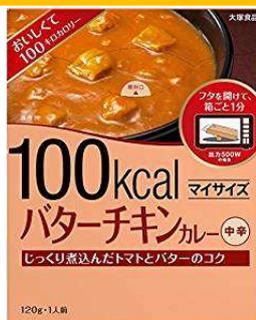


カレー



おいしくて100kcal
フタを開けて、箱ごと1分30秒
100kcal
マイサイズ
欧風カレー (中辛)
牛肉の旨みにスパイスをきかせた中辛

マイサイズ 欧風カレー
香ばしく焼いた牛肉の旨みと、スパイスの刺激が調和した中辛。
価格117円



おいしくて100kcal
フタを開けて、箱ごと1分30秒
100kcal
マイサイズ
バターチキンカレー (中辛)
じっくり煮込んだトマトとバターのコク

マイサイズ バターチキンカレー
トマトの酸味とバターのコクにスパイスをきかせたマイルドなカレー。
価格117円



おいしくて100kcal
フタを開けて、箱ごと1分30秒
100kcal
マイサイズ
グリーンカレー (辛口)
ココナッツミルクとスパイスのタイ風カレー
保存料・合成着色料不使用

マイサイズ グリーンカレー
ハーブとスパイスにココナッツミルクのkok、まるやかなタイ風カレー。
価格117円

内容量150g ■エネルギー:99kcal ■たんぱく質:3.2g ■脂質:3.8g ■炭水化物:13.9g(糖質:12.2g 食物繊維:1.7g) ■食塩相当量:2.0g ■カリウム:167mg ■リン:49mg

内容量120g ■エネルギー:98kcal ■たんぱく質:4.3g ■脂質:4.2g ■炭水化物:11.0g(糖質:10.3g 食物繊維:0.7g) ■食塩相当量:1.9g ■カリウム:132mg ■リン:40mg

内容量150g ■エネルギー:97kcal ■たんぱく質:2.1g ■脂質:5.4g ■炭水化物:10.2g(糖質:9.6g 食物繊維:0.6g) ■食塩相当量:1.7g ■カリウム:94mg ■リン:32mg

カレー



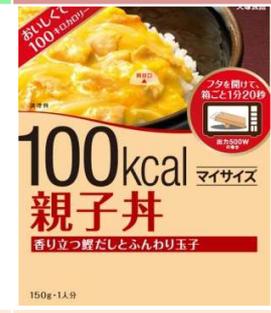
おいしくて100kcal
フタを開けて、箱ごと1分30秒
100kcal
マイサイズ
和風カレー (中辛)
鰹だしの風味、クリーミーでコク深い味わい
保存料・合成着色料不使用

マイサイズ 和風カレー
鰹だしの風味、クリーミーでコク深い味わい。マイルドな辛さでだしのきいたカレー。
価格117円



おいしくて100kcal
フタを開けて、箱ごと1分30秒
100kcal
マイサイズ
ハヤシ (中辛)
トマトの酸味とデミグラスソースのコク

マイサイズ ハヤシ
炒めた玉葱とデミグラスソースの深みを、トマトの酸味で爽やかに。
価格117円



おいしくて100kcal
フタを開けて、箱ごと1分30秒
100kcal
マイサイズ
親子丼 (中辛)
香り立つ煮だしのふんわり玉子

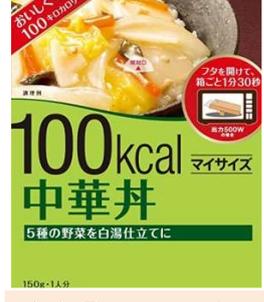
マイサイズ 親子丼
鰹節と鶏の2つのだしが、ふんわり玉子を引き立てる。
価格117円

内容量100g ■エネルギー:98kcal ■たんぱく質:3.3g ■脂質:6.2g ■炭水化物:7.8g(糖質:6.7g 食物繊維:1.1g) ■食塩相当量:1.3g ■カリウム:123mg ■リン:49mg

内容量150g ■エネルギー:96kcal ■たんぱく質:2.7g ■脂質:3.3g ■炭水化物:14.3g(糖質:13.4g 食物繊維:0.9g) ■食塩相当量:1.8g ■カリウム:121mg ■リン:35mg

内容量150g ■エネルギー:98kcal ■たんぱく質:4.2g ■脂質:4.2g ■炭水化物:11.1g(糖質:10.5g 食物繊維:0.6g) ■食塩相当量:1.8g ■カリウム:182mg ■リン:52mg

どんぶりの素



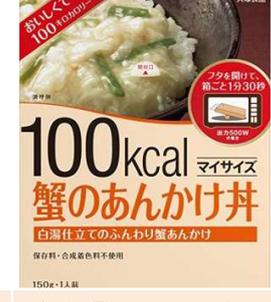
おいしくて100kcal
フタを開けて、箱ごと1分30秒
100kcal
マイサイズ
中華丼 (中辛)
5種の野菜を白湯仕立てに

マイサイズ 中華丼
白湯に溶け込む鶏・豚と5種の野菜の旨みに、胡麻油が香る。
価格117円



おいしくて100kcal
フタを開けて、箱ごと1分10秒
100kcal
マイサイズ
麻婆丼 (中辛)
2つの醬の辛み・コクと山椒の香り

マイサイズ 麻婆丼
豆板醬と豆鼓醬の辛み・コクに、山椒をきかせた本格派。
価格117円



おいしくて100kcal
フタを開けて、箱ごと1分30秒
100kcal
マイサイズ
蟹のあんかけ丼 (中辛)
白湯仕立てのふんわり蟹あんかけ
保存料・合成着色料不使用

マイサイズ 蟹のあんかけ丼
白湯の旨みの効いた、ふんわり卵白が雪のよう。
価格117円

内容量150g ■エネルギー:97kcal ■たんぱく質:1.7g ■脂質:6.6g ■炭水化物:8.3g(糖質:7.1g 食物繊維:1.2g) ■食塩相当量:1.8g ■カリウム:51mg ■リン:18mg

内容量120g ■エネルギー:95kcal ■たんぱく質:3.1g ■脂質:5.8g ■炭水化物:8.0g(糖質:7.4g 食物繊維:0.6g) ■食塩相当量:1.9g ■カリウム:80mg ■リン:36mg

内容量150g ■エネルギー:96kcal ■たんぱく質:3.3g ■脂質:5.4g ■炭水化物:8.9g(糖質:8.4g 食物繊維:0.5g) ■食塩相当量:2.0g ■カリウム:37mg ■リン:12mg

まぜごはんの素



おいしくて100kcal
フタを開けて、箱ごと1分30秒
100kcal
マイサイズ
ビビンバの素 (辛口)
コチュジャン仕立ての旨辛さ、香るごま油
保存料・合成着色料不使用

マイサイズ ビビンバの素
コチュジャンと豆板醬仕立ての旨辛さ、香るごま油。
価格117円



おいしくて100kcal
フタを開けて、箱ごと1分30秒
100kcal
マイサイズ
チーズリゾットの素 (中辛)
4種のチーズがトロリと溶け合う

マイサイズ チーズリゾット
ゴーダ・パルメザン・エダム・チェダーの4種のチーズの香りと旨み。
価格117円



おいしくて150kcal
フタを開けて、箱ごと1分30秒
150kcal
マイサイズ
マンナンごはん (中辛)
炊き立てのふんわり白米
保存料・合成着色料不使用

マイサイズ マンナンごはん
こんにやく生まれの米粒状加工食品)と富山県産コシヒカリを使用。
価格136円

内容量90g ■エネルギー:99kcal ■たんぱく質:1.7g ■脂質:6.5g ■炭水化物:8.8g(糖質:7.8g 食物繊維:1.0g) ■食塩相当量:1.6g ■カリウム:101mg ■リン:29mg

内容量86g ■エネルギー:99kcal ■たんぱく質:2.8g ■脂質:7.0g ■炭水化物:6.4g(糖質:5.9g 食物繊維:0.5g) ■食塩相当量:1.7g ■カリウム:35mg ■リン:58mg

内容量140g ■エネルギー:150kcal ■たんぱく質:1.5g ■脂質:0.3g ■炭水化物37.2g(糖質:33.3g 食物繊維:3.9g) ■食塩相当量:0.0~0.1g ■カリウム:3mg ■リン:19mg

お問合せ・ご注文

電話0120-876-810(通話無料)
株式会社はあとライフサポート

全て1ヶからのご購入が可能です。別途送料:200円
但し、商品合計3,000円(税抜)以上ご購入の場合は
送料無料。

おすすめ



ボンカレーでおなじみの大塚食品さんのレトルトシリーズ!!

おいしくて塩分1g
おいしくてたんぱく質10g
糖質の吸収を抑える

今までの食事では量もカロリーもちよっと多い、と感じる方へのマイサイズシリーズ

「ちょうどいい」がひと目でわかる

カロリー計算しやすい!!



100kcal シリーズ

150kcal マンナンごはん

全てレンジ調理だから簡単・便利!

レンジ加熱 40秒~1分40秒
出力500Wの場合。



★表示価格はすべて税抜価格となっております。

マイサイズいいね!プラス 糖質の吸収を抑える

マイサイズいいね!プラス 塩分1g



マイサイズいいね!プラス
★糖質が気になる方の
欧風カレー
牛肉のうま味とフルーツチャツネの
ココ。
価格162円



マイサイズいいね!プラス
★糖質が気になる方の
親子丼
炙り鶏を包むとろ
〜りたまご、広がる
鰹の風味。
価格162円



マイサイズいいね!プラス
★塩分が気になる方の
欧風カレー
牛肉のうま味と玉
ねぎの甘みが溶け
込んだ欧風カレー。
価格162円

内容量140g ■エネルギー:97kcal ■たんぱく質:2.5g ■脂質:2.5g ■炭水化物:20.8g(糖質:11.3g 食物繊維:9.5g) ■食塩相当量:1.7g ■カリウム:165mg ■リン:51mg

内容量140g ■エネルギー:95kcal ■たんぱく質:3.2g ■脂質:2.7g ■炭水化物:18.4g(糖質:10.6g 食物繊維:7.8g) ■食塩相当量:1.7g ■カリウム:70mg ■リン:50mg

内容量150g ■エネルギー:97kcal ■たんぱく質:3.0g ■脂質:4.2g ■炭水化物:12.7g(糖質:11.0g 食物繊維:1.7g) ■食塩相当量:1.0g ■カリウム:423mg ■リン:61mg

マイサイズいいね!プラス 塩分1g



マイサイズいいね!プラス
★塩分が気になる方の
ハヤシ
完熟トマトや赤ワインを使ったココ
深く風味豊か。
価格162円



マイサイズいいね!プラス
★塩分が気になる方の
親子丼
炙り鶏の風味と香り豊かな鰹のだし。
価格162円



マイサイズいいね!プラス
★塩分が気になる方の
中華丼
野菜と白湯で重ねたうま味、ごま油の風味。
価格162円

内容量140g ■エネルギー:97kcal ■たんぱく質:2.5g ■脂質:3.4g ■炭水化物:14.4g(糖質:13.7g 食物繊維:0.7g) ■食塩相当量:1.0g ■カリウム:161mg ■リン:44mg

内容量150g ■エネルギー:93kcal ■たんぱく質:3.9g ■脂質:3.9g ■炭水化物:10.7g(糖質:10.4g 食物繊維:0.3g) ■食塩相当量:0.9g ■カリウム:252mg ■リン:59mg

内容量150g ■エネルギー:96kcal ■たんぱく質:1.8g ■脂質:5.7g ■炭水化物:9.8g(糖質:8.9g 食物繊維:0.9g) ■食塩相当量:0.9g ■カリウム:279mg ■リン:26mg

マイサイズいいね!プラス おいしくてたんぱく10g



マイサイズいいね!プラス
★たんぱく質が気になる方の
キーマカレー
ローストした鶏肉のうま味とミルクの
まろやかさ。
価格183円



マイサイズいいね!プラス
★たんぱく質が気になる方の
麻婆丼
こだわり豆腐に鶏肉のうま味、豆板
醤のほどよい辛み。
価格183円



マイサイズいいね!プラス
★たんぱく質が気になる方の
そぼろ親子丼
鶏そぼろと鰹だしのうま味、ふんわり
たまごとじ。
価格183円

内容量130g ■エネルギー:143kcal ■たんぱく質:10.3g ■脂質:6.4g ■炭水化物:12.8g(糖質:9.4g 食物繊維:3.4g) ■食塩相当量:2.0g ■カリウム:348mg ■リン:99mg

内容量130g ■エネルギー:147kcal ■たんぱく質:11.1g ■脂質:7.3g ■炭水化物:10.3g(糖質:8.3g 食物繊維:2.0g) ■食塩相当量:1.9g ■カリウム:233mg ■リン:99mg

内容量140g ■エネルギー:145kcal ■たんぱく質:10.9g ■脂質:6.2g ■炭水化物:12.1g(糖質:10.6g 食物繊維:1.5g) ■食塩相当量:1.9g ■カリウム:241mg ■リン:134mg