



# Medi-Care 2 Selection 月号

## 栄養士コメント

あたたかい季節になってきましたね！  
春は彩り豊かな食材をみながら頂きたい季節です♪  
簡単に美味しいパスタやピタパンでピクニック気分も味わってください！



管理栄養士ライター  
関東メデイ子

### 特集1 春の洋食メニュー

チャイ+炭酸水で  
クラフトコーラに！

クラフトコーラ

いちごのデザート

ピタパン

春のサラダ

具沢山春のパスタ

### 春の洋食メニュー献立・栄養成分表示(1食分)

◎冷凍麺(SVスパゲティ(塩ゆで1.7MM))165グラム使用の場合

エネルギー	タンパク質	脂質	炭水化物	食塩相当量
824 kcal	34.3g	24.7g	121.9g	4.3g

◎乾麺(オレンジスパゲティ)80グラム使用の場合

エネルギー	タンパク質	脂質	炭水化物	食塩相当量
860 kcal	35.8g	25g	128.5g	3.5g

レシピと材料をWEBに  
掲載しています。  
ぜひチェックしてください！



## 使用した商品はこちら！

### 具沢山春のパスタ



1204018

昭和産業  
オレンジ  
スパゲティ  
2.0MM

規格：4KG

強力小麦粉とデュラム小麦のセモリナ  
を使用した一般普及タイプです。  
外径2.0mm、長さ255mm、茹で時間約  
13分になります。

冷凍麺で時短に！



39581

シマダヤ  
SVスパゲティ200  
(塩ゆで1.7MM)

規格：200G×5玉  
デュラムセモリナ 100%の乾麺をアル  
デンテに茹であげました。“塩ゆで”と  
いうシェフのひと手間を製法に加えコ  
シのある食感と下味がつきソースのり  
の良いスパゲティに仕上げました。



カット済ですとも便利！

144115

ニッスイ  
おさかなソー  
プチカット

規格：500G

新鮮な魚のすり身と植物性素材を原料にし  
たヘルシーで美味しい新タイプの魚肉練製  
品です。ダイスカットに近い形状で炒め物  
やスープにご使用ください。自然解凍OK

減塩  
Ca入り!

自然  
解凍



145090

理研ビタミン  
洋食屋さんのただただ  
おいしいドレッシング

規格：990ML

独自の「ハイブリッドクラフト製法」でお  
店の手作り感に近づけた、すりおろし野菜  
の食感を感じるのっかる・からまる乳化液  
状ドレッシングです。

「パスタの  
味付けはこれ！」



21903

オカフーズ  
築地グリル亭  
さわら西京焼

規格：20G×10切

脂身の良いサワラを厳選使用し、  
こだわりの西京風味噌に漬け込む  
ことで本格的な味に仕上げました。  
遠赤外線効果でふっくらジュー  
シーに焼き上げています。自然解  
凍・湯せん解凍OK

自然  
解凍



52804

椿食品  
ミニカット菜の花  
(2-3CM)

規格：500G

契約栽培した新鮮な原料を急速凍結  
した商品。使いやすい様に通常の冷  
凍野菜よりも小さくカットしており  
ます。産業給食や医療食の現場でこ  
好評いただいております。

### 春のサラダ



49126

椿食品  
ミニブロッコリー  
2-3CM

規格：500G

ブロッコリーを2～3cmに調整し  
急速冷凍した、風味・色彩が保たれ  
たミニブロッコリーです。バラ凍結  
なので使いやすい量だけ袋から取り出  
して使用いただけます。



141131

大冷  
グリーンアスパラ  
(斜め切り)

規格：500G

グリーンアスパラガス  
を面が広い斜め切りにしま  
した。良質な原料を使用  
し新鮮な風味を生かすよ  
うに処理の上、急速凍結  
しています。



139168

はごろもフーズ  
シャキッとコーン  
(パバっと紙パック)

規格：490G

シャキシャキした歯ごたえ、とうも  
ろこし本来の甘み、豊かな香りの色  
鮮やかなコーンです。利便性の良い  
紙パック製品でそのままお召し上  
がりいただけます。

### ピタパン



58807

デルソーレ  
ピタパン

規格：60G×5枚

中が空洞なので好きな具材をつ  
つむだけ。破れにくく色目がつ  
いて香ばしく、ソフトな食感が  
もちもちです。自然解凍OK

自然  
解凍



102249

ニチレイフーズ  
炭火焼鶏もも  
カットIQF

規格：500G(40～60個入)

一口サイズの鶏もも肉を炭火で香ばしく焼  
き上げました。バラ凍結しているため必要  
な分だけ調理可能です。様々なトッピング  
具材としてお使い頂けます。自然解凍OK

自然  
解凍

### いちごのデザート



1102070

メトロ  
ルビーフレーズ  
(まるごと莓)

規格：1L

莓をまるごとつぶしてドリン  
クにした、莓の食感が味わえ  
るドリンクです。

63484

ヤマサ醤油  
デザートベース  
(ストロベリー)

規格：1L

同量の冷やした牛乳と合わせ  
て10秒程度混ぜるだけで  
できる簡単  
デザートです。



71806

ジーエスフード  
さくらソース

規格：500G

原材料に桜花と桜葉の塩漬を  
使用、桜餅のようにほんのり  
と塩味を感じる和テイスト  
なデザートソースです。

※季節節材の為  
3月末にて終了となります。  
お早めにご注文下さい。



20220515

ハウスキャパン  
キャップ付き  
ドリンクベースチャイ

規格：800G

牛乳と合わせるだけでスパイスの効  
いたチャイ風味のドリンクが出来ま  
す。スパイスの効いた甘いインド風  
のミルクティーです。本品1にに対し牛  
乳4Lで希釈してください。

自然  
解凍

特集  
2

# 中華系おかず

## 栄養士コメント

みんな大好きな中華系料理！  
副菜レシピなどお悩みではありませんか？  
豊富な食材ラインナップがまだまだございます！



WEB版 QRコード  
紙面掲載品以外にも  
おすすめ商品多数掲載！



栄養成分表 QRコード  
掲載商品の  
栄養成分表はこちら！

**1911083**  
ニチレイフーズ  
**パリパリ春巻**  
規格：35G×10個  
皮は「熟練製法」により、皮のつや感や揚げ色、時間が経ってもパリパリした食感が更によりなりました。  
具はニチレイの上湯を使用しオイスターソース、XO 醤のバランスを見直しました。

**704020**  
味の素  
**Cook Do 回鍋肉**  
規格：1L  
独自製法の豆板醤、トウチに甜麺醤を加えた深みのあるコクと高温の油と一緒に炒めた豆板醤、にんにくの風味が本格感を引き立たせる調味料です。

**1602029**  
ケンコーマヨネーズ  
**春雨中華サラダ**  
規格：1KG  
つるつるとした緑豆春雨と、たけのこ、にんじん、わかめ、きくらげが入った中華風のサラダです。  
しょうゆベースに食欲をそそごま油の香りが親しみやすい味わい。

**32713**  
シマダヤ  
**太鼓判ラーメン 200 (ミニダブル)**  
規格：200G×5玉  
なめらかな口当たりを楽しめる温冷どちらのメニューにも対応可能なラーメンです。  
簡単・きれいに割れる「ミニダブル」を採用しています（特許取得済）。

**100938**  
大冷  
**中華風かに玉風味**  
規格：40G×10個  
かまぼこを利用した中華風卵焼きです。  
ミニ天津丼や中華丼等にお使いいただけます。

**1911587**  
テーブルマーク  
**ひとくち桃まん**  
規格：25G×20個  
なめらかなあんを、きめ細かくて弾力のある生地です。

**1934405**  
マルハニチロ  
**完熟マンゴープリン**  
規格：60G×8個  
アップルマンゴーの果肉とアルフォンソマンゴーピューレをリッチに使用した濃厚なマンゴースイーツです。

**129448**  
ニチレイフーズ  
**中華ポテト黒砂糖入り (ベトナム産)**  
規格：1KG (約50個入)  
ベトナム産のさつまいもを使用し黒砂糖入りの餡で中華ポテトに仕上げました。あらかじめ餡を絡めてあります。

特集  
3

# 種類豊富！冷凍野菜

## 栄養士コメント

今や多くの方々に使っていただいている冷凍野菜！  
まだまだ知られていない便利な商品がありますので、今回はそちらをご紹介します。  
一度ぜひお試しください！



**144114**  
ニッスイ  
**中国産きゅうりスライス (自然解凍)**  
規格：500G  
きゅうり本来の食感を残して、スライスの手間なくそのままメニューにご使用いただけます。  
酢の物やポテトサラダなどの和え物にオススメです。

**47574**  
京果食品  
**畑菜 IQF 5CM カット**  
規格：500G  
3～5cm にカットした畑菜をブランピング後急速バラ凍結しました。

**20180564**  
大冷  
**刻みはくさい**  
規格：500G  
はくさいを5～1mm幅に刻みました。  
あんかけの具などにオススメです。

**12171**  
椿食品  
**ほうれん草カット (2CM) ミニカット**  
規格：500G  
契約栽培した新鮮な原料を急速凍結したほうれん草です。使いやすい様に通常の冷凍野菜よりも小さくカットしてあります。

**132288**  
椿食品  
**なめこ IQF**  
規格：500G  
なめこをノンブランピングで急速凍結にしました。バラ凍結なので使いたい量だけ袋から取り出しご使用になれます。

**142494**  
東洋貿易  
**オクラ 刻み**  
規格：500G  
新鮮なオクラを使いやすく5mmの厚さに刻みました。IQF なので必要分だけを袋から取り出せて大変便利です。和え物・サラダ・炒め物・お吸い物・トッピングなどにお使いいただけます。

**523**  
ニチレイフーズ  
**そのまま使える葉だいこん**  
規格：500G  
葉採り専用の品種を旬の季節に収穫しました。みじん切りの上、バラ凍結していますので必要な量だけ無駄なく使えます。

**15641**  
マルハニチロ  
**むき枝豆**  
規格：500G  
扱いやすいむき枝豆です。炒める、茹でるなどに適しています。

**20230792**  
ニッスイ  
**CN カット白ねぎ**  
規格：500G  
新鮮な白ねぎを約3mmにカットしました。麺類・汁物・炒め物にご使用いただけます。凍ったまま加熱してお召し上がりください。

