

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
(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
(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
(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
(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)

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)

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)

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)

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。

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ってください。



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ってください。



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ってください。



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ってください。



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。

かにめしの美味しい食べ方



- ①蓋を外してください。
- ②みかん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1分20秒。
(600Wの場合は1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: 加熱しすぎると容器が変形することがあります。

かにめしの美味しい食べ方



- ①蓋を外してください。
- ②みかん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1分20秒。
(600Wの場合は1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: 加熱しすぎると容器が変形することがあります。

かにめしの美味しい食べ方



- ①蓋を外してください。
- ②みかん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1分20秒。
(600Wの場合は1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: 加熱しすぎると容器が変形することがあります。

かにめしの美味しい食べ方



- ①蓋を外してください。
- ②みかん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1分20秒。
(600Wの場合は1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: 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。

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。

枝豆ツナごはん弁当 の美味しい食べ方

①蓋を外してください。



②漬物、胡麻和え、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。

枝豆ツナごはん弁当 の美味しい食べ方

①蓋を外してください。



②漬物、胡麻和え、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。

枝豆ツナごはん弁当 の美味しい食べ方

①蓋を外してください。



②漬物、胡麻和え、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。

枝豆ツナごはん弁当 の美味しい食べ方

①蓋を外してください。



②漬物、胡麻和え、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。

焼きあごだしのちゃんこ鍋の 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
3分～3分30秒(目安)
(600Wの場合は2分30秒～3分)

注: 鍋のスープが加熱すると液体になりますので
レンジから取り出す時にやけどに十分注意してください。

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。

焼きあごだしのちゃんこ鍋の 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
3分～3分30秒(目安)
(600Wの場合は2分30秒～3分)

注: 鍋のスープが加熱すると液体になりますので
レンジから取り出す時にやけどに十分注意してください。

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。

焼きあごだしのちゃんこ鍋の 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
3分～3分30秒(目安)
(600Wの場合は2分30秒～3分)

注: 鍋のスープが加熱すると液体になりますので
レンジから取り出す時にやけどに十分注意してください。

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。

焼きあごだしのちゃんこ鍋の 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
3分～3分30秒(目安)
(600Wの場合は2分30秒～3分)

注: 鍋のスープが加熱すると液体になりますので
レンジから取り出す時にやけどに十分注意してください。

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。

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。

佐藤水産の海鮮釜めしの美味しい食べ方



① 具を取り外してください。

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

アレンジ: ご飯を温めた後
お茶を注いで海鮮茶漬けとしても
おいしくお召し上がりいただけます。

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: 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。

佐藤水産の海鮮釜めしの美味しい食べ方



① 具を取り外してください。

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

アレンジ: ご飯を温めた後
お茶を注いで海鮮茶漬けとしても
おいしくお召し上がりいただけます。

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: 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。

佐藤水産の海鮮釜めしの美味しい食べ方



① 具を取り外してください。

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

アレンジ: ご飯を温めた後
お茶を注いで海鮮茶漬けとしても
おいしくお召し上がりいただけます。

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: 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。

佐藤水産の海鮮釜めしの美味しい食べ方



① 具を取り外してください。

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

アレンジ: ご飯を温めた後
お茶を注いで海鮮茶漬けとしても
おいしくお召し上がりいただけます。

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: 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。

親子丼 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)

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。

親子丼 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)

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。

親子丼 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)

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。

親子丼 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)

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。

牛すき焼き重の 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)

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。

牛すき焼き重の 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)

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。

牛すき焼き重の 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)

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。

牛すき焼き重の 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)

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。

まごわやさしい弁当の美味しい食べ方



酢飯が入っていますので、
そのままでも美味しく
召し上がることができます。

レンジで加熱する場合
蓋を外して長芋サラダ、
ひじきの煮物、ほうれん草と人
参の胡麻和え、金時煮豆を取り
出し500Wレンジで1分程度加
熱(600Wの場合は50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。

まごわやさしい弁当の美味しい食べ方



酢飯が入っていますので、
そのままでも美味しく
召し上がることができます。

レンジで加熱する場合
蓋を外して長芋サラダ、
ひじきの煮物、ほうれん草と人
参の胡麻和え、金時煮豆を取り
出し500Wレンジで1分程度加
熱(600Wの場合は50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。

まごわやさしい弁当の美味しい食べ方



酢飯が入っていますので、
そのままでも美味しく
召し上がることができます。

レンジで加熱する場合
蓋を外して長芋サラダ、
ひじきの煮物、ほうれん草と人
参の胡麻和え、金時煮豆を取り
出し500Wレンジで1分程度加
熱(600Wの場合は50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。

まごわやさしい弁当の美味しい食べ方



酢飯が入っていますので、
そのままでも美味しく
召し上がることができます。

レンジで加熱する場合
蓋を外して長芋サラダ、
ひじきの煮物、ほうれん草と人
参の胡麻和え、金時煮豆を取り
出し500Wレンジで1分程度加
熱(600Wの場合は50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。