

◎調理方法

袋の封を切らずにそのまま沸騰したお湯の中に入れ、4～5分温め、温かいごはん150g（お茶碗に1杯分）にかけてお召し上がりください。

- 本品はレトルトパウチ食品です。
- 本品に、ごはんは入っておりません。

ご注意

- うずらの卵が破裂することがありますので、電子レンジでは加熱しないでください。
- 開封の際に袋や切り口で手指を切らないようご注意ください。
- 調理およびお召し上がりの際は、ヤケドにご注意ください。
- 賞味期限は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。

無印良品 ごはんにかける 八宝菜

●名称:どんぶりもののもと●原材料名:野菜(はくさい、ヤングコーン、にんじん、たまねぎ、たけのこ、しいたけ、きくらげ)、うずらの卵水煮(タイ製造)、チキンブイヨン、豚肉、還元水あめ、ごま油、がらスープ、しょうがペースト、しょうゆ、にんにくペースト、ボークエキス、たん白加水分解物、食塩、昆布エキス、こしょう、酵母エキスパウダー／増粘剤(加工デンプン)、(一部に小麦・卵・ごま・大豆・鶏肉・豚肉を含む)●殺菌方法:気密性容器に密封し、加圧加熱殺菌●内容量:195g●賞味期限:表面下部に記載(開封前)●保存方法:直射日光・高温多湿の場所を避けて保存してください。●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:S・Tecフーズ株式会社 つくばファクトリー 茨城県土浦市本郷20-1

本品に含まれるアレルギー

小麦	卵	ごま	大豆	鶏肉	豚肉
wheat	egg	sesame	soybean	chicken	pork

えび・かに・乳成分・落花生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。

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

2403151



4 547315 243181

栄養成分表示(1袋195g当たり)	
エネルギー	183kcal
たんぱく質	8.2g
脂質	10.1g
炭水化物	14.6g
食塩相当量	2.5g

この表示値は、目安です。



◎調理方法

【お湯で温める場合】袋の封を切らずにそのまま沸騰したお湯の中に入れ、5～7分加熱してください。

【電子レンジで温める場合】袋の封を切り深めの耐熱容器にうつし、ラップをかけて加熱してください。加熱時間は機種、W(ワット)数により異なりますので電子レンジの説明書などを参考に加減してください。(加熱時間の目安500Wの場合約2分)袋のまま電子レンジで加熱しないでください。

- 本品はレトルトパウチ食品です。
- 製品の特性上、油がうくことがあります、品質には問題ありません。よくかき混ぜてからお召し上がりください。

ご注意

- 電子レンジでの加熱中に内容物などが急激な温度変化により、はねることがありますのでご注意ください。
- 電子レンジのオート(自動)機能での加熱や、温めすぎは、加熱中や加熱後の突然の沸騰やヤケドの原因になりますのでご注意ください。
- 開封の際に袋や切り口で手指を切らないようご注意ください。
- 調理およびお召し上げの際は、ヤケドにご注意ください。
- 賞味期限は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。

無印良品 素材を生かしたカレー トマトのキーマ

●名称:カレー●原材料名:鶏肉(ブラジル)、炒めたまねぎ、トマトピューレー、トマトペースト、ドライトマト、なたね油、小麦粉、カレー粉、食塩、砂糖、醸造酢、でん粉、にんにく、おろししょうが、チキンエキス調味料、香辛料、酵母エキス、(一部に小麦・大豆・鶏肉を含む)●殺菌方法:気密性容器に密封し、加圧加熱殺菌●内容量:180g●賞味期限:表面下部に記載(開封前)●保存方法:直射日光・高温多湿の場所を避けて保存してください。●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:株式会社にしき食品 岩沼工場 宮城県岩沼市下野郷字新関迎265-1

本品に含まれるアレルゲン

小麦	大豆	鶏肉
wheat	soybean	chicken

えび・かに・卵・乳成分・落花生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。

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



この商品のパッケージの一部には、
リサイクル素材のフィルムと植物由来
原料のインキを使用しています。



この表示値は、目安です。

◎調理方法

【お湯で温める場合】袋の封を切らずにそのまま沸騰したお湯の中に入れ、5～7分加熱してください。

【電子レンジで温める場合】袋の封を切り深めの耐熱容器にうつし、ラップをかけて加熱してください。加熱時間は機種、W(ワット)数により異なりますので電子レンジの説明書などを参考に加減してください。(加熱時間の目安500Wの場合約2分)袋のまま電子レンジで加熱しないでください。

- 本品はレトルトパウチ食品です。
- 製品の特性上、油がうくことがあります、品質には問題ありません。よくかき混ぜてからお召し上がりください。

ご注意

- 電子レンジでの加熱中に内容物などが急激な温度変化により、はねることがありますのでご注意ください。
- 電子レンジのオート(自動)機能での加熱や、温めすぎは、加熱中や加熱後の突然の沸騰やヤケドの原因になりますのでご注意ください。
- 開封の際に袋や切り口で手指を切らないようご注意ください。
- 調理およびお召し上げの際は、ヤケドにご注意ください。
- 賞味期限は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。

無印良品 素材を生かしたカレー トマトのキーマ

●名称:カレー●原材料名:鶏肉(ブラジル)、炒めたまねぎ、トマトピューレー、トマトペースト、ドライトマト、なたね油、小麦粉、カレー粉、食塩、砂糖、醸造酢、でん粉、にんにく、おろししょうが、チキンエキス調味料、香辛料、酵母エキス、(一部に小麦・大豆・鶏肉を含む)●殺菌方法:気密性容器に密封し、加圧加熱殺菌●内容量:180g●賞味期限:表面下部に記載(開封前)●保存方法:直射日光・高温多湿の場所を避けて保存してください。●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:株式会社にしき食品 空港南工場 宮城県岩沼市空港南1-1-1

本品に含まれるアレルゲン

小麦	大豆	鶏肉
wheat	soybean	chicken

えび・かに・卵・乳成分・落花生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。

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



この商品のパッケージの一部には、
リサイクル素材のフィルムと植物由来
原料のインキを使用しています。



この表示値は、目安です。

◎調理方法

【お湯で温める場合】袋の封を切らずにそのまま沸騰したお湯の中に入れ、5～7分加熱してください。

【電子レンジで温める場合】袋の封を切り深めの耐熱容器にうつし、ラップをかけて加熱してください。加熱時間は機種、W(ワット)数により異なりますので電子レンジの説明書などを参考に加減してください。(加熱時間の目安 500Wの場合 約2分)袋のまま電子レンジで加熱しないでください。

●本品はレトルトパウチ食品です。

●製品の特性上、油がうくことがあります。品質には問題ありません。よくかき混ぜてからお召し上がりください。

ご注意

●電子レンジでの加熱中に内容物などが急激な温度変化により、はねることがありますのでご注意ください。

●電子レンジのオート(自動)機能での加熱や、温めすぎは、加熱中や加熱後の突然の沸騰やヤケドの原因になりますのでご注意ください。

●開封の際に袋や切り口で手指を切らないようご注意ください。

●調理およびお召し上がりの際は、ヤケドにご注意ください。

●賞味期限は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。

無印良品 素材を生かしたカレー バターチキン

●名称:カレー●原材料名:蒸し鶏肉(タイ製造)、トマトペースト、カシューナッツペースト、ギー(バターオイル)、クリーム、砂糖、トマトケチャップ、トマトピューレー、炒めたまねぎ、でん粉、食塩、チキンエキス、パプリカ、小麦粉、クミン、コリアンダー、おろししょうが、にんにく、カルダモン、シナモン、ターメリック、黒コショウ、クローブ、カスリメティ、ビッグカルダモン、フェンネル、メース、ローレル、(一部に小麦・乳成分・カシューナッツ・鶏肉を含む)●殺菌方法:気密性容器に密封し、加圧加熱殺菌●内容量:180g●賞味期限:表面下部に記載(開封前)●保存方法:直射日光・高温多湿の場所を避けて保存してください。●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:株式会社にしき食品 空港南工場 宮城県岩沼市空港南1-1-1

本品に含まれるアレルギー

小麦	乳成分	カシューナッツ	鶏肉
wheat	milk	cashew nut	chicken

えび・かに・卵・落花生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。

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

栄養成分表示(1袋180g当たり)	
エネルギー	243kcal
たんぱく質	13.7g
脂質	13.3g
炭水化物	17.1g
食塩相当量	2.1g

この表示値は、目安です。

2402211



この商品のパッケージの一部には、リサイクル素材のフィルムと植物由来原料のインキを使用しています。





加熱時間の目安

500W	2分
600W	1分30秒

◎調理方法

- ①袋の底面を十分に広げ、袋は開けずに必ず立てて電子レンジの中央に置きます。
 - ②電子レンジの加熱時間に従い加熱します。
 - ③加熱後、必ず蒸気が出ていないことを確認してから取り出してください。
 - ④袋の封を切り、器に移してお召し上がりください。
- ※お湯で温める場合は、袋の封を切らずにそのまま沸騰したお湯の中に入れ、3～5分加熱してください。



ご注意

●袋が電子レンジの天井に触れる場合は、転倒するおそれがありますので、中身を袋から深めの耐熱容器に移しラップをかけて加熱してください。●電子レンジのオート(自動)機能での加熱や、温めすぎは、加熱中や加熱後の突然の沸騰やヤケドの原因になりますのでご注意ください。●加熱中に音がする場合がありますが、蒸気口から蒸気が抜ける際に発生する音です。●加熱中は袋が膨らみますが、蒸気口から蒸気が抜けます。●袋がしぼみ、蒸気口から蒸気が出ていないことを確認してから取り出してください。●加熱後は蒸気口とその付近が大変熱くなっていますので、絶対に触らないでください。●開封の際に袋や切り口で手指を切らないようご注意ください。●加熱後は袋や中身が熱くなっていますので、ヤケドにご注意ください。●加熱後に電子レンジから取り出す際や開封時に袋を傾けると、蒸気口から中身がこぼれるおそれがあります。●加熱後は蒸気口が開くため保存できません。●加熱後はお早めにお召し上がりください。

無印良品 素材を生かした トマトの煮込みハンバーグ

●名称:ハンバーグ●原材料名:食肉(豚肉、鶏肉、牛肉)、野菜(たまねぎ(中国)、ズッキーニ)、トマト・ジュースづけ、牛脂、トマトペースト、揚げなす、つなぎ(パン粉、全卵、粉末状植物性たん白、小麦ファイバー)、粒状植物性たん白、植物油(大豆油、オリーブ油)、オリーブ、ガーリック、砂糖、ローストガーリックペースト、食塩、チキンエキス、ぶどう糖果糖液糖、肉エキス調味料、しょうゆ、しょうが、酵母エキス、香辛料/増粘剤(加工デンプン)、カラメル色素、グルコン酸第一鉄、(一部に小麦・卵・牛肉・大豆・鶏肉・豚肉を含む)●殺菌方法:気密性容器に密封し、加圧加熱殺菌●内容量:160g●固形量:80g●賞味期限:表面下部に記載(開封前)●保存方法:直射日光・高温多湿の場所を避けて保存してください。●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:エム・シー・シー食品株式会社 兵庫県神戸市中央区港島南町4丁目2-8

本品に含まれるアレルギー

小麦	卵	牛肉	大豆	鶏肉	豚肉
wheat	egg	beef	soybean	chicken	pork

えび・かに・乳成分・落花生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160g当たり)

エネルギー	269kcal	炭水化物	13.4g
たんぱく質	13.6g	食塩相当量	1.4g
脂質	17.9g	この表示値は、目安です。	

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

2407051



4 550584 761379

蒸気口
! 手
やけどに
注意



◎調理方法

【お湯で温める場合】袋の封を切らずにそのまま沸騰したお湯の中に入れ、5～7分加熱してください。

【電子レンジで温める場合】袋の封を切り深めの耐熱容器にうつし、ラップをかけて加熱してください。加熱時間は機種、W(ワット)数により異なりますので電子レンジの説明書などを参考に加減してください。(加熱時間の目安500Wの場合約2分)袋のまま電子レンジで加熱しないでください。

●本品はレトルトパウチ食品です。●製品の特性上、油がうくことがあります、品質には問題ありません。よくかき混ぜてからお召し上がりください。

ご注意

●電子レンジでの加熱中に内容物などが急激な温度変化により、はねることがありますのでご注意ください。●電子レンジのオート(自動)機能での加熱や、温めすぎは、加熱中や加熱後の突然の沸騰やヤケドの原因になりますのでご注意ください。●開封の際に袋や切り口で手指を切らないようご注意ください。●調理およびお召し上げの際は、ヤケドにご注意ください。●賞味期限は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。

無印良品 素材を生かした おうちのこだわりビーフカレー

●名称:カレー●原材料名:野菜(じゃがいも(国産)、にんじん、にんにく)、炒めたまねぎ、牛肉、小麦粉、なたね油、砂糖、カレー粉、ビーフエキス、味噌、乾燥炒めたまねぎ、乾燥マッシュポテト、でん粉、食塩、ビーフエキス調味料、おろししょうが、バター、チキンエキス調味料、クリーム、ピーナッツバター、香辛料、酵母エキス、ココアパウダー、(一部に小麦・乳成分・落花生・牛肉・大豆・鶏肉・豚肉・りんごを含む)●殺菌方法:気密性容器に密封し、加圧加熱殺菌●内容量:200g●賞味期限:表面下部に記載(開封前)●保存方法:直射日光・高温多湿の場所を避けて保存してください。●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:株式会社にしき食品 岩沼工場 宮城県岩沼市下野郷字新関迎265-1

本品に含まれるアレルゲン

小麦	乳成分	落花生	牛肉	大豆	鶏肉	豚肉	りんご
wheat	milk	peanut	beef	soybean	chicken	pork	apple

えび・かに・卵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。

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

2403141



この商品のパッケージの一部には、リサイクル素材のフィルムと植物由来原料のインキを使用しています。



◎調理方法

【お湯で温める場合】袋の封を切らずにそのまま沸騰したお湯の中に入れ、5～7分加熱してください。

【電子レンジで温める場合】袋の封を切り深めの耐熱容器にうつし、ラップをかけて加熱してください。加熱時間は機種、W(ワット)数により異なりますので電子レンジの説明書などを参考に加減してください。(加熱時間の目安500Wの場合約2分)袋のまま電子レンジで加熱しないでください。

●本品はレトルトパウチ食品です。●製品の特性上、油がうくことがあります、品質には問題ありません。よくかき混ぜてからお召し上がりください。

ご注意

●電子レンジでの加熱中に内容物などが急激な温度変化により、はねることがありますのでご注意ください。●電子レンジのオート(自動)機能での加熱や、温めすぎは、加熱中や加熱後の突然の沸騰やヤケドの原因になりますのでご注意ください。●開封の際に袋や切り口で手指を切らないようご注意ください。●調理およびお召し上げの際は、ヤケドにご注意ください。●賞味期限は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。

無印良品 素材を生かした おうちのこだわりビーフカレー

●名称:カレー●原材料名:野菜(じゃがいも(国産)、にんじん、にんにく)、炒めたまねぎ、牛肉、小麦粉、なたね油、砂糖、カレー粉、ビーフエキス、味噌、乾燥炒めたまねぎ、乾燥マッシュポテト、でん粉、食塩、ビーフエキス調味料、おろししょうが、バター、チキンエキス調味料、クリーム、ピーナッツバター、香辛料、酵母エキス、ココアパウダー、(一部に小麦・乳成分・落花生・牛肉・大豆・鶏肉・豚肉・りんごを含む)●殺菌方法:気密性容器に密封し、加圧加熱殺菌●内容量:200g●賞味期限:表面下部に記載(開封前)●保存方法:直射日光・高温多湿の場所を避けて保存してください。●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:株式会社にしき食品 空港南工場 宮城県岩沼市空港南1-1-1

本品に含まれるアレルゲン

小麦	乳成分	落花生	牛肉	大豆	鶏肉	豚肉	りんご
wheat	milk	peanut	beef	soybean	chicken	pork	apple

えび・かに・卵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。

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

2403141



この商品のパッケージの一部には、リサイクル素材のフィルムと植物由来原料のインキを使用しています。

