

いつだって、
おいしいもの

食楽膳だより

《vol.1》

2024

冬

WINTER

創刊号

いつも食楽膳をご利用いただきありがとうございます。この『食楽膳だより』は、通販という顔の见えないつながりではありますが、今後お客さまとの距離を縮め、深い関係性を築いていきたいとの想いから発刊にいたしました。まるで気心の知れたご友人やご親戚と楽しく会話をしているような気持ちでお楽しみいただければ私も嬉しく思います。毎日の生活の中の「楽しい!」「びっくり!」などの写真を投稿いただくコーナーもご準備しております。今後とも愛顧いただきますよう、どうぞよろしくお願いいたします。食楽膳事業部 一同



今回のテーマは

「TikTok」

最近、テレビなどで耳にすることが多いTikTok(ちなみに、「ティックトック」と読みます)って正直何かしら?今さら聞きづらい巷の流行りモノをこのコーナーでご紹介します!



Good



「TikTok」は、15秒ほど(最大3分まで)の動画を共有するSNS(ソーシャルネットワークサービス)です。流行りの音楽で踊ったり、お化粧していく様子やご飯を作る様子を撮影したり、はたまた何でも日常を撮影したり、とスマートフォンで簡単に撮影・編集して、ささっと投稿できるのが利用の中心である若者世代にウケているようです!



InstagramやYouTube、TikTokを用いて活躍されている方の中には、シニア層の方もおられるようです。ぜひ、ご家族とのコミュニケーションの話題にしてみてくださいね!



巷の流行りモノ

ちまた



1度は「行って」&「食べて」シリーズ

今回は宮崎県 肉巻きおにぎり

国内新婚旅行先ランキング2023年は、沖縄がダントツの人気No.1でしたが、1970年代は、新婚旅行と言えば宮崎県がステイタスでしたね! 青い空・青い海でゆっくりしたいのはいつの時代も同じですね!

今回は宮崎県の隠れた人気グルメ、「肉巻きおにぎり」をご紹介します。その特徴は、豚肉を醤油ベースのタレに漬け込み、俵型のおにぎりに巻いてじっくり焼く、というもの。甘辛いたれとさっぱりした白いご飯が相性抜群です。家でもぜひ試してみてくださいね。

タレの
染み込んだ
ご飯の味が
たまらない!



季節の 行事食

恵方巻

<2月3日(土)は節分の日>

「節分」に行う行事といえば「豆まき」!ですが、最近では「恵方巻」を食べる習慣も定着してきました!恵方巻はその年の縁起の良い方角「恵方」を向いて巻寿司を丸かぶりすると願いごとが叶い、福を招くとされる縁起の良い食べ物です。最近ではお肉を使ったものや、ロールケーキなどバラエティに富んだものがたくさん登場しているので、ご家族やご友人とぜひ楽しんでください!



北
東北
東
今年
の向
き
西
南

イチオシ！ 新商品紹介

おいしくて健康的、からだへの想いが詰まった

しょくらくぜん

冷凍
惣菜

食楽膳

プラス

2023年10月に新発売したメニューを
食楽膳チームスタッフがおすすめします！

※ごはん(約180g)とあわせることで
1日分の約1/3のエネルギーとたんぱく質が摂れます。

高たんぱくで
高エネルギー※
味にも自信あり!!
ぜひ一度お試し
ください。

おすすめ

1



やわらか鶏のすき煮

【ここが好き】関西出身の私は昔から特別な時は「すき焼き」でした(関西では「すき焼き」を食べることが多い!?)。冷凍でその味を気軽に食べられるのがおススメ!個人的には煮汁が染み込んだ玉子焼きは格別です!

【制作秘話】すき焼き風の味付けに加え、椎茸も冷凍にすることで、旨味が凝縮された深い味わいが特徴です。また、お豆腐は水分量の観点で一般的に冷凍は難しいのですが、何度も試行錯誤を重ね、風味や食感を損なわず、すき焼き風に合うお豆腐に仕上げました。

「やわらか鶏のすき煮」は以下のセットに入っています。
食楽膳プラス7食セットD、14食セットA、21食セットB

おすすめ

2



鯖の蒲焼き風

【ここが好き】私が1番オススメするメニューは鯖の蒲焼き風です!スーパーでも売っていて身近な食材ですが、電子レンジ調理で、ここまでしっとり、ジューシーしている鯖に衝撃を受けました!

【制作秘話】お魚のにおいやパサつきにはとても苦戦をしました。試行錯誤の中、少し粘性のある調味液にしっかりと漬けることで臭みを抑え、旨味を閉じ込めることができました!

「鯖の蒲焼き風」は以下のセットに入っています。
食楽膳プラス7食セットD、14食セットA、21食セットA

おすすめ

3



広東風かに玉麺

【ここが好き】味付けはオイスターベースのソース、干し椎茸の旨味たっぷり、かに玉2個と麺を合わせたボリューム満点メニューになっています!

【制作秘話】かに玉に麺が入っていて、隠し味の生姜で味にメリハリを付け身体温まる、大人な味付け!食感のアクセントに鶏肉を加え、たんぱく質もアップしています。ぜひご賞味ください★

「広東風かに玉麺」は以下のセットに入っています。
食楽膳プラス7食セットC、14食セットB、21食セットA・B



【食楽膳事業部】石田

頭の体操 今回「ナンプレ」

おいしく食べるために頭と身体を動かそう!
(答えは右下にあります)

6		5			3	4		
7		3			5		8	2
4	8		1			6		5
9	2	4		3	1	7	5	8
			9		8	2		3
	3	7		4			9	6
5	6	9		8	4	3	7	
2	7	1	3			8	6	4
	4	8	7	1	6		2	

©ナンプレ京(https://nan1pre.adg5.com)

“〇〇”な瞬間投稿コーナー

今回は、スタッフの“びっくり”の瞬間の写真をお届け!

広島のお好み焼屋さんって、
マヨネーズが赤ヘル
かぶってるんですね(K)



トリックアート美術館での
ひとコマです。この後メガネが
吹っ飛びました笑(K)



マンションを取り囲む綺麗な
半円の虹に驚きました!(O)



小さい魚が
大きい魚の口の中に...
この後どうなったので
しょうか??(I)

みなさまからの
お写真を
募集するため、
現在準備中です!

編集
後記

「食楽膳だより」創刊号を最後までお読みいただきありがとうございました!創刊号はいかがでしたか?
「食楽膳をお召し上がりいただき、美味しくて笑顔になる」「お食事の準備が楽になり、笑顔になる」それに加えて、
こちらのおたよりをお読みいただき、くすっと笑顔になっていただけたら嬉しいな、と思いながら
今回準備を進めました。ぜひ、次回もお楽しみにお待ちくださいね♪

ナンプレの答え

6	2	5	9	1	2	8	7	4
7	9	8	6	5	4	1	2	3
1	2	4	7	8	2	6	9	5
9	6	1	2	7	5	2	4	8
4	7	2	8	2	6	9	5	1
8	5	2	1	4	9	7	2	6
5	4	9	2	6	1	2	8	7
2	8	6	5	9	7	4	1	3
2	1	7	4	2	8	5	6	9

【お問い合わせ】



0120-640-407

フリーダイヤル

その他ご不明な点はお気軽にお問い合わせください。パンフレット送付も承ります。※食楽膳は65歳以上の方、障がいのある方(それぞれの同居家族)がご利用できる商品です。

販売元



SOMPOケアフーズ株式会社 〒140-0002 東京都品川区東品川4-12-8 品川シーサイドイーストタワー <https://www.sompocarefoods.com/>

平日(月～金) 10時～17時
※土日・祝日・年末年始・ゴールデンウィーク・お盆を除く

食楽膳
WEBショップ

ご注文はこちら

食楽膳

