

2020  
February

2

LOVE  
FOOD  
PEACE

おいしい時間があふれ出す。創健社

## 新商品 管理栄養士が考えた こどもカレールウ 甘口 栄養強化レシピ

“植物性原料100%・動物性原材料不使用”

本品1皿分に含まれる食物繊維、カルシウム、鉄が「一日の食事摂取基準(6~7歳)」のどのくらいを満たすのかを見てみると、以下のような値になります。

	食物繊維	カルシウム	鉄
一日の食事摂取基準(6~7歳)	10.5g	475mg	4.5mg
「こどもカレールウ」1皿分	2.0g	36mg	0.7mg
充足率	18.7%	7.6%	16.2%

さらにパッケージ記載の具材を加えてカレーライスを作ると…(1皿当たり:豚肉30g、玉ねぎ50g、人参30g、じゃがいも40g、炒め油2.4g、ご飯は100gとする)

	食物繊維	カルシウム	鉄
「こどもカレールウ」で作ったカレーライス1皿分	8.6g	60mg	1.4mg
充足率	66.7%	12.6%	31.1%

これを他の食品に換算すると、以下のような量になります。

食物繊維 8.6g=ごぼう 1本弱(150g)  
カルシウム 60mg=いわし丸干し 約半分(15g)  
鉄 1.4mg=小松菜 1茎強(66g)

また、食物繊維は食事摂取基準の1/2以上、鉄はほぼ1/3を満たすので、1日3食の場合の1食分の栄養成分を摂取することができます。

カルシウムは食事摂取基準の1/3を満たすために、乳製品や小松菜、豆腐などを使ったおかずを1品加えて、栄養成分をプラスすることをおすすめします。

管理栄養士が考えた  
こどもカレールウ 甘口

商品コード:111141

税込価格:432円

(本体価格:400円)

内容量:110g

賞味期間:240日



【原材料】植物油脂(パーム油、菜種油)(国内製造)、小麦粉(北海道)、大豆粉(新潟)、砂糖(鹿児島)、カレー粉、食塩(メキシコ)、桑の葉粉(国産)、酵母エキス、りんご果汁(国産)、粉末醤油、ひじき粉(国産)、トマトパウダー(スペイン他海外)

## 【こどもカレーにプラスの1品レシピ】

## かぼちゃとさつまいもヨーグルトサラダ

(1人分・カルシウム59mg、鉄0.6mg、食物繊維2.5g)



## 【材料】(2人分)

かぼちゃ…1/8(約100g)  
さつまいも…小1/2(約50g)  
干しうど…大さじ1(約12g)  
プレーンヨーグルト…大さじ3(約45g)  
マヨネーズ…大さじ(約36g)、塩・こしょう…少々

## 【作り方】

①さつまいもを2cm角に切り水にさらす。かぼちゃも2cm角に切る。  
②プレーンヨーグルトはキッチンペーパー等で軽く水切りしておく。  
③さつまいもとかぼちゃを電子レンジか、蒸し器で加熱し柔らかくして、軽くつぶし、干しうどを混ぜる。②のヨーグルト、マヨネーズを和えて、軽く塩・こしょうをしたら出来上がり。



## 小松菜と油揚げの卵とじ

(1人分・カルシウム120mg、鉄2.1mg、食物繊維1.1g)

【材料】(2人分)  
小松菜…1/2束(約100g)  
油揚げ…1/2枚(約15g)、卵…1個  
春夏秋冬のだしの素…大さじ1  
味の母…大さじ1、水…100ml

## 【作り方】

①小松菜はよく洗って3cm長さに切る。油揚げは油抜きし、縦半分に切り、5mm幅に切る。  
②調味料と水を合わせ火にかけ、小松菜と油揚げを入れ、小松菜がしんなりするまで弱火で煮る。  
③溶き卵をまわし入れ、ふたをして弱火で1分加熱し、火を止めて余熱で1分程おき出来上がり。



## きな粉入りミルクココア

(1人分・カルシウム170mg、鉄0.7mg、食物繊維1.3g)

【材料】(1杯分)  
ココアパウダー…小さじ1山盛り1杯(約3g)  
きな粉小さじ1山盛り…1杯(約3g)  
砂糖…小さじ1~2杯、牛乳…150ml

## 【作り方】

①カップにココアパウダー・きな粉・砂糖を入れて混ぜ合せる。  
②①に温めた牛乳を大さじ1杯加えて混ぜ、ペースト状にする。  
③残りの牛乳を少量ずつ入れ、よくかき混ぜて出来上がり。



## 全粒粉ペニネきな粉(おやつに)

(1人分・カルシウム40mg、鉄2.0mg、食物繊維5.1g)

【材料】(1人分)  
全粒粉デュラム小麦有機ペニネ…15g  
A[きな粉…20g、砂糖…10g、塩…少々]

## 【作り方】

①全粒粉ペニネを茹でて、流水で洗って冷やし、水気をよく切る。  
②Aを混ぜ合わせ、①を入れてよく混ぜて出来上がり。

社是 有理創健

※表示価格は税込価格で、1円未満の端数は切り上げております。

## ジロロモーニ 有機エキストラヴァージンオリーブオイル(業務用)3,000ml(2,736g)

新発売

イタリア料理のシェフの方々から使いやすくて美味しいとご好評をいただいております  
ジロロモーニ有機エキストラヴァージンオリーブオイルに業務用サイズの3リットル缶が新たに加わりました。  
オープン価格につき担当営業にお問い合わせください。

ジロロモーニ  
有機エキストラヴァージン  
オリーブオイル(業務用)  
商品コード:250783  
本体価格:オープン価格  
内容量:2,736g(3,000ml)  
入数:6 賞味期間:2年

8 032891 760659



## ジロロモーニ製粉工場が稼働!

ジロロモーニパスタのオーガニック専用製粉工場の母屋が8月に完成し、試験稼働を終え、秋に本格稼働がはじめました。製粉工場は地上4階建ての構造で、想定している製粉量は1日約100トンです。今後、組合の小麦は全てこの工場での自社製粉になります。

故ジーノ・ジロロモーニ氏の遺志だった種から最終製品まで一貫製造という夢が動きだしました。



## ■ジーノ・ジロロモーニ農業協同組合 製粉工場 製粉工程

- ①原料サイロから圧縮空気で製粉工場内に送られた小麦から風力選別機や色彩選別機を使い段階的に夾雑物を取り除きます。
- ②加水し、研磨して外皮などの部分(ふすま)が取り除かれます。ロータリーシフター(ふるい)に掛けられ、粉とふすまに分けられ、さらに粒度選別された後、ロール機で数段階かけて徐々に細かく粉碎されます。
- ③ピュリファイヤーで純化され、最終的にふるいで濾過された小麦粉は、パイプの中を圧縮空気によって送られて、別棟の原料小麦粉サイロに一時貯蔵され、そこからさらにパスタ工場の製造ラインへと送られます。

1.サイロから工場へ 小麦はパイプラインを通り製粉工場へ



2.夾雑物を除去する選別機及び研磨機



6.パイプは小麦の種類や挽き方で分かれています。



4.ロール機で粉碎

3.ロータリーシフター  
粉とふすまに選別

5.数段階かけて細かく粉碎をするのでロール機からロール機への移動はパイプを使用。パイプの接続は手動で切替。



小麦粉は製粉工場からパイプの中を圧縮空気によって送られて、一時貯蔵庫に保存されます。そこからさらにパスタ工場の製造ラインへパイプで送られます。

# 今月のおすすめ商品(ひなまつり)



## 黒米ちらし寿司

### 【材料】

米	2合
黒米	1袋(18g)分包
国産野菜の五目ちらし寿司	1袋
水	2カップ+大さじ2杯(430ml)
お刺身、卵焼き等 お好きな具	

### 【作り方】

- ①お米と黒米を混ぜ、水でさっと磨ぐ。
- ②水を加え、1~2時間浸けておく。
- ③炊飯器などでお米を炊き上げ、飯台上に炊き上げたお米を移し、熱いうちに国産野菜の五目ちらし寿司を切るように混ぜる。
- ④お皿に③を盛り、お好きな具材をのせ、出来上がり。



## 蛤のお吸い物

### 【材料】(4人分)

●だし汁	
はまぐり	12個
ほうれん草	少々
茹で用塩	少々

### ●だし汁

水	800ml
和風だし一番	小さじ1
地中海の天日塩	少々

### 【作り方】

- ①はまぐりは、よく洗い、浸るくらいの水に小さじ1の塩(分量外)を加えて、暗く涼しい場所で砂抜きする。(1時間以上)
- ②ほうれん草は洗って、塩茹でし、3cmぐらいに切っておく。
- ③①のはまぐりの水を切り、塩(分量外)をひとつまみ加え擦り合わせ、よく洗う。
- ④鍋にだし汁の材料とよく洗ったはまぐりを入れ、加熱する。
- ⑤アグを取りながら、口が開いたら火を止める。味見をして、薄ければ塩を加える。
- ⑥器に②のほうれん草を入れ、⑤を注いで、出来上がり。



## 手巻き寿司

### 【材料】

お米	適量
越前小京都のすし酢	
お米1合に対して	
30~35ml	
お好みの具	適量

### 【作り方】

- ①【酢飯の作り方】米1合に対してすし酢30ml~35mlを炊いたご飯にそのまま混せてください。※お好みに合わせて量を加減してください。
- ②お好みの具を海苔と一緒に巻いてお召し上がりください。

## 浜富海苔 焼海苔 磯味秀逸

日本有数の産地、有明海産の海苔の中でも、夜に摘まれた一番摘みの海苔です。光合成を行っていない夜に摘むことで旨み成分のアミノ酸の詰まった、味、香り、口どけと三拍子そろった美味しい海苔になります。

### 商品コード:120603

本体価格:600円  
内容量:全型10枚  
入数:60(10×6)  
賞味期間:300日



### 商品コード:4961732 464002

商品コード:110409  
本体価格:540円 内容量:360ml  
入数:12 賞味期間:360日



## 創健社 越前小京都のすし酢

伝統的な静置発酵製法で丹念に発酵・熟成させた純米酢、国内産の粗糖、海塩、昆布だしだけで仕上げた、まろやかで香り華やかなすし酢。



## パンケーキネオハイミックスでつくるおひなさまケーキ

### 【材料】(8個分)

〈カップケーキ〉	〈ベビーシュークリーム(直径2cm、約15~20個)〉
ネオハイミックス 砂糖使用	150g
牛乳	100ml
卵	3個
甜菜糖	100g
ベニ花ハイプラスマーガリン	30g
バター	
生クリーム	適量
生チョコレートペースト	少々
メイシーちゃんのおさにいり	
りんごとぶどうのマシュマロ	お好みで

### 【作り方】

- カップケーキ
- \*オーブンを180℃に予熱しておく。
- ①マーガリンを湯煎で溶かし、ボウルに入れ、ネオハイミックス、牛乳、卵、砂糖を入れ、ダマにならないように泡立て器で混ぜる。
- ②カップに8分目ほど①を入れ、20分ほど焼く。(オーブンにより時間が違うので調節してください)
- シュークリーム
- \*オーブンを200℃に予熱しておく。
- ③鍋にバター、牛乳、水を加え沸騰させたら火を止め、ネオハイミックスを加える。
- ④よく混ぜ、鍋肌から取れるまで、弱火にかける。
- ⑤溶いた卵を少しずつ加え、なめらかになるまでよく混ぜる。
- ⑥絞り袋に入れ、オーブンシートをした天板に間隔をあけて絞り出し、15分200℃で焼き、さらに15分180℃で焼く(途中でオーブンはあけないでください。またオーブンにより時間が違うので調節してください)
- ⑦生クリームに砂糖(分量外)を少量加え泡立て、あら熱がとれたカップケーキの上にしづり、マシュマロ、ベビーシュークリームをのせ、ピックで刺す。
- ⑧生チョコレートペーストを湯煎で溶かし、クッキングシートまたははしり袋に入れ、顔をデコレーションして出来上がり。
- \*シュークリームはカップケーキよりも多く出来ますので残った生クリームやチョコを入れて、お楽しみください。

## 創健社 パンケーキ ネオハイミックス砂糖使用(レギュラー)

国内産小麦粉に焙煎小麦胚芽のまろやかな甘みと香ばしさをプラス。小麦本来のおいしさを追求したミックス粉(砂糖使用)。アルミニウムフリーのベーキングパウダー使用。

### 商品コード:130491

本体価格:410円

内容量:400g

入数:30 賞味期間:180日



## 創健社 生チョコレートペースト

チョコレートに生クリームを加えて練り上げた、ちょっと贅沢なチョコレートペースト。パンやクラッカー、チョコレートドリンク、チョコレートソースなどに。部分水素添加油脂不使用。

### 商品コード:121507

本体価格:460円 内容量:160g

入数:10 賞味期間:冷蔵180日

### 商品コード:4901735 021994



NEW  
item

## 新商品のご案内

## MSこめ粉ロールクッキーコカア味

国産米の米粉を使用したほんのり甘くサクッとしたロールクッキー。お客様の声をもとに“コカア味”を開発しました。国産米の米粉、国産のてんさい糖を使用しています。カルシウム、鉄たっぷり。アレルゲン表示対象の28品目は使用しておりません。

商品コード:162183(直送)

税込価格:292円(本体価格:270円)

内容量:10個 入数:12 賞味期間:240日

4 962311 190046



【原材料】米粉(米(国産))、砂糖(てんさい糖)、さつまいもペースト、植物油(米油)、ココアパウダー／炭酸カルシウム、ピロリン酸第二鉄



## SOKEN Information

## 商品規格変更のお知らせ

## 価格変更

## ◎創健社

べに花一番使用オーツナ 90g(商品コード120553) 本体価格:旧)340円→新)400円  
オイル不使用オーツナフレーク 90g(商品コード120827) 本体価格:旧)320円→新)380円  
原材料の日本太西洋中部で漁獲したびん長まぐろは、近年にない不漁に加え、漁獲方法が環境に与える影響の少ない本釣りである事が付加価値となり、価格が高騰しており本体価格を変更させて頂きます。4月1日より

## ◎奄美自然食品本舗

奄美 すもむ餅 8個入(商品コード161671) 本体価格:旧)各300円→新)各330円  
奄美 じゅうひ餅 120g(商品コード161672) 本体価格:旧)各300円→新)各330円  
流通コスト、諸経費増大のため価格変更になります。2月1日より

## リニューアル

## ◎富士食品 炊き込み黒米(国内産) 300g(商品コード130680)

パッケージデザインをリニューアルいたします。商品説明、一括表示栄養成分表等は裏面に表示され、表示の一部が変更されます。2月中旬予定

## ◎シガリオ リプレフラー ホワイト(浅煎り焙煎) 500g(商品コード130178)

リプレフラー ブラウン(深煎り焙煎) 500g(商品コード130179)

リプレフラー カルシウムミックス(深煎り焙煎) 500g(商品コード130180)(直送)

パッケージ、JANコード、商品コードが変更になりますが内容量、価格などは変更ありません。

商品コードは後日ご案内させていただきます。

リプレフラー ホワイト(浅煎り)2月中旬予定、リプレフラー ブラウン(深煎り)、リプレフラー カルシウムミックス(深煎り)5月中旬予定

## 内容量・包材・表示変更

## ◎創健社 発芽玄米らーめん 103g(商品コード140060)

スープの原材料の見直しと内容量の変更、外袋の材質をアルミ蒸着へ変更になります。  
新しい食品表示法の施行に伴い、表示の一部を変更いたします。

内容量:旧)103g→新)103.7g

〈その他の主な変更点〉・会社ロゴ・「※発芽玄米粉は油揚げめん中11%使用」を追記。・アレルゲン注意喚起表示方法。・保存上の注意文・マークの追記等。1月下旬以降

## 包材・表示変更

## ◎創健社 味噌らーめん 104.2g(商品コード148021)

包材の材質をアルミ蒸着に変更いたします。また表示一部を変更いたします。

アレルゲン注意喚起表示方法等。2月以降

## 内容量変更

## ◎パル プロボリスキャンティー 80g(商品コード161699)

原材料の値上がりなどにより内容量が変更になります。商品コード、原材料、パッケージ、JANコードなどは変更ありません。

内容量:→新)70g

## 包材切替

## ◎まるやま農場 やわらかほしいも 150g(商品コード160904)

これまで裏面の一括表示をシール貼りをしておりましたが、栄養成分、一括表示が印刷された袋に変わります。2月20日メーカー出荷分より

## 包装形態変更

## ◎東京フード 国産生おろしわさび 40g(商品コード110942)

練りからし 40g(商品コード110943)

生おろし生姜 40g(商品コード110944)

おろしにんにく 40g(商品コード110974)

昨年の台風で工場が被災し、ショーリングの包装機が修理できず、別の機械に変更したため、10個単位のフルショーリングから製品の腹の部分でハチマキ止めに変更になります。入荷済

## 表示変更

## ◎創健社 えごま一番入りトマト&amp;オニオンドレッシング(商品コード110785)

新しい食品表示法の施行に伴い、表示の一部を変更いたします。

〈その他の主な変更点〉・会社ロゴ変更に伴い、レイアウトの一部。・「Plant-Based」マークの追加等。・包材材質表示方法。2月以降

## ◎創健社 えごま一番入りイタリアンドレッシング(商品コード110789)

新しい食品表示法の施行に伴い、表示の一部を変更いたします。

〈その他の主な変更点〉・会社ロゴ変更に伴い、レイアウトの一部。・商品特長説明文の一部・使用上の注意の表示方法の一部。2月以降

## ◎創健社 有機栽培べに花一番高オレイン酸(商品コード100200)

新しい食品表示法の施行に伴い、表示の一部を変更いたします。

〈その他の主な変更点〉・創健社ロゴ。・商品特長説明文の一部。・「脂肪酸組成」の図を削除。・包材材質表示方法。・使用上の注意の説明文の一部。・アレルゲン注意喚起表示方法。・栄養機能食品(ビタミンE)の説明文の色。2月以降

## 2月のカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
1						
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29

## 3月のカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

お休みさせていただきます。

ホームページでパックナンバーをご覧いただけます。

創健社ホームページ [www.sokensha.co.jp](http://www.sokensha.co.jp) トップページ右下に創健社ニュースのボタンがあります。ここをクリックすると創健社ニュースのパックナンバーをご覧いただけます。