

(冷凍食品)

無印良品 1/3日分の野菜を使った雑穀ごはん
ラタトゥイユとベッパーチキン

名 称	米飯類
原 材 料 名	ミックスベジタブル(ズッキーニ(中国)、なす(中国)、赤パプリカ(中国)、黄パプリカ(中国)、大豆油)、野菜(枝豆、人参、玉ねぎ)、米(国産)、鶏肉(国産)、トマト・ピューレー、穀物ブレンド(もち麦、黒米(国産)、発芽玄米(国産)、もちきび、もちあわ)、植物油、トマトケチャップ、食塩、りんご酢、おろしにんにく、米醸造調味料、砂糖、香辛料(黒胡椒、タイム)、いため油(なたね油、大豆油)/増粘剤(加工デンプン)、pH調整剤、乳化剤、(一部に大豆・鶏肉・りんごを含む)
内 容 量	245g
賞 味 期 限	表面上部に記載(開封前)
保 存 方 法	-18℃以下で保存してください。
凍結前加熱の有無	加熱してありません。
加熱調理の必要性	加熱してお召し上がりください。
販 売 者	株式会社良品計画 東京都文京区後楽2-5-1

製 造 所 戸田フーズ株式会社
埼玉県戸田市氷川町
3-7-8

本品に含まれるアレルギー

大豆	鶏肉	りんご
soybean	chicken	apple

小麦・卵・乳成分を含む製品と共通の設備で製造していますので、ご注意ください。

栄養成分表示(1袋245g当たり)			
エネルギー	296kcal	炭水化物	38.7g
たんぱく質	14.5g	—糖質	35.0g
脂質	10.0g	—食物繊維	3.7g
		食塩相当量	1.4g
この表示値は、目安です。			

◎調理方法

袋から商品を取り出し、凍ったまま透明のフィルムをはがさず電子レンジで加熱してください。

目安:500W 5分00秒

:600W 4分30秒

そのまま約5分おいて全体の温度が均一になじんでからお召し上がりください。

冷たい場合は10秒ずつ加熱を追加してください。

加熱後は、ヤケドに注意して透明フィルムをはがしてください。

●透明のフィルムには、電子レンジで加熱した際に蒸気を逃がすための穴を開けてあります。

ご注意

●本品は電子レンジ専用です。オーブンやオーブントースターは使用しないでください。

●調理時間は目安です。お使いの調理器具や機種により多少異なります。

●過加熱の原因になるため、オート(自動)機能は使用しないでください。

●調理およびお召し上げの際は、ヤケドにご注意ください。

●冷凍庫(-18℃以下)で保存してください。

●いったん解けたものを再凍結すると、味、品質が変わることがあります。

●賞味期限は外袋開封前のものですので、開封後はお早めにお召し上がりください。

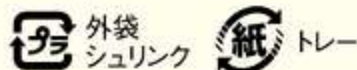
●解凍、調理後はお早めにお召し上がりください。

万一商品に不都合がございましたら、お手数ですが現品と外装を保管の上、下記お客様相談室又はお買い上げの店舗までご連絡ください。お取替えさせていただきます。

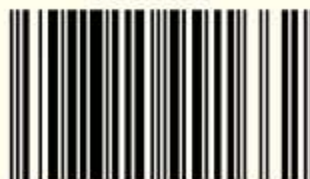
株式会社良品計画

お客様相談室電話 0120-14-6404

www.muji.com



2509191



4 547315 991662