だから、毎日食べられる。おいしくて経済的で便利な「冷凍弁当」です。