

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。

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。

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。

弁菜亭の冷凍弁当の あたため方

本商品は冷凍商品です。密封包装にてお届けいたします。

①準備:袋の端にハサミで3 cmほどの切込みを入れてください。

②加熱:電子レンジで温めます。
500Wレンジの場合は約3分、600Wレンジの場合は約2分30秒

③蒸らす:レンジの中で【1分ほど置く(蒸らす)】と、
全体の温度が均一になりふっくらと仕上がります。



※冷たい箇所がある場合は、様子を見ながら 10秒ずつ追加で加熱してください。
※容器が熱くなりますので、取り出す際はヤケドにご注意ください。

弁菜亭の冷凍弁当の あたため方

本商品は冷凍商品です。密封包装にてお届けいたします。

①準備:袋の端にハサミで3 cmほどの切込みを入れてください。

②加熱:電子レンジで温めます。
500Wレンジの場合は約3分、600Wレンジの場合は約2分30秒

③蒸らす:レンジの中で【1分ほど置く(蒸らす)】と、
全体の温度が均一になりふっくらと仕上がります。



※冷たい箇所がある場合は、様子を見ながら 10秒ずつ追加で加熱してください。
※容器が熱くなりますので、取り出す際はヤケドにご注意ください。

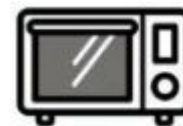
弁菜亭の冷凍弁当の あたため方

本商品は冷凍商品です。密封包装にてお届けいたします。

①準備:袋の端にハサミで3 cmほどの切込みを入れてください。

②加熱:電子レンジで温めます。
500Wレンジの場合は約3分、600Wレンジの場合は約2分30秒

③蒸らす:レンジの中で【1分ほど置く(蒸らす)】と、
全体の温度が均一になりふっくらと仕上がります。



※冷たい箇所がある場合は、様子を見ながら 10秒ずつ追加で加熱してください。
※容器が熱くなりますので、取り出す際はヤケドにご注意ください。

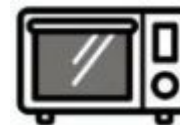
弁菜亭の冷凍弁当の あたため方

本商品は冷凍商品です。密封包装にてお届けいたします。

①準備:袋の端にハサミで3 cmほどの切込みを入れてください。

②加熱:電子レンジで温めます。
500Wレンジの場合は約3分、600Wレンジの場合は約2分30秒

③蒸らす:レンジの中で【1分ほど置く(蒸らす)】と、
全体の温度が均一になりふっくらと仕上がります。



※冷たい箇所がある場合は、様子を見ながら 10秒ずつ追加で加熱してください。
※容器が熱くなりますので、取り出す際はヤケドにご注意ください。

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。

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。

彩り野菜と豚しゃぶのごまだれうどん の美味しい食べ方



①蓋を外してください。

②中に入っているカップ(たれ)
をうどんにかけ良く混ぜ合わせ
てお召し上がり下さい。

注: 電子レンジが使用できない容器を使用しています ✖

彩り野菜と豚しゃぶのごまだれうどん の美味しい食べ方



①蓋を外してください。

②中に入っているカップ(たれ)
をうどんにかけ良く混ぜ合わせ
てお召し上がり下さい。

注: 電子レンジが使用できない容器を使用しています ✖

彩り野菜と豚しゃぶのごまだれうどん の美味しい食べ方



①蓋を外してください。

②中に入っているカップ(たれ)
をうどんにかけ良く混ぜ合わせ
てお召し上がり下さい。

注: 電子レンジが使用できない容器を使用しています ✖

彩り野菜と豚しゃぶのごまだれうどん の美味しい食べ方



①蓋を外してください。

②中に入っているカップ(たれ)
をうどんにかけ良く混ぜ合わせ
てお召し上がり下さい。

注: 電子レンジが使用できない容器を使用しています ✖

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。

注: 原料不作につき具材の「絹さや」が「青ねぎ」へ変更となります。

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。

注: 原料不作につき具材の「絹さや」が「青ねぎ」へ変更となります。

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。

注: 原料不作につき具材の「絹さや」が「青ねぎ」へ変更となります。

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。

注: 原料不作につき具材の「絹さや」が「青ねぎ」へ変更となります。

焼きそばの 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。

焼きそばの 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。

焼きそばの 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。

焼きそばの 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。

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。

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。
注: 原料不作につき具材の「絹さや」が「青ねぎ」へ変更となります。

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。
注: 原料不作につき具材の「絹さや」が「青ねぎ」へ変更となります。

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。
注: 原料不作につき具材の「絹さや」が「青ねぎ」へ変更となります。

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。
注: 原料不作につき具材の「絹さや」が「青ねぎ」へ変更となります。

山の日弁当の美味しい食べ方



- ①フタを外してください。
- ②わらび餅とさくら大根を取り除いてください。
- ③レンジで加熱してください。
500Wレンジで2分
(600Wレンジで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。

山の日弁当の美味しい食べ方



- ①フタを外してください。
- ②わらび餅とさくら大根を取り除いてください。
- ③レンジで加熱してください。
500Wレンジで2分
(600Wレンジで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。

山の日弁当の美味しい食べ方



- ①フタを外してください。
- ②わらび餅とさくら大根を取り除いてください。
- ③レンジで加熱してください。
500Wレンジで2分
(600Wレンジで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。

山の日弁当の美味しい食べ方



- ①フタを外してください。
- ②わらび餅とさくら大根を取り除いてください。
- ③レンジで加熱してください。
500Wレンジで2分
(600Wレンジで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。

粒あんおはぎの美味しい食べ方

お届け当日中 (8月14日)にお召し上がりください。



※本商品は常温品です。
※お召し上がりまでは
直射日光を避け、常温
(25℃以下)の場所で保存
してください。

※冷蔵庫で保管しますとおはぎが固くなる可能性がありますのでご注意ください。

粒あんおはぎの美味しい食べ方

お届け当日中 (8月14日)にお召し上がりください。



※本商品は常温品です。
※お召し上がりまでは
直射日光を避け、常温
(25℃以下)の場所で保存
してください。

※冷蔵庫で保管しますとおはぎが固くなる可能性がありますのでご注意ください。

粒あんおはぎの美味しい食べ方

お届け当日中 (8月14日)にお召し上がりください。



※本商品は常温品です。
※お召し上がりまでは
直射日光を避け、常温
(25℃以下)の場所で保存
してください。

※冷蔵庫で保管しますとおはぎが固くなる可能性がありますのでご注意ください。

粒あんおはぎの美味しい食べ方

お届け当日中 (8月14日)にお召し上がりください。



※本商品は常温品です。
※お召し上がりまでは
直射日光を避け、常温
(25℃以下)の場所で保存
してください。

※冷蔵庫で保管しますとおはぎが固くなる可能性がありますのでご注意ください。

大学芋の美味しい食べ方

【冷たいまま食べる場合】

フタを外してそのままお召し上がりください。

【温めて食べる場合】

- ①容器から出し、別の皿に移してください。
- ②ラップをし、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。

大学芋の美味しい食べ方

【冷たいまま食べる場合】

フタを外してそのままお召し上がりください。

【温めて食べる場合】

- ①容器から出し、別の皿に移してください。
- ②ラップをし、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。

大学芋の美味しい食べ方

【冷たいまま食べる場合】

フタを外してそのままお召し上がりください。

【温めて食べる場合】

- ①容器から出し、別の皿に移してください。
- ②ラップをし、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。

大学芋の美味しい食べ方

【冷たいまま食べる場合】

フタを外してそのままお召し上がりください。

【温めて食べる場合】

- ①容器から出し、別の皿に移してください。
- ②ラップをし、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。

いぶり鶏の照り焼き丼の 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。

いぶり鶏の照り焼き丼の 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。

いぶり鶏の照り焼き丼の 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。

いぶり鶏の照り焼き丼の 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。

給食弁当 の美味しい食べ方



- ①フタを外してください。
- ②ほうれん草のごま和え、ミニトマトと大学芋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。

給食弁当 の美味しい食べ方



- ①フタを外してください。
- ②ほうれん草のごま和え、ミニトマトと大学芋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。

給食弁当 の美味しい食べ方



- ①フタを外してください。
- ②ほうれん草のごま和え、ミニトマトと大学芋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。

給食弁当 の美味しい食べ方



- ①フタを外してください。
- ②ほうれん草のごま和え、ミニトマトと大学芋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。

たこ焼きの 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。

たこ焼きの 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。

たこ焼きの 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。

たこ焼きの 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。

汁なし担々麺の美味しい食べ方

①フタを外してください。

②麺と具材の間に入っている透明のシートを抜き取ってください。

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。

汁なし担々麺の美味しい食べ方

①フタを外してください。

②麺と具材の間に入っている透明のシートを抜き取ってください。

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。

汁なし担々麺の美味しい食べ方

①フタを外してください。

②麺と具材の間に入っている透明のシートを抜き取ってください。

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。

汁なし担々麺の美味しい食べ方

①フタを外してください。

②麺と具材の間に入っている透明のシートを抜き取ってください。

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。

唐揚げ弁当 の美味しい食べ方

①フタを外してください。

②ほうれん草のお浸しと桜大根
とレモン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。

唐揚げ弁当 の美味しい食べ方

①フタを外してください。

②ほうれん草のお浸しと桜大根
とレモン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。

唐揚げ弁当 の美味しい食べ方

①フタを外してください。

②ほうれん草のお浸しと桜大根
とレモン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。

唐揚げ弁当 の美味しい食べ方

①フタを外してください。

②ほうれん草のお浸しと桜大根
とレモン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。

とうきびごはんの 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。

とうきびごはんの 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。

とうきびごはんの 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。

とうきびごはんの 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。