お魚のお惣菜

四季折々の新鮮な海の幸。
旬のお魚をお届けします。

img未入稿

pac未入稿

コピーお願いします。●●●●●●●●●●●●●●●●●●●●●●●●●●●●●●●●●●●

カロリー ●●kcal 食塩相当量 ●●

27 不明 ●●

鰹そぼろ（徳用パック）
●●
税別¥1,000（税込¥1,080）

油で揚げる
フライパン

長崎県産の甘鯛のすり身を主原料とし、人参、ゴボウ、ネギを刻んで混ぜ込んでいます。油で揚げるもよし、フライパンで調理もできる優れものです。

カロリー 137kcal 食塩相当量 0.89g

28 冷凍 6ヵ月 小麦 卵

甘鯛うまかバーグ
28g×6個
税別¥449（税込¥484）

コピーお願いします。●
●●●●●●●●●●
グリル

山口県で水揚げされた新鮮な甘鯛を、純米大吟醸酒の粕にじっくりと漬け込みました。隠し味に操業100年以上の老舗味噌屋の味噌を使用しています。

カロリー 120kcal 食塩相当量 0.7g

32 冷凍 2ヵ月

山口県産 甘鯛の粕漬
1尾
税別¥897（税込¥968）

マレーシア産の天然エビに衣を付けて揚げました。油調済みですのでレンジで温めて簡単にお召し上がり頂けます。

カロリー 236kcal 食塩相当量 0.8g

29 冷凍 3ヵ月 小麦 卵 エビ

レンジでエビフライ
135g（5尾）
税別¥972（税込¥1,049）

独特の臭みの少ない
一夜干しの穴子
グリル

山陰沖で獲れるアナゴはサイズが大きく、身も厚いのが特徴。そのまま焼いても、焼いた後甘タレに漬けて焼いても美味しいです。

カロリー 167kcal 食塩相当量 1.1g

30 冷凍 3ヵ月

あなご一夜干し
3～5切れ 110g
税別¥862（税込¥930）

玄界灘で漁獲された大型のあじを低ミネラル塩と温泉水のみ使用し、素材本来の旨味を最大限に活かした干物に仕上げました。

カロリー 125kcal 食塩相当量 1.3g

31 冷凍 3ヵ月

国産大あじ開き
180g（1枚）
税別¥618（税込¥667）

海老の食感・旨みが味わえる様、潰さずに丸ごと入れて作ったプリプリのえびカツ。カツ全体の3割を海老が占めています。

カロリー 197kcal 食塩相当量 1.0g

33 冷凍 25ヵ月 小麦 エビ

デリカえびカツ
50g×5枚
税別¥1,002（税込¥1,082）

鮮度の良い鯛を切り身にし、白味噌、やまいも、鰹だしの特製のタレに漬け込み丁寧に仕上げました。

カロリー 109kcal 食塩相当量 0.9g

34 冷凍 3ヵ月 小麦

吟月 愛媛産鯛さつま飯丼
100g
税別¥793（税込¥856）

シジミの「旨味」はコハク酸です。シジミは冷凍によって「旨味」が増します。冷凍のまま加熱調理してご使用ください。

カロリー 64kcal 食塩相当量 0.4g

35 冷凍 6ヵ月

宍道湖大和しじみ
180g
税別¥484（税込¥522）

畑・山・海の粘りある食材をミックス
冷蔵庫解凍
流水解凍

シャキシャキとした食感の国産山芋にオクラと芽かぶを加え、白醤油で薄味をつけました。

カロリー 43kcal 食塩相当量 0.6g

36 冷凍 1年 小麦

オクラと芽かぶの山芋あえ
50g×4
税別¥342（税込¥369）

油で揚げる
フライパン

西日本を代表する白身魚「さわら」は、程よい脂のりとほのかな甘みがある上品な味わいです。

カロリー 94kcal 食塩相当量 1.4g

37 冷凍 3ヵ月

灰干し さわら
100g（2切）
税別¥721（税込¥778）

電子レンジ
冷蔵庫解凍

長崎で水揚げされたブリを丁寧に切り身加工し、下味を付けて油で揚げました。自然解凍後そのまま召し上がれます。

カロリー 237kcal 食塩相当量 0.6g

38 冷凍 6ヵ月 小麦

そのまま食べられる鰤の竜田揚げ
130g
税別¥579（税込¥625）

スライス済みでそのまま刺身に！
冷蔵庫解凍

広島県阿多田島で養殖した真鯛を生食用にスライス加工しました。野菜とあわせてカルパッチョはもちろんお茶漬けに乗せてもおいしいです。

カロリー 146kcal 食塩相当量 0.1g

39 冷凍 3ヵ月

広島産真鯛スライス（刺身・カルパッチョ用）
70g
税別¥675（税込¥729）

柔らかな身でやさしい味のするさわらを程良く甘酢で漬け込みました。

カロリー 173kcal 食塩相当量 0.8g

40 冷凍 6ヵ月

さわらの昆布〆
1枚（160g）
税別¥649（税込¥700）

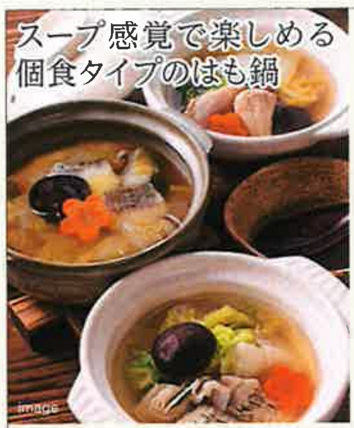
日本海で漁獲された「天然ぶり」

日本海で漁獲された「天然ぶり」を下処理し1切80gカットしました。冷蔵庫で1日置くと一層味が浸透し美味しくなります。

カロリー 304kcal 食塩相当量 0.1g

41 冷凍 6ヵ月

ぶり味噌漬
200g（2切160g・味噌40g）
税別¥656（税込¥708）



上品でやさしい甘みのはも鍋です。相性の良いカツオ出汁がより旨みを引き立てます。

カロリー 39kcal 食塩相当量 0.5g

42 冷凍 3ヵ月 小麦

徳島「吟月」の海鮮個食鍋 はも鍋
230g
税別¥824（税込¥889）

解凍してごはんに乗せるだけ
自然解凍

焼津港に水揚げされた巻き網船の鮮度の良いきはだまぐろを使用し、丸大豆醤油で製造されたシンプルなタレに漬け込みました。

カロリー 100kcal 食塩相当量 2.8g

43 冷凍 1ヵ月 小麦

きはだまぐろ漬け丼の具
160g（2パック）
税別¥778（税込¥840）

北海道産真鱈使用
電子レンジ

切り身にして、骨を除去した後に衣を付けて揚げました。電子レンジ加熱でさっくりした食感が味わえるフライです。

カロリー 169kcal 食塩相当量 1.4g

44 冷凍 3ヵ月 小麦 卵

さっくり鱈フライ（油調済）
100g
税別¥598（税込¥645）

北海道産の秋鮭
電子レンジ

骨と皮を取り除いてから遺伝子組み換えでない油で揚げました。電子レンジ加熱専用品です。

カロリー 200kcal 食塩相当量 1.3g

45 冷凍 3ヵ月 小麦 卵

さっくり鮭フライ（油調済）
100g
税別¥636（税込¥686）

たんぱくな白身の真鯛をカツオ出汁で風味良く仕上げ、野菜と一緒に手軽な個食鍋にしました。

カロリー 38kcal 食塩相当量 0.5g

46 冷凍 3ヵ月 小麦

徳島「吟月」の海鮮個食鍋 たい鍋
230g
税別¥824（税込¥889）

スープ感覚で楽しめる個食タイプのふぐ鍋です。ふぐはシロサバフグを使用。ほっと温まる一品です。

カロリー 25kcal 食塩相当量 0.5g

47 冷凍 3ヵ月 小麦

徳島「吟月」の海鮮個食鍋 ふぐ鍋
230g
税別¥824（税込¥889）

愛媛県宇和島名産のじゃこ天
自然解凍

魚の骨と皮まですべてすり身にして揚げたじゃこ天とレンコンの歯ごたえやエキスが素材本来の旨味を際立たせます。

カロリー 114kcal 食塩相当量 1.4g

48 冷凍 1ヵ月

ジャ子のレンコン天
3枚入
税別¥590（税込¥637）

少し炙るとよりおいしく！
自然解凍

魚の骨と皮まですべてすり身にして揚げた揚げかまぼこです。国産のごぼうを混ぜ込み、風味豊かな商品に仕上がっております。

カロリー 111kcal 食塩相当量 1.3g

49 冷凍 1ヵ月

ジャ子のごぼう天
3枚入
税別¥590（税込¥637）

お子様のおやつにも！
自然解凍

小骨ごとすり潰したじゃこ天は旨味も栄養もまるごと食べられます。

カロリー 130kcal 食塩相当量 1.7g

50 冷凍 1ヵ月

ジャ子のじゃこ天
3枚（約150g）
税別¥590（税込¥637）

アレルゲンについては特定原材料7品目を表示しています。