

飲み込みが難しくなってきた方へ



SG スムースグルメセット

スムースグルメ

エネルギー
180~200kcal
程度

たんぱく質
8~9g
程度

おいしく便利な、ムース食のおかずセット
スムースグルメセットです。
エネルギー・たんぱく質量を確保しつつ
食べやすさこだわりました。
バリエーション豊富な20品を
日々のお食事にご活用ください。

主菜1品+
副菜2品
おかずセット

メニューラインナップ
20品



パッケージ画像



現体画像

主菜
(&付け合せ)

副菜

副菜

素材となっているムース・スムースグルメは
飲み込みやすさの基準となる
「硬さ」「付着性」「凝集性」に配慮し
数値管理のもと製造しています。



株式会社はーと&はあとライフサポート

飲み込みが難しくなってきた方へ「主菜1品+副菜2品」おかずセット



スムーズグルメセット ラインナップ 20種

生姜が香る

さばの味噌煮

魚 和食

里芋のずんだ和え

きんぴらごぼう



さばの味噌煮(付け合せ: 大根, いんげん)

■1個(150g)あたり
熱量: 188kcal
たんぱく質: 7.9g
食塩相当量: 1.1g

📺2分30秒
電子レンジ (500w)

商品コード 50200001
98844 150g×9/2

エビとイカのムースで

海鮮と野菜の中華旨煮

魚 中華

椎茸の照り煮

里芋とかぼちゃのそぼろあん



海鮮と野菜の中華旨煮(具材: エビ, イカ, にんじん, 玉ねぎ, ピーマン)

■1個(155g)あたり
熱量: 182kcal
たんぱく質: 8.2g
食塩相当量: 1.2g

📺2分30秒
電子レンジ (500w)

商品コード 50200019
98836 155g×9/2

塩焼きの味わいを再現

あじの塩焼き風

魚 和食

いんげんのごま和え

里芋といかの煮物



あじの塩焼き風(付け合せ: にんじん, たまご)

■1個(140g)あたり
熱量: 183kcal
たんぱく質: 7.8g
食塩相当量: 1.1g

📺2分30秒
電子レンジ (500w)

商品コード 50200003
98831 140g×9/2

旨みたっぷり

白身魚の中華あん

魚 中華

さつまいもの蜜がけ

カリフラワーと枝豆のサラダ



白身魚の中華あん(付け合せ: にんじん, 椎茸, ピーマン)

■1個(140g)あたり
熱量: 192kcal
たんぱく質: 7.6g
食塩相当量: 1.2g

📺2分00秒
電子レンジ (500w)

商品コード 50200018
98877 140g×9/2

西京味噌の上品な甘さ

さわらの西京焼き風

魚 和食

さつまいもの小倉あん

ほうれん草のお浸し



さわらの西京焼き風(付け合せ: 長ネギ, たけのこ)

■1個(155g)あたり
熱量: 181kcal
たんぱく質: 8.1g
食塩相当量: 1.2g

📺2分50秒
電子レンジ (500w)

商品コード 50200002
98845 155g×9/2

エビの旨み

エビのチリソース

魚 中華

スイートかぼちゃ

キャベツとにんじんのマヨサラダ



エビのチリソース(付け合せ: いんげん, ナス)

■1個(145g)あたり
熱量: 189kcal
たんぱく質: 7.7g
食塩相当量: 1.2g

📺2分20秒
電子レンジ (500w)

商品コード 50200020
98834 145g×9/2

まろやかな味わい

鮭のタルタルソース

魚 洋食

かぼちゃの蜂蜜生姜

キャベツのコンソメ煮



鮭のタルタルソース(付け合せ: ほうれん草, 玉ねぎ(タルタルソース))

■1個(140g)あたり
熱量: 199kcal
たんぱく質: 7.5g
食塩相当量: 1.1g

📺2分20秒
電子レンジ (500w)

商品コード 502000015
98842 140g×9/2

だしのきいた、具だくさん卵料理

ふくさたまご風

卵 和食

カリフラワーの明太マヨサラダ

里芋と昆布の照り煮



ふくさたまご風(具材: たまご, 枝豆, にんじん, 椎茸)

■1個(155g)あたり
熱量: 204kcal
たんぱく質: 7.5g
食塩相当量: 1.3g

📺2分30秒
電子レンジ (500w)

商品コード 50200004
98888 155g×9/2

まろやかなクリームソースで

カレイのクリーム煮

魚 洋食

ブロッコリーのトマトソースかけ

じゃがいものコンソメ風



カレイのクリーム煮(付け合せ: ほうれん草, パプリカ(黄))

■1個(145g)あたり
熱量: 188kcal
たんぱく質: 8.7g
食塩相当量: 1.0g

📺2分50秒
電子レンジ (500w)

商品コード 50200005
98837 145g×9/2

しっとりなめらかな卵の食感

オムレツプレート

卵 洋食

なすのバター醤油

枝豆とエビのサラダ



オムレツプレート(付け合せ: カリフラワー, ブロッコリー)

■1個(140g)あたり
熱量: 228kcal
たんぱく質: 7.3g
食塩相当量: 1.0g

📺2分00秒
電子レンジ (500w)

商品コード 50200006
98835 140g×9/2

根菜たっぷり煮物の定番

筑前煮

肉 和食

里芋の明太マヨソース ブロccoliの卵あんかけ



筑前煮 (具材：チン、ごぼう、れんこん、にんじん、椎茸)

■1個(145g)あたり
熱量:188kcal
たんぱく質:6.6g
食塩相当量:1.1g

2分00秒
電子レンジ (500w)

商品コード 50200008
98882 145g×9/2

ごちそうメニュー

ビーフステーキ風

肉 洋食

明太マヨポテト いんげんとコーンのコンソメソース



■1個(150g)あたり
熱量:192kcal
たんぱく質:8.0g
食塩相当量:1.0g

2分40秒
電子レンジ (500w)

商品コード 50200011
98887 150g×9/2

ビーフステーキ風 (付け合せ：カリフラワー、にんじん、玉ねぎ)

粗つぶしの玉葱ムース入り生姜だれ

豚肉の生姜焼き風

肉 和食

さつまいもの蜜がけ ひじき煮



豚肉の生姜焼き風 (付け合せ：キャベツ、玉ねぎ(生姜焼きの外))

■1個(140g)あたり
熱量:193kcal
たんぱく質:8.0g
食塩相当量:1.1g

2分20秒
電子レンジ (500w)

商品コード 50200012
98889 140g×9/2

鮮やかな彩り

チキンのトマト煮込み

肉 洋食

ポテトのクリームソースかけ 鮭のマリネ



■1個(140g)あたり
熱量:209kcal
たんぱく質:8.3g
食塩相当量:1.0g

2分30秒
電子レンジ (500w)

商品コード 50200010
98880 140g×9/2

チキンのトマト煮込み (付け合せ：ブロッコリー)

さっぱりとした

牛肉のみぞれ煮

肉 和食

かぼちゃのごま和え きんぴらごぼう



牛肉のみぞれ煮 (付け合せ：椎茸、ほうれん草)

■1個(140g)あたり
熱量:190kcal
たんぱく質:7.3g
食塩相当量:1.0g

2分30秒
電子レンジ (500w)

商品コード 50200014
98840 140g×9/2

みんな大好き

ビーフカレー

肉 洋食

トマトのマリネ カリフラワーと枝豆のサラダ



■1個(150g)あたり
熱量:193kcal
たんぱく質:7.0g
食塩相当量:1.1g

2分40秒
電子レンジ (500w)

商品コード 50200009
98886 150g×9/2

ビーフカレー (具材：ビーフ、じゃが芋、にんじん、玉ねぎ)

たれが決め手

チキンのねぎ塩たれ

肉 和食

スイートかぼちゃ エビのタルタル



チキンのねぎ塩たれ (付け合せ：ほうれん草、長ネギ)

■1個(140g)あたり
熱量:227kcal
たんぱく質:8.8g
食塩相当量:1.0g

2分20秒
電子レンジ (500w)

商品コード 50200007
98881 140g×9/2

おなじみの鶏肉料理

鶏の照焼き風

肉 和食

ふるふき大根 きゅうりとひじきの酢の物



■1個(145g)あたり
熱量:190kcal
たんぱく質:7.0g
食塩相当量:0.9g

2分30秒
電子レンジ (500w)

商品コード 50200021
98884 145g×9/2

鶏の照焼き風 (付け合せ：長ネギ、にんじん)

おふくろの味

肉じゃが

肉 和食

ブロッコリーの鰹風味 ひじきとれんこんの胡麻マヨ和え



肉じゃが (具材：ポーク、じゃが芋、にんじん、玉ねぎ)

■1個(135g)あたり
熱量:182kcal
たんぱく質:6.5g
食塩相当量:1.0g

2分10秒
電子レンジ (500w)

商品コード 50200013
98885 135g×9/2

人気の中華メニュー

ホイコーロー

肉 中華

かぼちゃの蜂蜜生姜 ナスの中華和え



■1個(145g)あたり
熱量:191kcal
たんぱく質:6.8g
食塩相当量:1.2g

2分20秒
電子レンジ (500w)

商品コード 50200017
98890 145g×9/2

ホイコーロー (具材：ポーク、キャベツ、ピーマン)

<ご注文方法> 以下の2つの方法からお選びください。

1. お好みセレクト

- 20種類の中から好きな商品・個数をお選びください。
- 1食からお届けします。

【商品価格】

・1食 490円(税別) 配送料 1回400円(税別)

※注文総額5,500円以上(税別)のご購入の場合は配送料無料。

2. おまかせ定期便

✓Aコース(7食セット)

✓Bコース(14食セット)

- お客様のご指定の曜日に、毎週7食(Aコース)または14食(Bコース)ずつお届けします。
(お届けは午前または午後のご指定をお願いします。但し、配達時間のご指定はお受けできません。)
- Aコース・Bコースとも、商品の選択は当社にお任せいただきます。

【商品(コース)価格】

・Aコース(7食セット) 3,670円(税別・送料込)

・Bコース(14食セット) 6,720円(税別・送料込)

★おまかせ定期便のキャンセル・停止・指定曜日変更は、ご指定曜日前日の正午までにご連絡下さい。

★配達時ご不在の場合、商品は持ち帰らせていただきます。(再配達はいたしません)。その際、送料として400円(税別)を別途申し受けます。商品代は頂きませんが、ご指定曜日には必ずご在宅下さい。

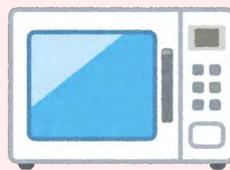
スムースグルメセット 調理方法(電子レンジ)

STEP 1



①袋の端をハサミで少し切る。

STEP 2



②電子レンジ(500W)で表示の時間を目安に加熱してください。

※加熱時間表示は目安です。電子レンジの機種や性能により異なります。
※加熱しすぎないようにご注意ください。

お届け・ご利用上の注意

- スムースグルメセットは全商品冷凍でお届けします。
- お受け取り後は速やかに冷凍(-18℃以下)で保存して下さい。
- 加熱後はできるだけお早めにお召し上がりください。
- 食事介助が必要な方は飲み込む力に個人差があるので、飲み込むまで必ず様子を見守ってください。
- むせた場合は直ちにご利用をおやめください。
- 召し上がる方の飲み込み状況によって、適する食品や食べ方が異なります。医師や専門家と相談の上、それぞれに合ったものをお選びください。

ご注文・お問い合わせ

株式会社はーと&はあとライフサポート

0120-876-810 (通話無料 受付9:00~17:30)



Heart & Heart

<本社> 〒601-8141 京都市南区上鳥羽卯ノ花46番地
TEL075-681-8139 / FAX075-681-8102

<北摂オフィス> 〒567-0875 大阪府茨木市若草町5番31号
TEL072-645-8101 / FAX072-645-8107

商品製造元  日東ベスト株式会社