

／おやつで手軽に／ 食物繊維

不足しがちな食物繊維を、
おいしく補給しませんか？



食物繊維は、野菜や穀物、豆類、海藻類などに含まれ、健康的な食生活を支える大切な栄養素です。

食物繊維に期待される働き

- ✓ おなかの調子を整える
- ✓ すっきりとした毎日をサポート
- ✓ 腸内環境を整える手助け
- ✓ 食後の血糖値上昇を穏やかにする働き
- ✓ 健康的な食生活をサポート

※健康効果には個人差があります。



おすすめ商品

昆布由来の食物繊維を含む、噛むほどにうま味が広がるロングセラー。おやつや小腹満たしにもおすすめです。

100gあたりの食物繊維
39.0g



おしゃぶりこんぶ

- 内容量/22g
- ケース入数/15入
- 賞味期間/180日
- 販売期間/通年

希望小売価格
特 400円 (税別)

JANコード：4973728 910196



9大
アレルギー
不使用
食物繊維
豊富

発芽玄米とブランを使用。
香ばしい生地とやさしい甘さが楽しめます。



100gあたりの食物繊維
3.9g



発芽玄米ブランのサンド

- 内容量/9枚 (1枚×9袋)
- ケース入数/15入
- 賞味期間/240日
- 販売期間/通年

希望小売価格
特 380円 (税別)

JANコード：4973728 907578



食物繊維
含有
鉄分
豊富
カルシウム
豊富

情報 かわら版



サンコーHPは
こちらから➡



商品価格はいずれも希望小売価格です。

目次

- おやつで手軽に食物繊維！
- 食物繊維豊富、鉄分豊富、カルシウム豊富マークについて
- 氷砂糖でつくる手作りフルーツビネガー
- 8月のおすすめ商品

100gあたりの食物繊維
3.5g



芋けんぴ

- 内容量/90g
- ケース入数/15入
- 賞味期間/120日
- 販売期間/通年

希望小売価格
290円 (税別)

JANコード：4973728 906397



さつまいもの
自然なおいしさ。
食物繊維を含み、
お茶請けにも
ぴったりです。

9大
アレルギー
不使用
食物繊維
含有



国産野菜のかりんとう

- 内容量/20g×4連
- ケース入数/15入
- 賞味期間/90日
- 販売期間/通年

希望小売価格
特 290円 (税別)

JANコード：4973728 906779



国産野菜を使用した
食べきりサイズ。
お子さまのおやつにも
おすすめです。

100gあたりの食物繊維
3.4g

食物繊維
含有

食物繊維豊富、鉄分豊富、カルシウム豊富マークについて

「高い旨」、「含む旨」、「強化された旨」の表示の基準値を満たしたものにマークをつけています。

〈補給ができる旨の表示について遵守すべき基準値一覧〉

栄養成分	高い旨の表示の基準値		含む旨の表示の基準値	
	食品100g当たり （カッコー内は、 一般に飲用に供する液体の 食品100ml当たりの場合）	100kcal 当たり	食品100g当たり （カッコー内は、 一般に飲用に供する液体の 食品100ml当たりの場合）	100kcal 当たり
食物繊維	6 g (3 g)	3 g	3 g (1.5 g)	1.5 g
鉄	1.95 mg (0.98 mg)	0.65 mg	0.98 mg (0.49 mg)	0.33 mg
カルシウム	210 mg (105 mg)	70 mg	105 mg (53 mg)	35 mg

(消費者庁 食品表示基準より)

高い旨の
基準を
満たしたもの

食物繊維
豊富
鉄分
豊富
カルシウム
豊富

含む旨の
基準を
満たしたもの

食物繊維
含有
鉄分
含有
カルシウム
含有



かんたん  氷砂糖でつくる

手作りフルーツビネガー

Fruit vinegar

おいしい

アレンジ自在!



使用した商品

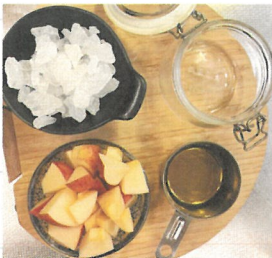


氷砂糖1kg

- 内容量/1kg
- ケース入数/10入
- 販売期間/通年

希望小売価格 **900円**(税別)
JANコード: 4976717 175019

フルーツと氷砂糖、お酢を漬け込むだけで手軽に作れるフルーツビネガー。お好みのフルーツで作れて、毎日の食卓にさわやかな風味をプラスできます。



基本レシピ

【材 料】

- お好みのフルーツ……………200g
- 氷砂糖……………200g
- お酢(りんご酢・穀物酢など)……………200ml



【作り方】

- 1 保存瓶を熱湯消毒し、よく乾燥させます。
- 2 フルーツを洗って水気をしっかりふき取り、お好みのサイズにカットします。
- 3 フルーツと氷砂糖を交互に瓶へ入れます。
- 4 お酢を注ぎ、ふたをして保存します。
- 5 氷砂糖が溶けるまで1日1回軽く振り、約1〜2週間で完成です。



完成後はフルーツを取り出し、冷蔵庫で保存してください。

プレーンヨーグルトに

フルーツの甘酸っぱさがヨーグルトのおいしさを引き立てます。

牛乳に混ぜて

まろやかな飲むヨーグルト風ドリンクに。

炒め物の味付けに

肉料理や野菜炒めの隠し味としてもおすすめです。

ドレッシングに

オリーブオイルと合わせるだけで、さっぱり爽やかな手作りドレッシングに。

ビネガーの楽しみ方

Uses of vinegar

炭酸水で割って

暑い季節にもぴったりなビネガードリンクに。



8月のおすすめ商品

サクサク食感の生地やさしいさつまいも味付けて子供たちも大満足!



サクサクスナック さつまいも味

- 内容量/45g
- ケース入数/15入
- 賞味期間/150日
- 販売期間/通年

希望小売価格 **340円**(税別)
JANコード: 4973728 910332

幼稚園・保育園のお子様にも!



おこめせん カレー風味

- 内容量/20g(1枚×12袋)
- ケース入数/15入
- 賞味期間/180日
- 販売期間/通年

希望小売価格 **390円**(税別)
JANコード: 4973728 910318

ソフト食感のほんのり甘いせんべい生地にやさしいカレー味で味付けしました。ちいさなお子様のカレー入門用としてぜひご活用ください♪



おこめせん カレー風味

- 内容量/20g(1枚×12袋)
- ケース入数/15入
- 賞味期間/180日
- 販売期間/通年

希望小売価格 **390円**(税別)
JANコード: 4973728 910318

※Hは、特別価格です。※取り扱い業社向けのため、希望小売価格には消費税は含まれておりません。

