

エビフライカレーの美味しい食べ方



①漬物とエビフライとシートを取り出してください。※シートは廃棄してください。

②レンジで加熱してください。
500Wレンジで2分(600Wの場合は1分40秒)

③エビフライは別に温めてください。
500Wレンジで1分(600Wの場合は50秒)

注: 蓋をしたまま温められる容器となっております。

注: 電子レンジの出力ワット数によっては、蓋が外れる場合がありますので、加減をお願いいたします。

注: 容器が大変熱くなる場合があります。やけどにご注意ください。

注: 加熱しすぎると容器が変形することがあります。

エビフライカレーの美味しい食べ方



①漬物とエビフライとシートを取り出してください。※シートは廃棄してください。

②レンジで加熱してください。
500Wレンジで2分(600Wの場合は1分40秒)

③エビフライは別に温めてください。
500Wレンジで1分(600Wの場合は50秒)

注: 蓋をしたまま温められる容器となっております。

注: 電子レンジの出力ワット数によっては、蓋が外れる場合がありますので、加減をお願いいたします。

注: 容器が大変熱くなる場合があります。やけどにご注意ください。

注: 加熱しすぎると容器が変形することがあります。

エビフライカレーの美味しい食べ方



①漬物とエビフライとシートを取り出してください。※シートは廃棄してください。

②レンジで加熱してください。
500Wレンジで2分(600Wの場合は1分40秒)

③エビフライは別に温めてください。
500Wレンジで1分(600Wの場合は50秒)

注: 蓋をしたまま温められる容器となっております。

注: 電子レンジの出力ワット数によっては、蓋が外れる場合がありますので、加減をお願いいたします。

注: 容器が大変熱くなる場合があります。やけどにご注意ください。

注: 加熱しすぎると容器が変形することがあります。

エビフライカレーの美味しい食べ方



①漬物とエビフライとシートを取り出してください。※シートは廃棄してください。

②レンジで加熱してください。
500Wレンジで2分(600Wの場合は1分40秒)

③エビフライは別に温めてください。
500Wレンジで1分(600Wの場合は50秒)

注: 蓋をしたまま温められる容器となっております。

注: 電子レンジの出力ワット数によっては、蓋が外れる場合がありますので、加減をお願いいたします。

注: 容器が大変熱くなる場合があります。やけどにご注意ください。

注: 加熱しすぎると容器が変形することがあります。

とんかつカレーの美味しい食べ方

①福神漬けを取り出してください。

②レンジで加熱してください。
500Wレンジで2分間
(600Wの場合は1分40秒)

③ご飯ととんかつの間のシートを
取り除いてお召し上がりください。



注: 蓋をしたまま温められる容器となっております。
注: 電子レンジの出力ワット数によっては、蓋が外れる場合がありますので、加減をお願いいたします。
注: 容器が大変熱くなる場合があります。やけどにご注意ください。
注: 加熱しすぎると容器が変形することがあります。

とんかつカレーの美味しい食べ方

①福神漬けを取り出してください。

②レンジで加熱してください。
500Wレンジで2分間
(600Wの場合は1分40秒)

③ご飯ととんかつの間のシートを
取り除いてお召し上がりください。



注: 蓋をしたまま温められる容器となっております。
注: 電子レンジの出力ワット数によっては、蓋が外れる場合がありますので、加減をお願いいたします。
注: 容器が大変熱くなる場合があります。やけどにご注意ください。
注: 加熱しすぎると容器が変形することがあります。

とんかつカレーの美味しい食べ方

①福神漬けを取り出してください。

②レンジで加熱してください。
500Wレンジで2分間
(600Wの場合は1分40秒)

③ご飯ととんかつの間のシートを
取り除いてお召し上がりください。



注: 蓋をしたまま温められる容器となっております。
注: 電子レンジの出力ワット数によっては、蓋が外れる場合がありますので、加減をお願いいたします。
注: 容器が大変熱くなる場合があります。やけどにご注意ください。
注: 加熱しすぎると容器が変形することがあります。

とんかつカレーの美味しい食べ方

①福神漬けを取り出してください。

②レンジで加熱してください。
500Wレンジで2分間
(600Wの場合は1分40秒)

③ご飯ととんかつの間のシートを
取り除いてお召し上がりください。



注: 蓋をしたまま温められる容器となっております。
注: 電子レンジの出力ワット数によっては、蓋が外れる場合がありますので、加減をお願いいたします。
注: 容器が大変熱くなる場合があります。やけどにご注意ください。
注: 加熱しすぎると容器が変形することがあります。

カレーライスの美味しい食べ方



①福神漬けを取り出してください。

②レンジで加熱してください。

500Wレンジで2分間
(600Wの場合は1分40秒)

注: 蓋をしたまま温められる容器となっております。

注: 電子レンジの出力ワット数によっては、蓋が外れる場合がありますので、加減をお願いいたします。

注: 容器が大変熱くなる場合があります。やけどにご注意ください。

注: 加熱しすぎると容器が変形することがあります。

カレーライスの美味しい食べ方



①福神漬けを取り出してください。

②レンジで加熱してください。

500Wレンジで2分間
(600Wの場合は1分40秒)

注: 蓋をしたまま温められる容器となっております。

注: 電子レンジの出力ワット数によっては、蓋が外れる場合がありますので、加減をお願いいたします。

注: 容器が大変熱くなる場合があります。やけどにご注意ください。

注: 加熱しすぎると容器が変形することがあります。

カレーライスの美味しい食べ方



①福神漬けを取り出してください。

②レンジで加熱してください。

500Wレンジで2分間
(600Wの場合は1分40秒)

注: 蓋をしたまま温められる容器となっております。

注: 電子レンジの出力ワット数によっては、蓋が外れる場合がありますので、加減をお願いいたします。

注: 容器が大変熱くなる場合があります。やけどにご注意ください。

注: 加熱しすぎると容器が変形することがあります。

カレーライスの美味しい食べ方



①福神漬けを取り出してください。

②レンジで加熱してください。

500Wレンジで2分間
(600Wの場合は1分40秒)

注: 蓋をしたまま温められる容器となっております。

注: 電子レンジの出力ワット数によっては、蓋が外れる場合がありますので、加減をお願いいたします。

注: 容器が大変熱くなる場合があります。やけどにご注意ください。

注: 加熱しすぎると容器が変形することがあります。

日曜弁当くつろぎの美味しい食べ方



①お弁当容器の角のフィルムを少し開けてください。

②レンジで加熱してください。
500Wレンジで1分30秒
(600Wの場合は1分10秒)

注: 日曜日中にお召し上がりください。

注: 容器が大変熱くなる場合があります。やけどにご注意ください。

注: 加熱しすぎると容器が変形することがあります。

日曜弁当くつろぎの美味しい食べ方



①お弁当容器の角のフィルムを少し開けてください。

②レンジで加熱してください。
500Wレンジで1分30秒
(600Wの場合は1分10秒)

注: 日曜日中にお召し上がりください。

注: 容器が大変熱くなる場合があります。やけどにご注意ください。

注: 加熱しすぎると容器が変形することがあります。

日曜弁当くつろぎの美味しい食べ方



①お弁当容器の角のフィルムを少し開けてください。

②レンジで加熱してください。
500Wレンジで1分30秒
(600Wの場合は1分10秒)

注: 日曜日中にお召し上がりください。

注: 容器が大変熱くなる場合があります。やけどにご注意ください。

注: 加熱しすぎると容器が変形することがあります。

日曜弁当くつろぎの美味しい食べ方



①お弁当容器の角のフィルムを少し開けてください。

②レンジで加熱してください。
500Wレンジで1分30秒
(600Wの場合は1分10秒)

注: 日曜日中にお召し上がりください。

注: 容器が大変熱くなる場合があります。やけどにご注意ください。

注: 加熱しすぎると容器が変形することがあります。

ごはん(白米)150gの美味しい食べ方



①お届けの容器からお茶碗、お皿などに移し替えてください。

②レンジで加熱してください。
500Wで1分～1分30秒
(600Wの場合は50秒～1分10秒)

注: 茶碗に移し替えて温める場合はラップを掛けて温め下さい。
注: ご飯が大変熱くなる場合があります。やけどにご注意ください。

ごはん(白米)150gの美味しい食べ方



①お届けの容器からお茶碗、お皿などに移し替えてください。

②レンジで加熱してください。
500Wで1分～1分30秒
(600Wの場合は50秒～1分10秒)

注: 茶碗に移し替えて温める場合はラップを掛けて温め下さい。
注: ご飯が大変熱くなる場合があります。やけどにご注意ください。

ごはん(白米)150gの美味しい食べ方



①お届けの容器からお茶碗、お皿などに移し替えてください。

②レンジで加熱してください。
500Wで1分～1分30秒
(600Wの場合は50秒～1分10秒)

注: 茶碗に移し替えて温める場合はラップを掛けて温め下さい。
注: ご飯が大変熱くなる場合があります。やけどにご注意ください。

ごはん(白米)150gの美味しい食べ方



①お届けの容器からお茶碗、お皿などに移し替えてください。

②レンジで加熱してください。
500Wで1分～1分30秒
(600Wの場合は50秒～1分10秒)

注: 茶碗に移し替えて温める場合はラップを掛けて温め下さい。
注: ご飯が大変熱くなる場合があります。やけどにご注意ください。

ハンバーグ弁当 の美味しい食べ方

- ①フタを外してください。
- ②漬物を取り出してください。
- ③レンジで加熱してください。
500Wレンジで2分
(600Wの場合は1分40秒)



注: 容器が大変熱くなる場合があります。やけどにご注意ください。
注: 加熱しすぎると容器が変形することがあります。

ハンバーグ弁当 の美味しい食べ方

- ①フタを外してください。
- ②漬物を取り出してください。
- ③レンジで加熱してください。
500Wレンジで2分
(600Wの場合は1分40秒)



注: 容器が大変熱くなる場合があります。やけどにご注意ください。
注: 加熱しすぎると容器が変形することがあります。

ハンバーグ弁当 の美味しい食べ方

- ①フタを外してください。
- ②漬物を取り出してください。
- ③レンジで加熱してください。
500Wレンジで2分
(600Wの場合は1分40秒)



注: 容器が大変熱くなる場合があります。やけどにご注意ください。
注: 加熱しすぎると容器が変形することがあります。

ハンバーグ弁当 の美味しい食べ方

- ①フタを外してください。
- ②漬物を取り出してください。
- ③レンジで加熱してください。
500Wレンジで2分
(600Wの場合は1分40秒)



注: 容器が大変熱くなる場合があります。やけどにご注意ください。
注: 加熱しすぎると容器が変形することがあります。

三元豚のロースカツ重 の美味しい食べ方

①ふたを外してください。



②漬物とポテトサラダを取り除いてください。

②レンジで加熱してください。
500Wレンジで1分30秒～2分。
(600Wの場合は1分10秒)

注: 容器が大変熱くなる場合があります。やけどにご注意ください。
注: 加熱しすぎると容器が変形することがあります。

三元豚のロースカツ重 の美味しい食べ方

①ふたを外してください。



②漬物とポテトサラダを取り除いてください。

②レンジで加熱してください。
500Wレンジで1分30秒～2分。
(600Wの場合は1分10秒)

注: 容器が大変熱くなる場合があります。やけどにご注意ください。
注: 加熱しすぎると容器が変形することがあります。

三元豚のロースカツ重 の美味しい食べ方

①ふたを外してください。



②漬物とポテトサラダを取り除いてください。

②レンジで加熱してください。
500Wレンジで1分30秒～2分。
(600Wの場合は1分10秒)

注: 容器が大変熱くなる場合があります。やけどにご注意ください。
注: 加熱しすぎると容器が変形することがあります。

三元豚のロースカツ重 の美味しい食べ方

①ふたを外してください。



②漬物とポテトサラダを取り除いてください。

②レンジで加熱してください。
500Wレンジで1分30秒～2分。
(600Wの場合は1分10秒)

注: 容器が大変熱くなる場合があります。やけどにご注意ください。
注: 加熱しすぎると容器が変形することがあります。

海鮮恵方巻の美味しい食べ方

お召し上がりまでは、

冷暗所(20℃以下)にて保管してください

※冷蔵庫で保管しますと温度帯の低さと冷気による乾燥でお米が固くなる可能性があります。
そのため、冷暗所がおすすめです。



消費期限: 2026年2月3日(火)

海鮮恵方巻の美味しい食べ方

お召し上がりまでは、

冷暗所(20℃以下)にて保管してください

※冷蔵庫で保管しますと温度帯の低さと冷気による乾燥でお米が固くなる可能性があります。
そのため、冷暗所がおすすめです。



消費期限: 2026年2月3日(火)

海鮮恵方巻の美味しい食べ方

お召し上がりまでは、

冷暗所(20℃以下)にて保管してください

※冷蔵庫で保管しますと温度帯の低さと冷気による乾燥でお米が固くなる可能性があります。
そのため、冷暗所がおすすめです。



消費期限: 2026年2月3日(火)

海鮮恵方巻の美味しい食べ方

お召し上がりまでは、

冷暗所(20℃以下)にて保管してください

※冷蔵庫で保管しますと温度帯の低さと冷気による乾燥でお米が固くなる可能性があります。
そのため、冷暗所がおすすめです。



消費期限: 2026年2月3日(火)

ビビンバ丼の美味しい食べ方

①蓋を外してください。



②レンジで加熱してください。
500Wレンジで1分40秒～2分
(600Wの場合は1分20秒～1分40秒)

③具材とお米をスプーン等で
よく混ぜてお召し上がりください。

注: 容器が大変熱くなる場合があります。やけどにご注意ください。
注: 加熱しすぎると容器が変形することがあります。
注: 半熟玉子風は加工品なので加熱しても大丈夫です。

ビビンバ丼の美味しい食べ方

①蓋を外してください。



②レンジで加熱してください。
500Wレンジで1分40秒～2分
(600Wの場合は1分20秒～1分40秒)

③具材とお米をスプーン等で
よく混ぜてお召し上がりください。

注: 容器が大変熱くなる場合があります。やけどにご注意ください。
注: 加熱しすぎると容器が変形することがあります。
注: 半熟玉子風は加工品なので加熱しても大丈夫です。

ビビンバ丼の美味しい食べ方

①蓋を外してください。



②レンジで加熱してください。
500Wレンジで1分40秒～2分
(600Wの場合は1分20秒～1分40秒)

③具材とお米をスプーン等で
よく混ぜてお召し上がりください。

注: 容器が大変熱くなる場合があります。やけどにご注意ください。
注: 加熱しすぎると容器が変形することがあります。
注: 半熟玉子風は加工品なので加熱しても大丈夫です。

ビビンバ丼の美味しい食べ方

①蓋を外してください。



②レンジで加熱してください。
500Wレンジで1分40秒～2分
(600Wの場合は1分20秒～1分40秒)

③具材とお米をスプーン等で
よく混ぜてお召し上がりください。

注: 容器が大変熱くなる場合があります。やけどにご注意ください。
注: 加熱しすぎると容器が変形することがあります。
注: 半熟玉子風は加工品なので加熱しても大丈夫です。

クリームオムライス の美味しい食べ方



- ①蓋を外してください。
- ②レンジで加熱してください。
500Wレンジで1分半～2分
(600Wの場合は1分10秒)

注: 容器が大変熱くなる場合があります。やけどにご注意ください。
注: 加熱しすぎると容器が変形することがあります。

クリームオムライス の美味しい食べ方



- ①蓋を外してください。
- ②レンジで加熱してください。
500Wレンジで1分半～2分
(600Wの場合は1分10秒)

注: 容器が大変熱くなる場合があります。やけどにご注意ください。
注: 加熱しすぎると容器が変形することがあります。

クリームオムライス の美味しい食べ方



- ①蓋を外してください。
- ②レンジで加熱してください。
500Wレンジで1分半～2分
(600Wの場合は1分10秒)

注: 容器が大変熱くなる場合があります。やけどにご注意ください。
注: 加熱しすぎると容器が変形することがあります。

クリームオムライス の美味しい食べ方



- ①蓋を外してください。
- ②レンジで加熱してください。
500Wレンジで1分半～2分
(600Wの場合は1分10秒)

注: 容器が大変熱くなる場合があります。やけどにご注意ください。
注: 加熱しすぎると容器が変形することがあります。

五目ごはん弁当の美味しい食べ方



- ①蓋を外してください。
- ②漬物とほうれん草のおかか和え、ミニトマトを取り出してください。
- ③レンジで加熱してください。
500Wレンジで2分
(600Wの場合は1分40秒)

注: 容器が大変熱くなる場合があります。やけどにご注意ください。
注: 加熱しすぎると容器が変形することがあります。

五目ごはん弁当の美味しい食べ方



- ①蓋を外してください。
- ②漬物とほうれん草のおかか和え、ミニトマトを取り出してください。
- ③レンジで加熱してください。
500Wレンジで2分
(600Wの場合は1分40秒)

注: 容器が大変熱くなる場合があります。やけどにご注意ください。
注: 加熱しすぎると容器が変形することがあります。

五目ごはん弁当の美味しい食べ方



- ①蓋を外してください。
- ②漬物とほうれん草のおかか和え、ミニトマトを取り出してください。
- ③レンジで加熱してください。
500Wレンジで2分
(600Wの場合は1分40秒)

注: 容器が大変熱くなる場合があります。やけどにご注意ください。
注: 加熱しすぎると容器が変形することがあります。

五目ごはん弁当の美味しい食べ方



- ①蓋を外してください。
- ②漬物とほうれん草のおかか和え、ミニトマトを取り出してください。
- ③レンジで加熱してください。
500Wレンジで2分
(600Wの場合は1分40秒)

注: 容器が大変熱くなる場合があります。やけどにご注意ください。
注: 加熱しすぎると容器が変形することがあります。

海老天丼(野菜天入り)の美味しい食べ方



- ①フタを外してください。
- ②レンジで加熱してください。
500Wレンジで2分
(600Wの場合は1分40秒)
- ③具材とご飯の間のシートを取ります。
- ④天丼のたれをかけてお召し上がりください。

注: 容器が大変熱くなる場合があります。やけどにご注意ください。
注: 加熱しすぎると容器が変形することがあります。

海老天丼(野菜天入り)の美味しい食べ方



- ①フタを外してください。
- ②レンジで加熱してください。
500Wレンジで2分
(600Wの場合は1分40秒)
- ③具材とご飯の間のシートを取ります。
- ④天丼のたれをかけてお召し上がりください。

注: 容器が大変熱くなる場合があります。やけどにご注意ください。
注: 加熱しすぎると容器が変形することがあります。

海老天丼(野菜天入り)の美味しい食べ方



- ①フタを外してください。
- ②レンジで加熱してください。
500Wレンジで2分
(600Wの場合は1分40秒)
- ③具材とご飯の間のシートを取ります。
- ④天丼のたれをかけてお召し上がりください。

注: 容器が大変熱くなる場合があります。やけどにご注意ください。
注: 加熱しすぎると容器が変形することがあります。

海老天丼(野菜天入り)の美味しい食べ方



- ①フタを外してください。
- ②レンジで加熱してください。
500Wレンジで2分
(600Wの場合は1分40秒)
- ③具材とご飯の間のシートを取ります。
- ④天丼のたれをかけてお召し上がりください。

注: 容器が大変熱くなる場合があります。やけどにご注意ください。
注: 加熱しすぎると容器が変形することがあります。

満腹！大きなえびフライ弁当 の美味しい食べ方

①蓋を外してください。



②タルタルソースを取り出してください。

③レンジで加熱してください。
500Wレンジで2分
(600Wの場合は1分40秒)

注：容器が大変熱くなる場合があります。やけどにご注意ください。
注：加熱しすぎると容器が変形することがあります。

満腹！大きなえびフライ弁当 の美味しい食べ方

①蓋を外してください。



②タルタルソースを取り出してください。

③レンジで加熱してください。
500Wレンジで2分
(600Wの場合は1分40秒)

注：容器が大変熱くなる場合があります。やけどにご注意ください。
注：加熱しすぎると容器が変形することがあります。

満腹！大きなえびフライ弁当 の美味しい食べ方

①蓋を外してください。



②タルタルソースを取り出してください。

③レンジで加熱してください。
500Wレンジで2分
(600Wの場合は1分40秒)

注：容器が大変熱くなる場合があります。やけどにご注意ください。
注：加熱しすぎると容器が変形することがあります。

満腹！大きなえびフライ弁当 の美味しい食べ方

①蓋を外してください。



②タルタルソースを取り出してください。

③レンジで加熱してください。
500Wレンジで2分
(600Wの場合は1分40秒)

注：容器が大変熱くなる場合があります。やけどにご注意ください。
注：加熱しすぎると容器が変形することがあります。

あさりご飯弁当の 美味しい食べ方



- ①フタを外してください。
- ②漬物を取り出してください。
- ③レンジで加熱してください。
500Wレンジで2分
(600Wの場合は1分40秒)

注: 容器が大変熱くなる場合があります。やけどにご注意ください。
注: 加熱しすぎると容器が変形することがあります。

あさりご飯弁当の 美味しい食べ方



- ①フタを外してください。
- ②漬物を取り出してください。
- ③レンジで加熱してください。
500Wレンジで2分
(600Wの場合は1分40秒)

注: 容器が大変熱くなる場合があります。やけどにご注意ください。
注: 加熱しすぎると容器が変形することがあります。

あさりご飯弁当の 美味しい食べ方



- ①フタを外してください。
- ②漬物を取り出してください。
- ③レンジで加熱してください。
500Wレンジで2分
(600Wの場合は1分40秒)

注: 容器が大変熱くなる場合があります。やけどにご注意ください。
注: 加熱しすぎると容器が変形することがあります。

あさりご飯弁当の 美味しい食べ方



- ①フタを外してください。
- ②漬物を取り出してください。
- ③レンジで加熱してください。
500Wレンジで2分
(600Wの場合は1分40秒)

注: 容器が大変熱くなる場合があります。やけどにご注意ください。
注: 加熱しすぎると容器が変形することがあります。

弁菜亭 駅弁やの釜めし(帆立)の 美味しい食べ方



- ①フィルムをはさみで1cm開けてください。
- ②600Wレンジで3分30秒加熱してください。
(500Wの場合は4分)

注: 容器が大変熱くなる場合があります。やけどにご注意ください。
注: 温めたりない場合は追加で10秒ずつ温めてください。
注: 加熱しすぎると容器が変形することがあります。
注: 湯煎での温めは出来ません。

弁菜亭 駅弁やの釜めし(帆立)の 美味しい食べ方



- ①フィルムをはさみで1cm開けてください。
- ②600Wレンジで3分30秒加熱してください。
(500Wの場合は4分)

注: 容器が大変熱くなる場合があります。やけどにご注意ください。
注: 温めたりない場合は追加で10秒ずつ温めてください。
注: 加熱しすぎると容器が変形することがあります。
注: 湯煎での温めは出来ません。

弁菜亭 駅弁やの釜めし(帆立)の 美味しい食べ方



- ①フィルムをはさみで1cm開けてください。
- ②600Wレンジで3分30秒加熱してください。
(500Wの場合は4分)

注: 容器が大変熱くなる場合があります。やけどにご注意ください。
注: 温めたりない場合は追加で10秒ずつ温めてください。
注: 加熱しすぎると容器が変形することがあります。
注: 湯煎での温めは出来ません。

弁菜亭 駅弁やの釜めし(帆立)の 美味しい食べ方



- ①フィルムをはさみで1cm開けてください。
- ②600Wレンジで3分30秒加熱してください。
(500Wの場合は4分)

注: 容器が大変熱くなる場合があります。やけどにご注意ください。
注: 温めたりない場合は追加で10秒ずつ温めてください。
注: 加熱しすぎると容器が変形することがあります。
注: 湯煎での温めは出来ません。

目玉焼き焼きそば の美味しい食べ方

①フタを外してください。



②紅生姜を取り出してください。

③レンジで加熱してください。
500Wレンジで2分
(600Wの場合は1分40秒)

注: 容器が大変熱くなる場合があります。やけどにご注意ください。
注: 加熱しすぎると容器が変形することがあります。

目玉焼き焼きそば の美味しい食べ方

①フタを外してください。



②紅生姜を取り出してください。

③レンジで加熱してください。
500Wレンジで2分
(600Wの場合は1分40秒)

注: 容器が大変熱くなる場合があります。やけどにご注意ください。
注: 加熱しすぎると容器が変形することがあります。

目玉焼き焼きそば の美味しい食べ方

①フタを外してください。



②紅生姜を取り出してください。

③レンジで加熱してください。
500Wレンジで2分
(600Wの場合は1分40秒)

注: 容器が大変熱くなる場合があります。やけどにご注意ください。
注: 加熱しすぎると容器が変形することがあります。

目玉焼き焼きそば の美味しい食べ方

①フタを外してください。



②紅生姜を取り出してください。

③レンジで加熱してください。
500Wレンジで2分
(600Wの場合は1分40秒)

注: 容器が大変熱くなる場合があります。やけどにご注意ください。
注: 加熱しすぎると容器が変形することがあります。

ちょこっとよくばり味めぐり膳 の美味しい食べ方



- ①蓋を外してください。
- ②ほうれん草のぽん酢和えを取り出してください。
- ③レンジで加熱してください。
500Wレンジで1分半～2分
(600Wの場合は1分10秒)

注: 容器が大変熱くなる場合があります。
注: 加熱しすぎると容器が変形することがあります。

ちょこっとよくばり味めぐり膳 の美味しい食べ方



- ①蓋を外してください。
- ②ほうれん草のぽん酢和えを取り出してください。
- ③レンジで加熱してください。
500Wレンジで1分半～2分
(600Wの場合は1分10秒)

注: 容器が大変熱くなる場合があります。
注: 加熱しすぎると容器が変形することがあります。

ちょこっとよくばり味めぐり膳 の美味しい食べ方



- ①蓋を外してください。
- ②ほうれん草のぽん酢和えを取り出してください。
- ③レンジで加熱してください。
500Wレンジで1分半～2分
(600Wの場合は1分10秒)

注: 容器が大変熱くなる場合があります。
注: 加熱しすぎると容器が変形することがあります。

ちょこっとよくばり味めぐり膳 の美味しい食べ方



- ①蓋を外してください。
- ②ほうれん草のぽん酢和えを取り出してください。
- ③レンジで加熱してください。
500Wレンジで1分半～2分
(600Wの場合は1分10秒)

注: 容器が大変熱くなる場合があります。
注: 加熱しすぎると容器が変形することがあります。

茶碗蒸しの美味しい食べ方



- ①蓋を外してください。
- ②レンジで加熱してください。
500Wレンジで1分30秒。
(600Wの場合は1分10秒)

注: 容器が大変熱くなる場合があります。
やけどにご注意ください。
注: 加熱しすぎると容器が変形することがあります。

茶碗蒸しの美味しい食べ方



- ①蓋を外してください。
- ②レンジで加熱してください。
500Wレンジで1分30秒。
(600Wの場合は1分10秒)

注: 容器が大変熱くなる場合があります。
やけどにご注意ください。
注: 加熱しすぎると容器が変形することがあります。

茶碗蒸しの美味しい食べ方



- ①蓋を外してください。
- ②レンジで加熱してください。
500Wレンジで1分30秒。
(600Wの場合は1分10秒)

注: 容器が大変熱くなる場合があります。
やけどにご注意ください。
注: 加熱しすぎると容器が変形することがあります。

茶碗蒸しの美味しい食べ方



- ①蓋を外してください。
- ②レンジで加熱してください。
500Wレンジで1分30秒。
(600Wの場合は1分10秒)

注: 容器が大変熱くなる場合があります。
やけどにご注意ください。
注: 加熱しすぎると容器が変形することがあります。