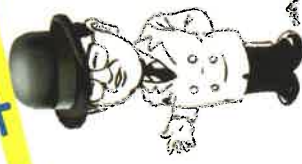


でんぷんで作ったレトルトごはん

ルネリッソ

命
理
料



ドクター佐中が推奨する

CKDに最適な主食

CKD、糖尿病の方の主食に

- ・食後血糖値が上がりにくく中性脂肪も上昇しにくい
- ・カリウムやリンも少なく、たんぱく質はゼロ
- ・たんぱく質がゼロだからおかずはみんなと同じものが食べられる
- ・賞味期限1年で備蓄にも最適な長持ちごはん



CKDの食事療法はルネリッソが基本です

体に必要なアミノ酸を考えた時、たんぱく質ゼロの主食があればおかずは今まで通り食べられます。

カリウムを気にしすぎて野菜を茹でこぼしていませんか？
なまの野菜にはミネラルや必須アミノ酸が多く含まれています。検査の結果を見て必要なら制限をかけますが、様々な食
材を食べることも大切です。タンパク質のみに注目せず、食
材がもつ様々な栄養素にも目を向け食事を楽しみましょう。



佐中茂先生略歴

1998年10月～2011年9月：東京女子医科大学医学部教授
2006年4月～2008年3月：和洋女子大学家政学部教授
2007年～2011年：東京女子医科大学先端生命医学研究所 教授（兼務）
2009年10月～2012年9月：日本大学医学部（客員教授）
2010年4月～2024年9月：一般社団法人生活習慣病コーディネーター協会代表理事
2013年4月～現在：医療法人社団朝生会メディカルプラザ市川 院長
2018年4月～現在：一般社団法人ヘルシーエイジング学会 理事長



ルネリッソにプラス 食物繊維入り ルネリッソ

日本人の食事摂取基準(2020年版)では
食物繊維の摂取量は男性21g、女性
18g/日以上が目標です(18歳以上)。
実際の平均摂取量は14g前後で年々減少
の傾向にあります。
ルネリッソ160繊維入りなら不足分の5g
が1食で摂れるので、普段の食事で不足し
ている分が補えます。

販売者：特定非営利活動法人 食事療法サポートセンター

お手軽レシピ

ケチャップライス



材料

ルネリッソ240繊維入り 1袋
たまねぎ15g にんじん15g 鶏むね肉15g
水煮グリーンピース10g ケチャップ20g
サラダ油10g 塩0.5g こしょう少々

作り方

①ルネリッソを温めておく
②フライパンに油をひきみじん切りにしたたまねぎ、にんじん、食ベやすく切った鶏肉を炒める
③ルネリッソとグリーンピースを加えて混ぜる
④ケチャップを加えて強火で水気をとばし塩コショウで味を整える

【参考値】

エネルギー398kcal/たんぱく質4.2g/カリウム217mg/リン75mg/食塩相当量1.3g

焼き鳥缶で簡単親子丼



材料

ルネリッソ160 1袋
焼き鳥缶※30g(約1/2缶)
砂糖2g しょうゆ1g
小ねぎ2g

作り方

①耐熱容器に卵、水10g、砂糖、しょうゆを入れてよく混ぜる
②焼き鳥缶を液ごと①に加えてラップをかけ電子レンジ500Wで1分加熱する
③一旦取り出して軽く混ぜ、更に30秒加熱する
④温めたルネリッソを器により③をのせて小ねぎをちらす

【参考値】

エネルギー250kcal/たんぱく質7.4g/カリウム82mg/リン82mg/食塩相当量0.6g
※焼き鳥缶はマルハニチロ やきとりたれ缶を使用しました

ルネリッソ栄養成分値 1食当たり

内容量	115g
エネルギー	160kcal
たんぱく質	0g
カリウム	3mg
リン	14mg
食塩相当量	0g

内容量	172g
エネルギー	240kcal
たんぱく質	0g
カリウム	5mg
リン	21mg
食塩相当量	0g

- ルネリッソ160 30食入 4,230円(税込)
- ルネリッソ240 30食入 4,860円(税込)

ルネリッソ繊維入り 栄養成分値 1食当たり



1食当たり
162円

内容量	115g
エネルギー	160kcal
たんぱく質	0g
カリウム	3mg
リン	14mg
食塩相当量	0g
食物繊維	5g



1食当たり
183円

内容量	172g
エネルギー	240kcal
たんぱく質	0g
カリウム	5mg
リン	21mg
食塩相当量	0g
食物繊維	7.5g

- ルネリッソ160繊維入り 30食入 4,860円(税込)
- ルネリッソ240繊維入り 30食入 5,508円(税込)

ご注文窓口

有限会社オトコーポレーション

〒250-0874
神奈川県小田原市鴨宮223-16
Tel.0465-46-1210

