



ふっくら美味しいごはん

— 美味しさの決め手は炊き上げ方法 —

圧力釜で瞬時に炊き上げる「高圧高温製法」により、
一粒一粒がほぐれやすく、弾力のあるふっくらしたごはんに仕上げました。

■注意事項

- トッパフィルム内の水滴は品質上問題ありません。
- 調理後は熱いので、十分取り扱いにご注意ください。
- ふたフィルムに傷がつきますとカビが生えますのでご注意ください。

おねがい:本品は厳重な品質管理をしておりますが、万一不良品がありましたら、現品を直接弊社宛にお送りください。
送料弊社負担でお取り替えさせていただきます。

お召し上がり方

電子レンジの場合(500W) 約1分30秒～2分



フィルムを点線まで開けてから
電子レンジに入れます。

湯煎の場合 約12分



フィルムを開けずに
お湯の中で加熱します。

美味しいおかゆレシピ

①鍋に本品重量の約1.4
倍の水を入れ、その中
に本品をほぐしながら
入れます。



②中火で煮ながら、
箸などで均一に
熱が伝わるよう
に混ぜます。



③沸騰したら火を
止め、蓋をして
3分蒸らします。

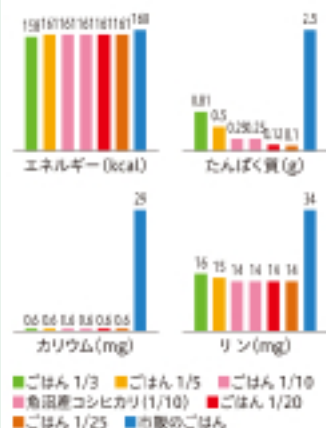
①ワンポイント

温めた後に箸などで
ほぐしますと、より
美味しくお召し上が
りいただけます。



市販のごはん(100g)との比較

(※日本食品標準成分表2015「水稲めし」精白米より)



■栄養成分値(1食当たり)

商 品 名	ビーエルシー ごはん1/3	ビーエルシー ごはん1/5	ビーエルシー ごはん1/10	ビーエルシーごはん1/10 魚沼産コシヒカリ	ビーエルシー ごはん1/20	ビーエルシー ごはん1/20小盛	ビーエルシー ごはん1/25	ビーエルシー ごはん1/25小盛
内 容 量	160 g	180 g	180 g	180 g	180 g	150 g	180 g	140 g
エ ネ ル ギ ー	252 kcal	290 kcal	290 kcal	290 kcal	290 kcal	240 kcal	290 kcal	225 kcal
水 分	97.8 g	108.3 g	108.55 g	108.45 g	108.68 g	90.92 g	108.42 g	84.46 g
たん ぱ く 質	1.3 g	0.9 g	0.45 g	0.45 g	0.22 g	0.18 g	0.18 g	0.14 g
脂 質	0.8 g	0.7 g	0.9 g	0.9 g	0.9 g	0.8 g	0.9 g	0.7 g
炭 水 化 物	59.9 g	69.9 g	70.1 g	70.2 g	70.2 g	58.1 g	70.3 g	54.6 g
灰 分	0.2 g	0.2 g	0 g	0 g	0 g	0 g	0.2 g	0.1 g
ナ ト リ ウ ム	3 mg	3 mg	4 mg	3 mg	3 mg	2 mg	3 mg	2 mg
カ リ ウ ム	1 mg	1 mg	1 mg	1 mg	1 mg	1 mg	1 mg	1 mg
カ ル シ ウ ム	—	10.8 mg	—	—	—	—	—	—
リ ン	25 mg	27 mg	25 mg	25 mg	25 mg	21 mg	25 mg	19 mg
食 塩 相 当 量	0 g	0 g	0 g	0 g	0 g	0 g	0 g	0 g

「—」表記は未分析となります。

ピーエルシーごはん ラインナップ



ピーエルシーごはん1/3



ピーエルシーごはん1/10



ピーエルシーごはん1/10魚沼産コシヒカリ



ピーエルシーごはん1/20



ピーエルシーごはん1/20小盛

消費者庁許可 特別用途食品

ピーエルシー
ごはん1/5

1食(180g)当たり
たんぱく質 0.9g

病者用食品
低たんぱく質食品
腎疾患用食品

この商品はたんぱく質の摂取制限を必要とする腎疾患者に適しています。



ピーエルシーごはん1/25



ピーエルシーごはん1/25小盛

■荷姿／規格

商 品 名	ピーエルシーごはん1/3	ピーエルシーごはん1/5	ピーエルシーごはん1/10	ピーエルシーごはん1/10魚沼産コシヒカリ
賞 味 期 間	製造日より7ヵ月	製造日より7ヵ月	製造日より7ヵ月	製造日より7ヵ月
J A N コード	4977113621001	4977113621100	4977113621209	4977113621254
G T I Nコード	14977113622159	14977113622258	14977113622357	14977113622654
荷 姿	160g×20個	180g×20個	180g×20個	180g×20個
内 容 量	160g	180g	180g	180g
単 品 寸 法	W120×D155×H27mm	W120×D155×H27mm	W120×D155×H27mm	W120×D155×H27mm
単 品 重 量	180g	200g	200g	200g
ケース寸法	L330×W256×H125mm	L330×W256×H125mm	L330×W256×H125mm	L330×W256×H125mm
ケース重量	3.8kg	4.3kg	4.3kg	4.3kg
原 材 料 名	うるち米(国内産)/pH調整剤	うるち米(国内産)、酸味料	うるち米(国内産)/pH調整剤	うるち米(新潟県魚沼産)/pH調整剤
アレルギー28品目	無	無	無	無

商 品 名	ピーエルシーごはん1/20	ピーエルシーごはん1/20小盛	ピーエルシーごはん1/25	ピーエルシーごはん1/25小盛
賞 味 期 間	製造日より7ヵ月	製造日より7ヵ月	製造日より7ヵ月	製造日より7ヵ月
J A N コード	4977113621308	4977113622701	4977113621407	4977113622800
G T I Nコード	14977113622456	24977113622705	14977113622555	14977113622807
荷 姿	180g×20個	150g×20個	180g×20個	140g×20個
内 容 量	180g	150g	180g	140g
単 品 寸 法	W120×D155×H27mm	W120×D155×H27mm	W120×D155×H27mm	W120×D155×H27mm
単 品 重 量	200g	170g	200g	160g
ケース寸法	L330×W256×H125mm	L330×W256×H125mm	L330×W256×H125mm	L330×W256×H125mm
ケース重量	4.3kg	3.7kg	4.3kg	3.5kg
原 材 料 名	うるち米(国内産)/pH調整剤	うるち米(国内産)/pH調整剤	うるち米(国内産)/pH調整剤	うるち米(国内産)/pH調整剤
アレルギー28品目	無	無	無	無