

◆キッコーマン



●だしわりしょうゆ

天然だしをミックスした、まろやかなうま味。一般の醤油に比べ、低塩・低リン・低カリウムです。

1本 500ml **700** 円

◆キッコーマン

お取り寄せ



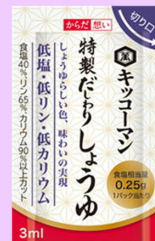
●だしわりしょうゆ

天然だしをミックスした、まろやかなうま味。小袋なので保存がききます。食塩50%・リン60%・カリウム90%以上カット！

3ml × 30パック **360** 円

◆キッコーマン

お取り寄せ



●特製だしわりしょうゆ

よりしょうゆらしい色・味・味いを実現しました。小袋なので保存がききます。食塩40%・リン65%・カリウム90%以上カット！

3ml × 30パック **360** 円

◆キッコーマン



●だしわり旨みしょうゆ

酸化を防ぐ密閉ボトルで新鮮さを保てます。一滴単位で使用量を調整出来て、減塩にも役立ちます。

1本 200ml **510** 円



◆フードケア

お取り寄せ



●低塩しょうゆ

天然だし100%で無添加。煮物・鍋物・麺つゆとしても利用できます。低塩・低リン・低カリウムです。

1本 1L **950** 円

◆キッセイ

お取り寄せ



●げんたしょうゆ

だしを使わず、醤油本来の味。だしを使わず、醤油本来の味。リン・カリウム控えめの醤油です。

1本 500ml **800** 円

◆キッセイ

お取り寄せ



●げんたつゆ

本格天然だしが生きた、リン・カリウム控えめのつゆの素です。

1本 500ml **1,450** 円

◆キッコーマン



●だしわりつゆの素

かつおと昆布の合わせだし。低塩・低リン・低カリウムです。

1本 500ml **970** 円

●栄養成分表

販売元		目安量	エネルギー kcal	たんぱく質 g	カリウム mg	リン mg	カルシウム mg	鉄 mg	食物繊維 g	食塩量 g
キッコーマン	だしわりしょうゆ	大さじ1 (18g)	18	0.6	4.0	6.8	1.5	-	微量	1.06
キッコーマン	だしわりしょうゆ	1パック (3ml)	3	0.1	0.74	1.26	0.27	-	0	0.19
キッコーマン	特選だしわりしょうゆ	1パック (3ml)	2	0.1	0.83	1.33	0.22	-	0	0.25
キッコーマン	だしわり旨みしょうゆ	1.5mlあたり	1.6	0.08	0.56	1.05	0.19	-	0	0.18
フードケア	低塩しょうゆ	大さじ1 (18g)	11	0.7	34	12.1	-	-	-	1.15
キッセイ	げんたしょうゆ	大さじ1 (18g)	19	0.6	5.1	6.9	-	-	-	1.2
キッセイ	げんたつゆ	大さじ1 (17g)	20	1.0	32	15	-	-	-	1.5
キッコーマン	だしわりつゆの素	大さじ1 (18g)	20	0.8	17	13	1.8	-	0.05	1.45

価格や取り扱いが予告なく変更する場合がございます。ご了承ください。

◆シマヤ



●塩分77%カットだしの素

塩分を77%カットした減塩タイプのだしの素です。みそ汁、鍋物、煮物などにご利用いただけます。

1袋 500g **1,000** 円 4g×15本 **280** 円

◆フードケア



お取り寄せ

●低塩 中濃ソース

一般の中濃ソースの比べ、塩分60%カット!! 塩分・リン・カリウム控えめです。本格派の中濃ソースです。

1本 550g **470** 円 1袋 5g×50袋 **500** 円

◆キッコーマン



●だしわり ぼんず

さっぱりした酸味が引き立ち、お料理のアクセントにもなり食欲をそそります。低塩・低リン・低カリウムです。

1本 250ml **640** 円

◆タケヤ

お取り寄せ



●減塩みそ

自家培養酵母で丁寧に作った塩分控えめの信州みそです。みそ汁や炒め物など幅広く利用いただけます。

1個 450g **440** 円

◆ハグルマ

お取り寄せ



●食塩不使用 ヘルシーケチャップ

食塩不使用で、添加物も不使用です。トマト本来の美味しさがいきています。有機トマト100%使用。

1本 290g **410** 円

◆ポッカサッポロ

お取り寄せ



●ウレシオ

塩化カリウムを使用せず、レモンの酸味で塩味を引き立てた減塩のお塩です。

1袋 100g **280** 円

◆ポッカサッポロ

終売のため
取り扱い終了



●減塩おうちスープ

お湯を入れてすぐのできる塩分25%オフのスープです。

8袋入り **420** 円

◆アマノフーズ



●減塩 五目中華スープ

5種類の具材が入ったごま油香る、風味豊かな中華スープです。お湯を注ぐだけで出来立ての風味を味わえます。

5食入り **400** 円

◆アマノフーズ



●いつものおみそ汁 5食バラエティセット

お湯をそそぐだけで、塩分控えめです。なす、とうふ、なめこ、赤だし、野菜の5種類のバラエティパックです。

1袋 5種類 各1入り **600** 円

◆アマノフーズ

お取り寄せ



●減塩にゅうめん すまし柚子

和風だしに柚子の香りが効いたさっぱりとしたにゅうめんです。塩分控えめなので毎日おいしくお召し上がりいただけます。

1食 12.9g **260** 円

●栄養成分表

販売元	商品	目安量	エネルギー kcal	たんぱく質 g	カリウム mg	リン mg	カルシウム mg	鉄 mg	食物繊維 g	食塩量 g
シマヤ	塩分77%カットだしの素 500g	小さじ1(3g)	11	0.7	4	6~10	-	-	-	0.3
シマヤ	塩分77%カットだしの素 4g×15本	1本(4g)	15	0.9	4.6	7	-	-	-	0.4
フードケア	低塩中濃ソース 550g	大さじ1(18g)	23	0.1	15	2.2	-	-	0.14	0.4
フードケア	低塩中濃ソース 5g×10袋	1袋(5g)	6.4	0.03	4	0.6	-	-	0.04	0.1
キッコーマン	だしわりぼんず	大さじ1(18g)	9	0.3	4	5.7	1.2	-	0.02	0.79
タケヤ	減塩みそ	大さじ1(18g)	38	2.2	-	-	-	-	-	0.9
ハグルマ	食塩不使用ヘルシーケチャップ	大さじ1(18g)	18	0.3	104	8	-	-	-	0.007
ポッカサッポロ	ウレシオ	100g	218	0.3	32.7	-	-	-	-	44.9
ポッカサッポロ	減塩おうちスープ 3種のアソートパック	1食	51~61	0.7~1.0	92~166	32~43	-	-	-	0.7~1.0
アマノフーズ	五目中華スープ	1食	29	1.3	-	-	-	-	-	0.93
アマノフーズ	いつものおみそ汁 5種バラエティセット	1食	25~41	1.4~2.3	-	-	-	-	-	0.9~1.2
アマノフーズ	にゅうめん すまし柚子	1食	52	2.1	-	-	-	-	-	1

価格や取り扱いが予告なく変更する場合がございます。ご了承ください。

◆ホリカフーズ



梅り梅

梅肉をたっぷり使用しています。合成着色料、保存料不使用。塩分・リン・カリウム控えめです。

6g×5袋 **120円**



のり佃煮

上質の海苔を使用しています。塩分・リン・カリウム控えめです。

8g×5袋 **140円**

お取り寄せ



かつお削りみそ

鰹節の素材感と味噌の旨味を凝縮しています。塩分・リン・カリウム控えめです。

7g×40袋 **980円**

◆ジャネフ

お取り寄せ



●ゆずみそ

ゆずの風味豊かに仕上げています。野菜や豆腐料理にも使用できます。

7g×40個 **1,280円**



●たいみそ

風味豊かに仕上げています。野菜や豆腐料理にも使用できます。

7g×40個 **1,280円**

◆ジャネフ



●ごはんにあうソース 明太風味

手軽に明太の風味を味わうことができます。1袋60kcal補給できます。

10g×5袋 **170円**



●ごはんにあうソース たまご風味

手軽にたまごかけごはんの風味を味わうことができます。1袋60kcal補給できます。

10g×5袋 **170円**

◆ライフプロモート

お取り寄せ



●減塩コンソメ

食品添加物不使用でリン、カリウム、塩分をカットした旨味たっぷりの顆粒調味料です。



●減塩中華だし

各 5g×6包 **360円**

◆マルハニチロ



●減塩さばみそ煮N 中性脂肪を低下させる

中性脂肪を低下させるDHAとEPAを豊富に含みます。35%塩分カット。

190g **380円**

減塩のコツ

① 献立にメリハリをつけましょう! ② 減塩調味料を活用しましょう!



減塩を意識して、全て薄くしてしまうと物足りなくなってしまう。メインをしっかり味付けし、他は薄味にし、味にメリハリをつけましょう。



使う頻度の多い調味料は、減塩のものにかえることで、ムリなく減塩することができます。

●栄養成分表

販売元	商品	目安量	エネルギー kcal	たんぱく質 g	カリウム mg	リン mg	カルシウム mg	鉄 mg	食物繊維 g	食塩量 g
ホリカフーズ	梅り梅	1袋(6g)	3	0.05	2	0.4	0.7	0.03	-	0.3
ホリカフーズ	のり佃煮	1袋(8g)	10	0.2	2	2	4	0.05	-	0.3
ホリカフーズ	かつお削りみそ	1袋(7g)	13	0.9	12	7	1	0.09	-	0.3
ジャネフ	ゆずみそ	1袋(7g)	16	0.6	20	7	-	0.1	-	0.2
ジャネフ	たいみそ	1袋(7g)	15	0.6	17	7	-	-	-	0.2
ジャネフ	ごはんにあうソース明太風味	1袋(10g)	60	0.2	8	5	-	-	-	0.3
ジャネフ	ごはんにあうソースたまご風味	1袋(10g)	60	0.2	3	7	-	-	-	0.4
ライフプロモート	減塩コンソメ 化学調味料無添加	1包(5g)	15	0.3	6.5	1.2	-	-	-	1.2
ライフプロモート	減塩中華だし 化学調味料無添加	1包(5g)	14	0.4	8	3	-	-	-	1.4
マルハニチロ	減塩さばみそ煮N 中性脂肪を低下させる	1缶(190g)	222~592	28.8	-	-	-	-	-	1.1

価格や取り扱いが予告なく変更する場合がございます。ご了承ください。