

たんぱく質・鉄・亜鉛・カルシウム補給食品

食べる喜びに安心を添えて  
ヘルシーフード

おかゆの  
おともに

# たんぱくくんパウダー



栄養機能食品(亜鉛)

たんぱく質	鉄	亜鉛	カルシウム
3.0g	2.0mg	2.0mg	50mg

(6gあたり)



梅しそ味



早変わり！

いつものおかゆが  
栄養たっぷりの  
おいしいおかゆに



中華風味



盛りつけ例



味噌かつお味



## オススメポイント

ポイント  
1

栄養補給

たんぱく<sup>\*</sup>補給と味付けが  
同時にできます。

6gあたり、たんぱく質3.0g、鉄2.0mg、  
亜鉛2.0mg、カルシウム50mg配合。

ポイント  
2

簡単・手軽

いつものおかゆに  
混ぜるだけ。

おかゆになじみやすい粉末タイプ。  
1品増やさず、補食の替わりに使えます。

ポイント  
3

おいしい

おいしさに  
こだわりました。

お好みに合わせて選べる3つの味。  
たんぱく味の感じさせないおいしさです。

※たんぱく源として、大豆たんぱく、大豆ペプチド、コラーゲンペプチド、乳たんぱくを使用しました。

## ご利用シーン

- 食事量を増やさずに**栄養強化**したい。
- **手軽**に**低コスト**でたんぱく質を補給したい。
- おかゆの**喫食率**をアップさせたい。

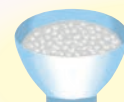


たんぱくくんパウダーが  
解決します！

— おかゆ(全粥)1食200gあたり —

たんぱくくんパウダー6gで  
こんなに栄養価がアップ!

たんぱく質  
3gアップ



たんぱく質2.2g\*  
鉄 微量、亜鉛0.6mg  
カルシウム2mg

たんぱく質5.2g  
鉄2.0mg、亜鉛2.6mg  
カルシウム52mg

※日本食品標準成分表より算出

## ご使用方法

- おかゆ等に混ぜてお召し上がりください。
- おかゆを作る際の水に混ぜてから炊くこともできます。
- おかゆ200gに対して本品6gが目安です。



### 計量の目安

大さじ1…約8g(たんぱく質約4g)  
小さじ1…約2.5g(たんぱく質約1.3g)

・開封後は吸湿しやすいので密封し、お早めにご使用ください。  
・お湯に溶かす場合、ダマになることがあります。よく混ぜてご使用ください。

## 使い方広がる!アレンジレシピ

### ミキサー食の栄養強化に 白身魚の西京焼風

#### 【作り方(二人分)】

1. 焼き魚100gと水またはだし汁100mlをミキサーにかけ、たんぱくくんパウダー味噌かつお味6gとホット&ソフトプラス3g、酒大さじ1、味りん大さじ1/2、砂糖大さじ1/2を加えてさらに混ぜます。
2. 1を鍋に移して、沸騰するまでよく加熱し、型に流して盛り付けます。
3. [たれ]たんぱくくんパウダー味噌かつお味3gをお湯20mlでとき、トロミパワースマイル0.2gでとろみをつけて2にかけます。

#### 【栄養成分】

エネルギー156kcal、  
たんぱく質22.6g



### 調味料として

#### 【作り方(一人分)】

1. ごはん200gでおにぎりを作ります。
2. おにぎりの表面にたんぱくくんパウダー梅しそ味6gをまぶします。

【栄養成分】エネルギー356kcal、たんぱく質8.0g

### ひとくちおにぎり



### トッピングで豪華に

#### 【作り方(一人分)】

1. おかゆ200gにたんぱくくんパウダー中華風味6gを加えてよく混ぜます。
2. 適量のごま油、香菜、ごまと、お好みで鶏肉ペースト等をトッピングします。

【栄養成分】エネルギー206kcal、たんぱく質5.4g

### 中華粥



ホームページにもレシピを多数掲載しています。

ヘルシーフード たんぱくくんパウダー

検索

## ● 栄養成分

	エネルギー kcal	水分 g	たんぱく質 g	脂質 g	炭水化物 g	灰分 g	ナトリウム mg	カリウム mg	カルシウム mg	リン mg	鉄 mg	亜鉛 mg	食塩相当量 g
味噌かつお味	100gあたり	333	6.8	50.0	5.0	22.0	16.2	4970	428	834	617	33.4	33.4
	6gあたり	20	0.4	3.0	0.3	1.3	1.0	298	26	50	37	2.0	0.8
梅しそ味	100gあたり	324	5.3	50.0	2.3	25.9	16.5	5150	210	834	505	33.4	33.4
	6gあたり	19	0.3	3.0	0.1	1.6	1.0	309	13	50	30	2.0	0.8
中華風味	100gあたり	344	5.6	50.0	5.6	23.3	15.5	4970	211	834	430	33.4	33.4
	6gあたり	20	0.3	3.0	0.3	1.4	0.9	298	13	50	26	2.0	0.8

## ● 栄養機能食品(亜鉛)

食生活は、主食、主菜、副菜を基本に、食事のバランスを。亜鉛は、味覚を正常に保つのに必要な栄養素です。亜鉛は、皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素です。亜鉛は、たんぱく質・核酸の代謝に関与して、健康の維持に役立つ栄養素です。1日当たり12gを目安にお召し上がりください。本品は、多量摂取により疾病が治癒したり、より健康が増進するものではありません。亜鉛の摂りすぎは、銅の吸収を阻害するおそれがありますので、過剰摂取にならないよう注意してください。1日の摂取目安量を守ってください。乳幼児・小児は本品の摂取を避けてください。1日当たりの摂取目安量に含まれる機能に関する表示を行っている栄養成分の量が栄養素等表示基準値(2015)(18歳以上、基準熱量2,200kcal)に占める割合：亜鉛45% 本品は、特定保健用食品と異なり、消費者庁長官による個別審査を受けたものではありません。

## ● 原材料

味噌かつお味	粉末味噌(国内製造)、大豆たん白、大豆ペプチド、砂糖、かつお節、コラーゲンペプチド(ゼラチンを含む)、乳清たん白、いりこ、香辛料/調味料(アミノ酸等)、炭酸カルシウム、微粒二酸化ケイ素、カラメル色素、グルコン酸亜鉛、ピロリン酸鉄
梅しそ味	大豆たん白(国内製造)、デキストリン、大豆ペプチド、砂糖、コラーゲンペプチド(ゼラチンを含む)、乳清たん白、梅肉、食塩、かつお節、ドロマイト、赤シソ/調味料(アミノ酸等)、酸味料、グルコン酸亜鉛、ピロリン酸鉄、微粒二酸化ケイ素、紅麴色素
中華風味	大豆たん白(国内製造)、大豆ペプチド、がらエキスパウダー(鶏肉を含む)、砂糖、コラーゲンペプチド(ゼラチンを含む)、乳清たん白、食塩、デキストリン、粉末醤油(小麦を含む)、粉末ごま油、香辛料、ボーケエキスパウダー、たん白加水分解物、バセリ、酵母エキス/調味料(アミノ酸等)、炭酸カルシウム、グルコン酸亜鉛、微粒二酸化ケイ素、ピロリン酸鉄、乳化剤

## ● 規格/JANコード

商品名	規格	JANコード	商品名	規格	JANコード
たんぱくくんパウダー 味噌かつお味 スティック	(6g×40包)×12袋/ケース	4538825352005	たんぱくくんパウダー 味噌かつお味 700g	700g×6袋/ケース	4538825343102
たんぱくくんパウダー 梅しそ味 スティック		4538825352012	たんぱくくんパウダー 梅しそ味 700g		4538825343119
たんぱくくんパウダー 中華風味 スティック		4538825352036	たんぱくくんパウダー 中華風味 700g		4538825343133

- 賞味期限：味噌かつお味…製造日より8ヶ月 梅しそ味・中華風味…製造日より1年

since 1959 病院向け食品のバイオニア



ヘルシーフード株式会社

〒191-0024 東京都日野市万願寺1-34-3  
TEL.042-581-1191 FAX.042-581-2170  
http://www.healthy-food.co.jp