セット名		商品表示	規格	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	レンジ時間
セットC	セットA	赤魚の素焼き　甘酢あんかけ	75g	54kcal	6.8g	1.1g	4.0g	0.9g	5分30秒
		鮭とじゃがいものバター醤油	93g	116kcal	6.5g	8.1g	4.1g	0.9g	5分30秒
		八宝菜	109g	85kcal	5.8g	4.3g	5.6g	1.1g	6分30秒
		クリームソースオムレツ	108g	116kcal	4.8g	6.0g	10.6g	1.1g	7分30秒
		豚の角煮	57g	106kcal	6.0g	7.9g	2.8g	0.9g	4分00秒
		たっぷり野菜のビーフカレー	129g	120kcal	4.4g	5.0g	14.5g	1.4g	7分30秒
		肉じゃが	110g	85kcal	5.8g	2.3g	10.2g	1.1g	7分30秒
		リンゴとさつま芋のカスタード	101g	189kcal	3.0g	8.7g	24.6g	0.1g	5分00秒
		豚肉の生姜炒め	77g	120kcal	5.5g	9.7g	3.2g	1.2g	5分00秒
		鶏肉のトマト煮	120g	83kcal	6.1g	4.2g	5.9g	1.7g	7分00秒
		酢豚風黒酢あんかけ	96g	76kcal	4.7g	1.6g	10.7g	1.1g	7分00秒
		五目ちらし	91g	117kcal	2.7g	0.8g	24.7g	0.9g	5分00秒
	セットB	ぶり大根	96g	89kcal	8.7g	2.2g	8.6g	1.2g	6分00秒
		鮭の照焼き　柚子風味	80g	131kcal	7.5g	6.7g	9.7g	1.2g	5分00秒
		エビと玉子のチリソースがけ	83g	81kcal	5.6g	3.7g	6.5g	1.4g	5分00秒
		すき焼き風寄せ煮	93g	78kcal	6.2g	1.8g	9.3g	1.3g	5分30秒
		具だくさんシチュー	112g	119kcal	4.2g	6.1g	11.7g	1.1g	6分30秒
		デミグラスハンバーグ	102g	161kcal	13.6g	7.8g	9.1g	1.0g	5分30秒
		牛肉の赤ワイン煮　マッシュポテト添え	80g	81kcal	8.6g	2.5g	6.0g	0.9g	4分30秒
		鶏肉と野菜のポトフ	111g	42kcal	3.5g	0.5g	5.8g	0.8g	7分00秒
		筑前煮	107g	75kcal	5.9g	1.7g	8.8g	1.2g	6分00秒
		豚肉のオイスターソース炒め	98g	73kcal	5.6g	2.3g	8.0g	1.5g	6分00秒
		チキン南蛮	115g	172kcal	8.4g	10.6g	11.6g	1.8g	6分30秒
		かけうどん	111g	31kcal	1.0g	0.0g	6.3g	0.7g	7分00秒

※レンジ時間は200W（推奨）での表記です。