

ご注文・お届け方法

1.お好みセレクト

- 24種類の中から好きな商品・個数をお選びください。
- 1食からお届けします。
 - ▶1食 税抜570円（税込615円）配送料1回 税抜400円（税込440円）
※注文総額が、税抜5,500円（税込5,940円）以上ご購入の場合は配送料無料
*自社配送の場合

2.おまかせ定期便

- Aコース（7食セット）税抜4,190円（税込4,525円）・配送料込
- Bコース（14食セット）税抜7,630円（税込8,240円）・配送料込
- Aコース・Bコースとも、商品の選択は当社にお任せいただきます。
- お客様の指定の曜日に、毎週7食（Aコース）または14食（Bコース）をお届けします。

3.お届け方法

- 【自社冷凍配送】
- ★商品のお届け日時：毎週月曜日、木曜日、土曜日の概ね午前9時～午後3時の間にお届けします。
但し、時間指定の配達はお受けできません。
- ★配達時ご不在の場合、不在時は、不在票を入れて持ち帰ります。
※再配達について
- ①当日配達時間内にご連絡があれば当日再配達を致します。
- ②当日配達時間外又は翌日にご連絡いただいた場合は次回のお届けとなります。
- ③翌々日以降もご連絡がない場合は、有料キャンセル（配達代として税込440円）となります。
- 【ヤマトクール便】
- ★お好みセレクト注文の場合、配送料 1回税抜500円（税込550円）
※注文総額にかかわらず、送料がかかります。
- ★お任せ定期便注文の場合、配送料 1回税抜100円（税込110円）
- ★商品のお届け日時：毎週月曜日、木曜日、土曜日
午前便8時～12時、午後便2時～4時、4時～6時、6時～8時、7時～9時

4.ご注文受付及びご注文内容の変更等受付

- ★ご注文並びに、キャンセル・停止・再開・お届け日変更等をご希望の場合は、前々日（2日前）のお昼12時までにご連絡ください。

調理方法

- 電子レンジ 袋の端をハサミで少し切り、電子レンジ（500W）で表示の時間を目安に加熱してください。

●調理器具、個数により異なります。

●加熱しすぎないようにご注意ください。
- 蒸し器 袋を開けずに、蒸し器に入れ、弱火で約30分を目安に加熱して下さい。

ご利用上の注意

- お受け取り後は速やかに冷凍（-18℃以下）で保存して下さい。
- 加熱後はできるだけお早めにお召し上がりください。
- 食事介助が必要な方は飲み込む力に個人差があるので、飲み込むまで必ず様子を見守ってください。
- むせた場合は直ちにご利用をおやめください。
- 召し上がる方の飲み込み状況によって、適する食品や食べ方が異なります。医師や専門家と相談の上、それぞれに合ったものをお選びください。

ご注文・お問合せ先



株式会社 はーと&はあとプラス

☎0120-876-810（通話無料）

受付時間（日曜日を除く）9:00～17:00

〈本社〉〒601-8133京都市南区上鳥羽藁田町19番地
TEL075-681-8139/FAX075-681-8102

●2025.9改訂版

ホスピタグルメ セット



ホスピタグルメセット

Hospita Gourmet

エネルギー 約215kcal
たんぱく質 約10g

メニュー 24品



見た目は普通食のまま、
やわらかく
噛みやすい
おかずセット

主菜1品+副菜2品の
やわらかおかずセットです。
冷凍保管ができ、食べたいときに
いつでも簡単レンジ調理ができます。

全24品

※数値は1食あたりの栄養価で、シリーズ全品の平均値です。

トレーのまま食べれば
洗浄要らず！





副菜

副菜

主菜

パッケージサイズ
縦14cm×横24cm×高さ2.4cm

皿盛り調理マニュアル 皿盛りすると、おいしそう！が倍增



ホスピタグルメセット ラインナップ

全24品



肉

HGセットNハンバーグイタリアン
主菜：ハンバーグイタリアン
副菜：チーズソースマカロニ
副菜：ほうれん草と卵の洋風和え
★品番50300010
栄養価：
[エネルギー]246kcal [たんぱく質]10.4g
[脂質]15.7g [炭水化物]15.6g
[食塩相当量]1.1g
レンジ調理時間：4分30秒



肉

HGセットNかつ煮
主菜：かつ煮
副菜：ひじきの煮物
副菜：ブロッコリーのおかか和え
★品番50300029
栄養価：
[エネルギー] 241kcal [たんぱく質]10.4g
[脂質]13.8g[炭水化物]17.1g
[食塩相当量]1.7g
レンジ調理時間：4分00秒



肉

HGセットNすき煮
主菜：すき煮
副菜：かぼちゃのずんだソース
副菜：おくら中華和え
★品番50300002
栄養価：
[エネルギー]208kcal [たんぱく質]9.2g
[脂質]10.6g [炭水化物]17.7g
[食塩相当量]1.8g
レンジ調理時間：3分20秒



肉

HGセットNコロッケカレー
主菜：コロッケカレー
副菜：ブロッコリーの卵あん
副菜：キャベツとツナの温サラダ
★品番50300034
栄養価：
[エネルギー]276kcal [たんぱく質]12.5g
[脂質]14.8g [炭水化物]23.7g
[食塩相当量]1.7g
レンジ調理時間：3分30秒



魚

HGセットNにしんの旨煮
主菜：にしんの旨煮
副菜：ポテトのマヨソースがけ
副菜：キャベツの中華和え
★品番50300033
栄養価：
[エネルギー]206kcal [たんぱく質] 10.1g
[脂質]13.0g [炭水化物]12.7g
[食塩相当量]1.3g
レンジ調理時間：3分30秒



魚

HGセットNぶり大根
主菜：ぶり大根
副菜：ほうれん草のツナ和え
副菜：芋きんとん
★品番50300036
栄養価：
[エネルギー]216kcal [たんぱく質] 10.5g
[脂質]8.7g [炭水化物]23.6g
[食塩相当量]1.3g
レンジ調理時間：3分20秒



卵

HGセットNオムレツマトソース
主菜：オムレツマトソース
副菜：ツナクリームマカロニ
副菜：ブロッコリーのコンソメ煮
★品番50300019
栄養価：
[エネルギー] 201kcal [たんぱく質]9.9g
[脂質]9.3g [炭水化物]18.8g
[食塩相当量]1.2g
レンジ調理時間：4分20秒



卵

HGセットN洋食プレート
主菜：洋食プレート
（オムレツ、コーンスロー、ウインナー風）
副菜：ほうれん草のコンソメ風味
副菜：じゃがいものミルク煮
★品番50300020
栄養価：
[エネルギー]200kcal [たんぱく質]9.2g
[脂質]12.4g [炭水化物]12.9g
[食塩相当量]1.7g
レンジ調理時間：4分00秒



肉

HGセットN鶏と野菜の煮物
主菜：鶏と野菜の煮物
副菜：菜の花とひじきの和風和え
副菜：さつまいもの甘煮
★品番50300004
栄養価：
[エネルギー]188kcal [たんぱく質]8.8g
[脂質]7.5g [炭水化物]20.7g
[食塩相当量]1.7g
レンジ調理時間：4分00秒



肉

HGセットNチキンの照焼き風
主菜：チキンの照焼き風
副菜：たらこマカロニ
副菜：ほうれん草と卵の和え物
★品番50300032
栄養価：
[エネルギー] 241kcal [たんぱく質] 10.7g
[脂質]13.9g [炭水化物]16.9g
[食塩相当量]1.6g
レンジ調理時間：3分20秒



肉

HGセットN肉じゃが
主菜：肉じゃが
副菜：キャベツとじゃこの和え物
副菜：オクラのうま塩和え
★品番50300006
栄養価：
[エネルギー]195kcal [たんぱく質]9.7g
[脂質]18.2g [炭水化物]19.5g
[食塩相当量]1.5g
レンジ調理時間：3分00秒



肉

HGセットNねぎ塩豚ロース
主菜：ねぎ塩豚ロース
副菜：ほうれん草のごま和え
副菜：さつまいもの蜜煮
★品番50300007
栄養価：
[エネルギー] 201kcal [たんぱく質] 9.8g
[脂質]9.6g [炭水化物]19.0g
[食塩相当量]1.3g
レンジ調理時間：4分00秒



豆

HGセットN厚揚げの彩り炒め
主菜：厚揚げの彩り炒め
副菜：かぼちゃ煮
副菜：ほうれん草の卵和え
★品番50300021
栄養価：
[エネルギー]185kcal [たんぱく質] 8.5g
[脂質]10.8g [炭水化物]12.6g
[食塩相当量]1.2g
レンジ調理時間：4分00秒



豆

HGセットNおでん
主菜：おでん
副菜：かぼちゃのずんだソース
副菜：しらす入り卵蒸し
★品番50300023
栄養価：
[エネルギー]194kcal [たんぱく質]9.3g
[脂質]9.0g [炭水化物]18.2g
[食塩相当量]1.2g
レンジ調理時間：3分20秒



豆

HGセットN豆腐バーグゆずおろしあん
主菜：豆腐バーグゆずおろしあん
副菜：たらこマカロニ
副菜：人参と卵の中華和え
★品番50300031
栄養価：
[エネルギー]254kcal [たんぱく質] 10.3g
[脂質]16.1g [炭水化物]16.5g
[食塩相当量]1.7g
レンジ調理時間：4分00秒



豆

HGセットN麻婆豆腐
主菜：麻婆豆腐
副菜：ほうれん草のツナクリーム和え
副菜：白菜と人参の甘酢あん
★品番50300022
栄養価：
[エネルギー]183kcal [たんぱく質]10.1g
[脂質]11.3g [炭水化物]9.5g
[食塩相当量]1.4g
レンジ調理時間：3分40秒

※皿盛り写真は全て盛付例です ※メニュー、栄養価は変更することがあります。
※1個当たり/栄養分析は、文部科学省より提供を受けた栄養分析値「七訂食品標準成分表」を基に計算しています。



肉

HGセットN豚肉の生姜焼き
主菜：豚肉の生姜焼き
副菜：ほうれん草のツナ和え
副菜：さつまいものレモン煮
★品番50300009
栄養価：
[エネルギー]211kcal [たんぱく質] 9.7g
[脂質]10.1g [炭水化物]20.1g
[食塩相当量]1.1g
レンジ調理時間：3分40秒



肉

HGセットNホワイトシチュー
主菜：ホワイトシチュー
副菜：キャベツとツナの和え物
副菜：かぼちゃのそぼろあん
★品番50300011
栄養価：
[エネルギー]219kcal [たんぱく質]10.8g
[脂質]12.3g [炭水化物]16.4g
[食塩相当量]1.1g
レンジ調理時間：4分00秒



魚

HGセットNあじの南蛮漬け
主菜：あじの南蛮漬け
副菜：大根の肉味噌ゆず風味
副菜：いんげんと卵の和え物
★品番50300012
栄養価：
[エネルギー]197kcal [たんぱく質]9.9g
[脂質]19.5g [炭水化物]17.6g
[食塩相当量]1.5g
レンジ調理時間：4分00秒



魚

HGセットNさばつみれと大根煮物
主菜：さばつみれと大根煮物 98518
副菜：オクラのおかか和え
副菜：さつま芋のレモン煮
★品番50300013
栄養価：
[エネルギー]192kcal [たんぱく質] 10.1g
[脂質]4.7g [炭水化物]25.8g
[食塩相当量]1.3g
レンジ調理時間：3分40秒



魚

HGセットNさばの味噌煮
主菜：さばの味噌煮
副菜：キャベツと卵の和風コンソメ
副菜：たらこのポテトサラダ
★品番50300014
栄養価：
[エネルギー]239kcal [たんぱく質] 9.9g
[脂質]15.2g [炭水化物]14.4g
[食塩相当量]1.4g
レンジ調理時間：4分20秒



魚

HGセットN白身魚の天ぷら
主菜：白身魚の天ぷら
副菜：かぼちゃのごま和え
副菜：ひじきの煮物
★品番50300016
栄養価：
[エネルギー]243kcal [たんぱく質]8.5g
[脂質]13.7g [炭水化物]20.7g
[食塩相当量]1.4g
レンジ調理時間：3分30秒



魚

**HGセットN鮭バーグの
ちゃんちゃん焼き風**
主菜：鮭バーグのちゃんちゃん焼き風
副菜：かぼちゃの小倉あん
副菜：ブロッコリーのおかか和え
★品番50300037
栄養価：
[エネルギー]243kcal [たんぱく質]10.0g
[脂質]12.2 g [炭水化物]22.4g
[食塩相当量]1.5g
レンジ調理時間：4分30秒



魚

HGセットNたらバーグの中華あん
主菜：たらバーグの中華あん
副菜：麻婆豆腐
副菜：ポテトサラダ
★品番50300030
栄養価：
[エネルギー] 240kcal [たんぱく質]11.2g
[脂質]14.9g [炭水化物]14.6g
[食塩相当量]1.5g
レンジ調理時間：3分30秒

Copyright © 2024 HGセットN. All rights reserved.