

# でんぶんで作ったレトルトごはん ルネリッソ

ドクター佐中※が推奨する CKDに最適な主食

## ルネリッソ開発の原点

長年食事療法を続けてきた患者さんにこんなことを言われました。

「先生、食事療法をしていて一番つらかったのは、  
家族を違うものを食べることでした」

家族の中で一人だけ違う食事をする味気なさ、寂しさ、隔離されているような辛さ。こんな思いをさせてはいけない！

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家族と同じものを食べられます。



## 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
- ・賞味期限1年で備蓄にも最適な長持ちごはん



※ドクター佐中（佐中致先生）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  
2009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～2025年1月：医療法人社団駒生会メディカルプラザ市川駅 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  
2025年1月～現在：メディカルプラザ篠崎駅西口 名誉院長

さらに

ルネリッソに食物繊維をプラス  
ルネリッソ 食物繊維入り 登場

18歳以上の日本人の食物繊維の目標摂取量は男性21g、女性18g/日です。  
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。

# おにぎり作って出掛けよう！

## おにぎり2種

**材料 ルネリッソ240纖維入り 1袋**  
 ツナ 5g しょうゆ 0.5g マヨネーズ 1g  
 みそ 1g みりん 1g  
 焼きのり 1g

### 作り方

- ①ルネリッソを温めて2等分する
- ②半分はツナ・しょうゆ・マヨネーズを混ぜたものを具にして握りのりを巻く
- ③残り半分はそのまま握り、みそとみりんを混ぜたものを両面に塗ってフライパンで焼く



【参考値】エネルギー270kcal/たんぱく質1.5g/カリウム46mg/リン39mg/食塩相当量0.2g

## 韓国風おにぎり



**材料 ルネリッソ160 1袋**  
 ツナ10g たくあん10g ごま0.5g 焼きのり1g  
 マヨネーズ5g ごま油1g

### 作り方

- ①ルネリッソを温めてボールに取り出す
- ②たくあんは刻み、のりは粗くちぎる。
- ③ボールに具材、調味料を加えてよく混ぜる
- ④ラップに一口大ずつよそり丸く握る

【参考値】エネルギー239kcal/たんぱく質2.6g/カリウム103mg/リン56mg/食塩相当量0.4g

※その他、お好みの具材を加えて我が家流で楽しめます。

焼きのりに代えて韓国のりを使う時はごま油は不要ですが塩分に注意して加えて下さい。

## ルネリッソ 栄養成分値 1食当たり



1食当たり  
約140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

- ルネリッソ160 30食入 4,530円(税込)
- ルネリッソ240 30食入 5,250円(税込)



1食当たり  
約162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

- ルネリッソ160纖維入り 30食入 5,190円(税込)
- ルネリッソ240纖維入り 30食入 6,000円(税込)

## ルネリッソ纖維入り 栄養成分値

1食当たり



1食当たり  
約160円

内容量	120g
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
食物纖維	5g



1食当たり  
約185円

内容量	180g
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
食物纖維	7.5g

### 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

