

# お召し上がり方

## 電子レンジの場合

- 1 冷凍のまま耐熱容器に移し替えラップを軽くかけます。



移し替えずに温める場合はフタを少し開封してください。

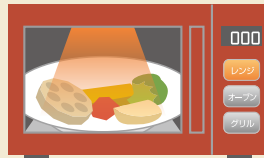
※トレーのまま温める場合は温まりやすいので、加熱時間を加減してください。

- 2 レンジで加熱します。

【温め時間の目安】

1個の場合 **1分30秒～7分**

※温め時間は商品により異なります。詳しくは裏の表をご確認ください。



レンジ弱(200W)の場合

解凍

生もの解凍

ゆっくり加熱

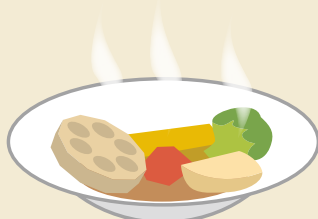
レンジ弱(200W)モードがない場合は、「解凍」「生もの解凍」「ゆっくり加熱」モードなどで温めてください。

※「レンジ」などと表示されたボタンを続けて押すと出力設定が切り替わります。

※食材が壊れやすいので、弱い加熱でゆっくり温めてください。

- 3 できあがり。

※十分に温まらない場合は、適宜時間を延長してください。



## 蒸し器・スチームコンベクションの場合

- 1 蒸し器・スチームコンベクションをあらかじめ80℃に温めておきます。



- 2 冷凍のまま耐熱容器に移し替えラップを軽くかけます。



移し替えずに温める場合はフタを開封せずに温めてください。

- 3 加熱します。

【温め時間の目安】

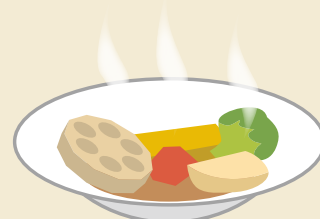
蒸し器 **20分**

スチームコンベクション  
スチーム100% 80℃ **30分**



- 4 できあがり。

※十分に温まらない場合は、適宜時間を延長してください。



# 温め時間の目安

蒸し器、電子レンジ200Wでの温めがおすすめです。

500Wで  
温めた場合

- 電子レンジの機種によっては、冷たい部分や氷塊が残る場合があります。**十分に解凍しないまま使用しますと、氷塊により窒息等の事故を招く場合があります。**
- 十分に温まらない場合は、適宜時間を延長してください。
- 食材が崩れたり、表面が硬くなる場合があります。
- たれ、ソース等が吹きこぼれたり、焦げる場合があります。
- 500Wの欄に時間の記載がないメニューは、500Wをおすすめしていません。

## ●電子レンジ(200W/500W・1個)の場合

			電子レンジ	
	商品番号	メニュー名	200W(推奨)	500W
魚介	0001	銀鮭の塩焼き	3分30秒	—
	0002	さばの塩焼き	3分	—
	0004	ぶりの照焼き	5分	—
	0005	鮭の照焼き 柚子風味	4分	—
	0006	ホタテと野菜のあんかけ	7分	2分20秒
	0007	赤魚の素焼き 銀酢仕立て	5分30秒	—
	0008	ぶり大根	5分30秒	—
	0010	さばの味噌煮	4分30秒	—
	0011	エビグラタン	7分	—
	0012	エビチリ	3分	1分30秒
	肉	0201	鶏とじゃが芋のバター醤油	5分
0202		筑前煮	6分30秒	—
0203		鶏肉の香り醤油焼き	6分	1分50秒
0204		鶏むねの旨煮	5分30秒	2分
0205		酢豚風甘酢煮	5分	1分40秒
0206		豚肉の甘辛炒め	4分30秒	1分50秒
0209		豚の角煮	4分	1分30秒
0210		豚肉の葱塩焼き ポン酢風味	5分	2分
0211		牛肉のオイスターソース焼き	5分	1分40秒
0212		グリルドビーフ	4分	1分40秒
0213		肉じゃが	6分	2分
0214		クリームシチュー	6分30秒	—
0215		ハンバーグ	5分30秒	—
0216		ビーフカレー	6分30秒	2分20秒
0217		豚肉の生姜焼き	4分30秒	—
0218		すき焼き風寄せ煮	5分30秒	2分
0219		牛肉の赤ワイン煮	4分30秒	1分50秒
0222		チキンカツ	5分	—
0223		とん汁	5分30秒	—
0224	牛肉と豆腐の甘辛煮 麻婆風味	5分30秒	—	
野菜	0401	彩り野菜のコンソメ煮	6分30秒	2分10秒
	0402	吹寄せ野菜	5分30秒	1分50秒
	0403	五目ひじき	5分30秒	2分10秒
	0404	海老芋の柚香蒸し	5分	1分50秒
ごはんパン	0903	栗ごはん	5分30秒	1分50秒
	0904	五目ちらし	5分	2分10秒
	0905	ごはん	7分	3分
	0906	赤飯	4分30秒	—
	0907	食パン	3分	—

## ●蒸し器(80℃)の場合

全品共通 20分

## ●スチームコンベクション(スチーム100%・80℃)の場合

全品共通 30分

蒸し加熱 容器のフタを 開けない		電子レンジ加熱 容器のフタを 少し開ける	
蒸し器 20分		200W 6分30秒	
スチームコンベクション 30分			

「あいーと」のパッケージには「200W」使用時の加熱時間が記載されています。十分に温まらない場合は、適宜時間を延長してください。

食べられない人、食べさせたい人の  
食卓に笑顔を提供します

[ 摂食回復支援食 ]



【お問い合わせ窓口】 ☎0120-357-770

イーエヌ大塚製薬株式会社

受付時間 9:00~17:00 (土・日、祝日、弊社休業日は除く)

〒162-0814 東京都新宿区新小川町4-1 KDX飯田橋スクエア2F

あいーと 検索 <http://www.ieat.jp/>