

お召し上がり方

- そのままお召し上がりください。



温める場合

- 湯煎：容器のまま50℃程度の湯に入れ、5～6分温めてください。
- 温冷配膳車等：器に入れ、蓋をして温めてください。

※温めすぎるとやわらかくなり形が崩れますが、室温に戻せば元のかたさになります。
 ※長時間の保温は避けてください。
 ※加熱ムラができるため、電子レンジのご使用はお止めください。



● 栄養成分 (1個65gあたり)

商品名	エネルギー	水分	たんぱく質	脂質	炭水化物	灰分	ナトリウム	カリウム	カルシウム	リン	鉄	亜鉛	食塩相当量
ふんわりムース 白身魚・カニ風味	100kcal	47.8g	8.3g	6.8g	1.4g	0.7g	216mg	16mg	8mg	12mg	0mg	5.7mg	0.5g

商品名	原材料名	JANコード
ふんわりムース 白身魚	魚肉すり身(魚肉、砂糖)(インド製造)、なたね油、コラーゲンペプチド、発酵調味料、食塩/ソルビトール、調味料(アミノ酸等)、ゲル化剤(増粘多糖類)、グルコン酸亜鉛、酸化防止剤(チャ抽出物)、(一部に小麦・卵・豚肉を含む)	4538825570003
ふんわりムース カニ風味	魚肉すり身(魚肉、砂糖)(インド製造)、なたね油、コラーゲンペプチド、発酵調味料、かにエキス、食塩/ソルビトール、調味料(アミノ酸等)、ゲル化剤(増粘多糖類)、グルコン酸亜鉛、酸化防止剤(チャ抽出物)、香料、トマト色素、(一部に小麦・卵・かに・豚肉を含む)	4538825570010

- 規格 65g×24個/ケース
- 賞味期限 製造から9ヶ月

※まれに黒色の粒がありますが、これは原材料由来です。

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。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。亜鉛の摂り過ぎは、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1個を目安にお召し上がりください。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(18歳以上、基準熱量2,200kcal)に占める割合：亜鉛65% 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。

ヘルシーフードの やわらか食品 快食応援団

快食応援団は、素材の味と色を生かして、やわらかく固めた調理済み食品。むせの原因となる食材の粒がなく、口の中でまとまりやすくなめらかなのでごしです。



なめらかおかゆ



なめらかおじや

200g×40袋/ケース



枝豆よせ



ほうれん草のごまあえ



コーンクリーム



にんじんとごぼうのきんぴら

65g×40個/ケース

Healthy Food ヘルシーフード株式会社

〒191-0012 東京都日野市日野756
 TEL.042-581-1191 FAX.042-581-2170
 URL http://www.healthy-food.co.jp

ふんわりムース

栄養機能食品(亜鉛)

ふんわりとしたなめらかな食感で
 飲み込みやすい！
 舌でつぶせる柔らかさです。

白身魚をベースに、素材のおいしさを
 生かしたやさしい味わい

そのまま召し上がれます
 いざという時の常備食として。

カニ風味



白身魚



ふんわりムース 白身魚 65g



ふんわりムース カニ風味 65g

1個 65gあたり

たんぱく質 **8.3g**

エネルギー **100kcal**

亜鉛 **5.7mg**



ヘルシーフード株式会社



栄養成分

たんぱく質とエネルギー、亜鉛をしっかり補給。

たんぱく質
1個で

8.3g

エネルギー
1個で

100kcal

亜鉛
1個で

5.7mg

物性

なめらかな食感で飲み込みやすい。舌でつぶせる柔らかさで、口の中でまとまりやすい物性です。

●物性(平均値)

測定温度	かたさ	凝集性	付着性
20℃	7.4×10 ³ N/m ²	0.4	1.6×10 ² J/m ³
45℃	3.0×10 ³ N/m ²	0.5	1.3×10 ² J/m ³

※測定方法：特別用途食品えん下困難者用食品の試験方法に準じる

味

白身魚をベースに、素材のおいしさを生かしました。やさしい味付けなので、色々なバリエーションが可能です。

こんな方・こんなときに

- 食事が不足しがちな方に
- 体重減少、食欲低下した方に
- 調理の手間をかけられない時に
- 甘いものが苦手な方の補助食品として

栄養補助食品としてそのままやわらかいお食事に。

おかずの一品として

忙しい朝食や、急に食事が必要になった時に、手軽に一品プラスできます。



ふんわりムース1個プラスすると
たんぱく質 8.3g
エネルギー 100kcal アップ

ミキサー食の置き換えとして

主菜のミキサー食と置き換えて、量はそのままたんぱく質とエネルギーをアップ。



主菜の煮魚 65g をふんわりムースに置き換えると
たんぱく質 5.9g → 8.3g
エネルギー 26kcal → 100kcal

ふんわりムースの照煮風



【材料(1食分)】
ふんわりムース 白身魚1個、照煮ソース(みりん5ml、しょうゆ7.5ml、砂糖3g、生姜絞り汁3ml)、トロミパワースマイル適量

【作り方】
①ソースの材料を混ぜてひと煮たちさせ、トロミをつけます。
②ふんわりムースを器に盛り、①のソースをかけます。

ふんわりムースの西京味噌風



【材料(1食分)】
ふんわりムース 白身魚1個、味噌ソース(味噌8g、砂糖5g、みりん2ml、酒2ml)

【作り方】
①ソースの材料を混ぜてひと煮たちさせます。
②ふんわりムースを器に盛り、①のソースをかけます。

ふんわりムースのカニ玉風



【材料(1食分)】
ふんわりムース カニ風味1個、スクランブルエッグ(卵1/2個、塩・胡椒少々、生姜1g、細葱1g)、甘酢あん(だし汁20ml、砂糖2g、酢1ml、しょうゆ2ml)、トロミパワースマイル適量、ごま油適量

【作り方】
①生姜はすりおろし、細葱は小口切りにします。
②甘酢あんの材料を熱し、トロミをつけておきます。
③スクランブルエッグの材料をボウルに入れて軽く混ぜます。
④ごま油を熱したフライパンに③を入れ、半熟になったら火からおろし、ふんわりムースの上に盛り、②をかけます。

栄養強化食材として色々なお食事に。

ミキサー食のつなぎとして

食材と一緒にミキサーにかけるだけ。おいしく栄養たっぷりのミキサー食に!



カニ風味のおじや

230kcal
たんぱく質 10g

【材料(1食分)】
ふんわりムース カニ風味1個、おかゆ200g、塩1g

【作り方】
ふんわりムース、おかゆ、塩をミキサーにかけます。



鶏肉の照焼き

280kcal
たんぱく質 25g

【材料(1食分)】
ふんわりムース 白身魚1個、鶏肉の照焼き65g、ホット&ソフト プラス2g、照焼きのたれ20g、トロミパワースマイル0.2g



【作り方】

①鶏肉の照焼きとふんわりムースをミキサーにかけ、なめらかになったらホット&ソフト プラスを加えてさらにミキサーにかけます。
②①を鍋に移して、ひと煮たちするまで加熱し、型に流します。
③粗熱がとれたら切り分け、盛り付けます。
④トロミをつけたたれをかけます。
※ミキサーが回りにくい場合は加水してください。

豆腐に見立てて



味噌汁

【材料(1食分)】
ふんわりムース 白身魚1個、味噌汁適量

【作り方】
①ふんわりムースをさいの目に切り、お椀に入れます。
②①に粗熱をとった味噌汁を注ぎます。
※ふんわりムースを加えてから煮たせないと、味噌汁が熱いとふんわりムースが崩れます。



冷奴風

【材料(1食分)】
ふんわりムース 白身魚1個、細葱3g、生姜3g、花かつお3g、しょうゆ3ml

【作り方】
①細葱は小口切りに、生姜はすりおろします。
②ふんわりムースを器に盛り、①と花かつおのをせ、しょうゆをかけます。



白和え風

【材料(1食分)】
ふんわりムース 白身魚1個、小松菜30g、人参20g、しめじ20g、練りごま5g、しょうゆ少々

【作り方】
①小松菜と人参、しめじは茹でて粗く刻み、水気を切っておきます。
②ふんわりムースをボウルに入れ、泡だて器でなめらかになるまでよく混ぜ、①、練りごま、しょうゆを加えてよく混ぜます。

キザミ食に!