

旨い!ごちそう肉おかず

✓ 食べたらチェックしましょう! (例) ✓ 1袋目
 食べた数をチェックすると残りがわかりやすくなります。 ✓ 2袋目

いつもご利用いただき有難うございます。
 「旨い!ごちそう肉おかず」では、ジューシーでやわらかなお肉惣菜を、
 たっぷりのボリュームで毎月お届けいたします。

① 鶏の甘酢煮



栄養成分表示(100gあたり)		
エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g
136	6.4	3.5
炭水化物 g	ナトリウム mg	塩分 g
19.0	459	1.2

✓ 食べたらチェック → ✓ 1袋目 ✓ 2袋目

ジューシーな唐揚げをさっぱりとした甘酢だれで煮込みました。

湯せん
5~7分

② 豚の角煮



栄養成分表示(100gあたり)		
エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g
308	17.0	20.3
炭水化物 g	ナトリウム mg	塩分 g
14.2	810	2.1

✓ 食べたらチェック → ✓ 1袋目 ✓ 2袋目

時間をかけて煮込んだ豚の角煮は、トロットとろけるような食感です。

湯せん 12分
電子レンジ500W
約2分30秒

③ ハッシュドビーフ



栄養成分表示(100gあたり)		
エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g
163	4.9	12.0
炭水化物 g	ナトリウム mg	塩分 g
7.2	344	0.9

手間のかかるメニューを
お手軽にお楽しみください。

湯せん 5~7分
✓ 食べたらチェック
✓ 1袋目 ✓ 2袋目

④ 牛ごぼうの味噌煮込み



栄養成分表示(100gあたり)		
エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g
127	10.2	5.2
炭水化物 g	ナトリウム mg	塩分 g
8.9	525	1.3

じっくり煮込んだ柔らかな牛肉
と味噌の風味がたまりません。

湯せん 5~7分
✓ 食べたらチェック
✓ 1袋目 ✓ 2袋目

⑤ 照り焼き風肉団子



栄養成分表示(100gあたり)		
エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g
203	8.9	12.4
炭水化物 g	ナトリウム mg	塩分 g
12.4	691	1.8

食べごたえのある肉団子に甘辛
だれをからめました。

湯せん 5~7分
✓ 食べたらチェック
✓ 1袋目 ✓ 2袋目

《商品のお取り扱い方について》

- ※商品がお手元に届きましたら、品質保持の為すぐに冷凍庫にて保存してください。
- ※ご家庭の冷凍庫は温度変化が大きいので賞味期限内であってもお早めに召し上がりください。
- ※一度解凍したものを再凍結いたしますと品質が変わりますので避けてください。
- ※調理後は袋などが熱くなっておりますので、取扱いに注意してお召し上がりください。
- ※味の調合、調理方法の改善をした結果、栄養成分値がカタログ表示と差異が生じている場合がございます。
- ※栄養成分値は実際の商品と異なる場合がございます。ご了承ください。

商品に対するお問い合わせは
ペルーナグルメ友の会

通話料無料 0120-307-963

受付時間 9:00~21:00