

## 調理時間の目安 10分

### ◎キット内容

麺 50g(1人前)×2食分  
スープ 14g(1人前)×2食分

### ◎材料の一例(1人前)

水 200ml、豚肉スライス 2枚(50g)、  
キャベツ 3枚(140g)、玉ねぎ 1/4個  
(50g)、しいたけ 1個(15g)、きぬさや  
5枚(15g)、短冊切りのにんじん 8枚  
(10g)、サラダ油小さじ 2(8g)

●野菜炒め用のカット野菜で調理する  
場合は、200g～230gのものがおすす  
めです。

### ◎つくり方(1人前)

- ①「麺(1食分)」を袋から皿に出し、  
両手で軽く押し、ほぐします。
- ②「スープ(1食分)」を200mlの水で  
よく溶かしておきます。
- ③フライパンを中火で熱してサラダ油  
を入れ、豚肉を加えて火が通るまで炒  
めます。
- ④野菜を加えてしんなりするまで炒め  
ます。
- ⑤水で溶いたスープを入れ、とろみが出  
るまで煮込みます。
- ⑥出来上がったあんかけスープを麺に  
かけます。

●めん白い気泡状のつぶが見られる  
ことがありますが、油揚げ時の膨化現  
象(火ぶくれ)ですので、品質には問題  
ありません。

●めん表面に白いペースト状のもの  
が見られることがありますが、植物油  
(パーム油)に由来するものですので、  
品質には問題ありません。

### ご注意

- 開封の際に中身が飛び散ることがあ  
りますので、ご注意ください。
- 開封後は保存できませんので、必ず  
一度に使い切ってください。
- 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

外袋  
個包装(スープ)  
トレー

## 無印良品 長崎皿うどん

●名称:即席中華めん●原材料名:  
油揚げめん(小麦粉(国内製造)、  
植物油脂(パーム油、ごま油)、ぶ  
どう糖、食塩)、スープ(でん粉(国  
内製造)、食塩、砂糖、チキンエキ  
ス粉末、貝エキス粉末、粉末しょう  
ゆ、酵母エキス、かつおエキス調味  
料粉末、オニオン粉末、昆布粉  
末、ジンジャー粉末、ガーリック粉  
末、胡椒)/増粘剤(キサンタンガ  
ム)、かんすい、酸化防止剤(ビタミンE)、パプリカ色素、(一部に小麦・ごま・大豆・鶏肉を含む)●内容量:128g(めん50g×2食、スープ14g×2食)●賞味期限:表面上部に記載(開封前)●保存方法:においの強いもののそばや直射日光・高温多湿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:株式会社ヒガシマル  
串木野第2工場  
鹿児島県いちき串木野市  
西薩町15-1

### 本品に含まれるアレルゲン

小麦	ごま	大豆	鶏肉
wheat	sesame	soybean	chicken

えび・かに・くるみ・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。

### 栄養成分表示(1食分64g当たり)

エネルギー	297kcal
たんぱく質	6.0g
脂質	12.0g
炭水化物	41.3g
食塩相当量	2.9g
(めん)	(0.4g)
(スープ)	(2.5g)

この表示値は、目安です。

2601231



4 550723 111973