

レンジでチン！でお手軽
冷凍おかずセット

ベストランチ

国内製造

画像はイメージです ※ ご飯、みそ汁は別途ご用意ください

1 98789 205gX10/2 お肉 洋食

イタリアンハンバーグ



主菜
○イタリアンハンバーグ
(ペンネペロンチーノ)
副菜
○れんこんと人参の
たらこ炒め
○キャベツの洋風煮

栄養成分： 熱量:253kcal 食塩相当量:2.0g
(1食あたり) たんぱく質:13.5g レンジ加熱:5分00秒

2 98812 180gX10/2 お肉 洋食

マヨたまフライ



主菜
○マヨたまフライ
(きのこの
ペロンチーノパスタ)
副菜
○キャベツの洋風和え
○人参のたらこ炒め

栄養成分： 熱量:250kcal 食塩相当量:1.5g
(1食あたり) たんぱく質:7.5g レンジ加熱:3分30秒

3 98806 185gX10/2 お魚 和食

白身魚の天ぷら和風あん



主菜
○白身魚の
天ぷら和風あん
(いんげんお浸し)
副菜
○なすの中華味噌和え
○切り干し大根の
ごまマヨサラダ
○ひじき煮

栄養成分： 熱量:264kcal 食塩相当量:1.9g
(1食あたり) たんぱく質:8.5g レンジ加熱:3分50秒

4 98788 170gX10/2 お肉 和食

味噌ヒレカツ



主菜
○味噌ヒレカツ
(きんぴらごぼう)
副菜
○青菜としらすの
お浸し
○切干大根の
胡麻酢和え

栄養成分： 熱量:260kcal 食塩相当量:1.9g
(1食あたり) たんぱく質:9.2g レンジ加熱:3分30秒

5 98782 200gX10/2 お肉 和食

肉じゃが



主菜
○肉じゃが
副菜
○五目厚焼卵
○小松菜のからし和え
○いんげんのお浸し

栄養成分： 熱量:229kcal 食塩相当量:1.8g
(1食あたり) たんぱく質:8.7g レンジ加熱:4分00秒

6 98682 180gX10/2 お魚 和食

さばの味噌煮



主菜
○さばの味噌煮
(おかかうどん)
副菜
○切干大根の白煮
○コーンの和風コンソメ
○野菜炒め

栄養成分： 熱量:262kcal 食塩相当量:1.9g
(1食あたり) たんぱく質:17.8g レンジ加熱:4分00秒

7 98664 200gX10/2 お肉 洋食

デミグラスハンバーグ



主菜
○デミグラスハンバーグ
(ペンネ)
副菜
○いんげんのコンソース
○なすのトマトソース
○キャベツきのこのソテー

栄養成分： 熱量:238kcal 食塩相当量:1.9g
(1食あたり) たんぱく質:12.3g レンジ加熱:4分00秒

8 98672 190gX10/2 お肉 和食

牛すき煮



主菜
○牛すき煮
副菜
○おくらのコンソース
○かぼちゃの
ずんだソース

栄養成分： 熱量:241kcal 食塩相当量:1.5g
(1食あたり) たんぱく質:8.0g レンジ加熱:3分30秒

9 98781 190gX10/2 お肉 中華

酢豚



主菜
○酢豚
副菜
○小松菜の辛子和え
○大豆の華サラダ
○大学芋

栄養成分： 熱量:253kcal 食塩相当量:1.5g
(1食あたり) たんぱく質:9.3g レンジ加熱:3分30秒

<原体写真>



1食あたり470円 (税込)

調理方法

袋の端をハサミで少し切り、トレーに入れたまま
電子レンジ (500W) で外袋に記載の時間加熱してください。

※ レンジタイム500Wの目安です。機種・使用年数などにより異なる場合があります。



株式会社 **宝来** 〒930-0916 富山市向新庄町6-9-15
☎076-451-6858 FAX076-451-8022

<定休日>12月30日~1月1日
<電話受付時間>9:00~18:00 (日祝除く)、9:00~13:00 (日祝)

1	2	3	4	5	合計
個	個	個	個	個	
6	7	8	9		
個	個	個	個		個

お名前 _____
ご住所 _____
TEL _____

※ 県外：地方発送も承ります。(ご相談下さい)