宝幸
レトルトさば水煮

さばは、一般的に DHA EPA 豊富な食品です!



【規格】1KG/10

常温

国内産さば使用。さばの旨みをそのままに、塩のみで仕上げました。シンプルな味付けなので料理の素材に最適です。
加圧加熱殺菌しているので、骨まで軟らかいです。
カルシウムも一緒に摂取できます。

さばを使ったアレンジレシピ

色々な料理で大活躍 ぜひお試しください。









汁ごと炊飯器に入れて炊くだけ簡単!

3月8日は「サバ」の日
みんなで、サバを食べましょう♪
「さ(3)ば(8)」の語呂合せ。

海鮮麻婆豆腐



【材料】2人分

レトルトさば水煮(液ごと)	200G
豆腐	1丁
みつば	適量
にんにく、しょうが	各1片
★酒、醤油、甜麺醤	各大さじ1
★豆板醤、オイスターソース	各小さじ1
★みりん	小さじ2
★鶏がらスープの素	小さじ1/2
ごま油	大さじ2
片栗粉	小さじ2
水	50CC
塩、糸唐辛子、ラー油	適量

お肉の代わりに「さば」を使用!!

【作り方】
①にんにく、しょうがはみじん切り、豆腐は水切りして1口大に切ります。
②★の調味料をよく混ぜます。分量の水に片栗粉を溶かします。
③フライパンにごま油を熱し、にんにくとしょうがを焦がさないように炒めます。
④香りが出てきたら、さば水煮、調味料を加えて炒めます。
炒めながらさばをお好みの大きさにほぐします。
⑤水溶き片栗粉でとろみをつけ、豆腐を加えて混ぜます。
味をみてお好みで塩を加えます。
⑥器に盛り、みつば、お好みでラー油と糸唐辛子をのせて完成です。

学給人気上位ランク商品!

ヤヨイサンフーズ
NEW国産さばの味噌煮(M)(L)



【規格】50G/10X10　70G/8X10

冷凍 ボイル

国産サバを味噌と合わせました。
しっとりやわらかいサバと味噌の風味・旨味のバランスが人気の秘密です。
小麦粉・卵・乳成分・そば・落花生原材料は使用しておりません。

日東ベスト
さばの照り煮(おかか)M・L



【規格】50G/10X10　70G/10X10

冷凍 ボイル

国産さばを使用し、骨を柔らかくしています。タレはかつお節で風味をもたせたつやのある照り煮に仕上げました。
M(50G)・L(70G)の2規格ご用意しました。

味のちぬや
すきやき風コロッケ70



【規格】70G/60*3

冷凍 揚げる

定番料理のすき焼きをイメージ。
牛肉、玉ねぎ、しらたきなどを加え甘辛くすき焼き風の味付けに仕上げたコロッケです。

味のちぬや イメージキャラクター コロ作くん

味のちぬや
菜の花コロッケ70

季節限定商品(1月~4月)



【規格】70G/60*3

冷凍 揚げる

春の食材である菜の花をふんだんに使った季節を感じるコロッケです。

おすすめ商品 URUNO Buyer's SELECTION

NKR(宝幸)
子持ししゃも天ぷら(樺太ししゃも)



【規格】20G/50X5*2

冷凍 揚げる

子持ちからふとししゃもを食べやすく天ぷらにしました。
頭からそのまま召し上がれます。

NKR(日本水産)
いか天ぷら40(Zn・Fe・Ca入)

化学調味料不使用



【規格】40G/100*2

冷凍 揚げる

亜鉛、鉄分、カルシウムを簡単に摂取できます。お子様にも食べやすい商品です。

東洋冒易
水煮えのき500G

カット済えのきなので調理が簡単!!



【規格】500G/20

冷蔵



水煮製品ではめずらしい、「えのき」の水煮パックです。約4~6CMの長さにカット済みです。
開封後、水洗いをするだけで調理が始められます。

理研ビタミン
冷凍海藻三陸産丸採りわかめカットS



【規格】500G/10

冷凍



歯ごたえシャキシャキ

水揚げした三陸産わかめを、その日のうちに湯通しした後、急速凍結し、おいしさを封じ込めました。
表面はなめらかで、歯ごたえはシャキシャキとした特有の食感です。



不二製油
冷凍絹厚揚げ(国産大豆)J-10R



【規格】1KG/10

冷凍

なめらかでソフトな食感の絹タイプの冷凍の厚揚げです。豆腐の風味豊かで、品質も安定しています。冷凍のまま、油抜きの心配もなく大量調理に向いています。



【材料】2人分

冷凍絹厚揚げ	12個
ほたて貝柱カット	60G
アスパラスライス	30G
ヤングコーン	4本
にんじん	15G
オイスターソース	各大さじ1/2
濃口醤油、砂糖	
酒	大さじ1
黒胡椒	少々
片栗粉	小さじ1/2

【作り方】
①ヤングコーンを乱切りに、にんじんを短冊切りにします。
②調味料を合わせます。
③分量外の油で①、冷凍厚揚げ、ほたて貝柱カット、アスパラスライスを順に炒めます。
④最後に②の調味料を入れ、仕上げます。

不二製油
豆腐ステーキTS-40SG・TS-60SG



【規格】40G/25X6　60G/20X4

冷凍

なめらかでソフトな食感の豆腐ステーキです。面倒な水切りの手間が不要です。軽くフライしていますので、温めるだけでジューシーな豆腐ステーキがお楽しみいただけます。



【材料】2人分

豆腐ステーキ	2個
カニカマボコ、にんじん	各10G
さやいんげん、しめじ茸	各5G
片栗粉	3G
鶏がらスープの素	5G
酒	15ML
水	100ML
醤油	6ML
砂糖	2G
オイスターソース	3ML

【作り方】
①カニカマボコは3CMくらいの長さに切り、細かく裂いておきます。
豆腐ステーキは素揚げしておきます。
②にんじんは細切りにし、しめじは石づきをとり細かく分けます。
さやいんげんは熱湯に入れボイルします。
③調味料を鍋に入れて火にかけ、沸騰したらさやいんげん以外の材料を弱火で煮込みます。
④③を水溶き片栗粉でとろみをつけ、さやいんげんを入れて仕上げます。

えのきでアレンジ!!
水洗いだけで、調理が始められます。







マルハニチロ
デリカ鯵あじフライ100



【規格】100G/60*2

冷凍 揚げる

身はふっくら、衣はサクサクで素材のおいしさをしっかり味わえる一品です。

鮮度抜群!とにかく美味しい!

オカフーズ
Plus マトウダイ切身(骨取り)



【規格】40G/5X20*2

冷凍



鮮度の良いマトウダイを厳選して使用しております。上品な脂のりの白身魚です。
焼魚や鍋物、フライ、ムニエルなど、彩りよく幅広くご活用いただけます。

オカフーズ
Plus 銀ダラ切身(骨取り)



【規格】40G/5X20*2

冷凍



鮮度の良い銀ダラを厳選して使用しております。脂がたっぷりのった銀ダラです。
焼魚や鍋物、煮魚など、幅広くご活用いただけます。