



## ふわとろ天津飯

商品イメージ  
次週献立は  
こちらから



### 材 料

	2人前	3~4人前
・凍 どんぶり職人 天津飯の素 2パック(440g)		4パック(880g)
【家庭で用意】		
・ごはん	2人前	3~4人前

### 作り方

レンジ 500W トースター 800W

#### 【下ごしらえ】

どんぶり職人 天津飯の素は調理前まで冷凍庫に保存してください。

- ① 沸騰したお湯でどんぶり職人 天津飯の素を8分湯煎します。
- ② ①を温かいごはんの上にかけてからできあがり。

(栄養成分1人前(370g)あたり)(全体を2人分として計算)

☐ 441kcal ☐ 11.9g ☐ 13.0g ☐ 71.7g ☐ 2.2g

※栄養量の表示には、1人分のご飯(目安:茶碗1杯分(150g))も含めております。

アレルゲン	小麦	乳成分	卵	そば	落花生	えび	かに	くるみ
どんぶり職人 天津飯の素	●	●	●				●	

※アレルギー物質はお届け商品の特定原材料8品目(小麦、乳成分、卵、そば、落花生、えび、かに、くるみ)を表記してあります。

※エネルギー・栄養成分値は、レシピ記載の分量で調理した場合の目安です(お好みで加える調味料やドレッシング類は含まれていません)。

※特定原材料に準ずるもの(推奨表示)については裏面の原材料名を参考にしてください。