

おいしく、バランスよくをいつまでも

ベネッセのおうちごはん 冷凍

今後のまいにちのお食事に
ぜひご検討ください



●バランス健康食 (麻婆豆腐)



●制限食 (チキンのトマトソース煮込み)



●やわらか食 (ビーフシチュー)

写真はすべてイメージです

いつでも手軽に、安心と美味しさをニーズに合わせて選べる6種類

普通食 健康に気をつけている方向け

バランス健康食

■エネルギー ■タンパク質 ■塩分
245kcal以上 18g以上 2.7g以下



栄養バランスがとれたヘルシーなお食事です。
1食590円～

	お届け食数	金額(税込)	1食あたり(税込)
セット便	6食	3,890円	649円
定期便	7食	4,200円	600円
	14食	8,260円	590円

ベストランチ

■エネルギー ■塩分
215kcal以上 2.0g以下



バランスのとれた主菜1品、副菜2品の昼食向けのお食事です。
1食550円～

	お届け食数	金額(税込)	1食あたり(税込)
セット便	4食	2,400円	600円
	8食	4,400円	550円

※ごはんは付きません。※「ベストランチ」はセット便のみの販売となります。

制限食 食事制限をしたい方向け

塩分制限食

■エネルギー ■タンパク質 ■塩分
225kcal以上 17g以上 1.7g以下



消費者庁「食事療法用宅配食品栄養指針」に基づいてご提供しています。
1食730円～

	お届け食数	金額(税込)	1食あたり(税込)
セット便	6食	4,680円	780円
定期便	7食	5,250円	750円
	14食	10,220円	730円

たんぱく・塩分調整食

■エネルギー ■タンパク質 ■塩分
285kcal以上 8g以上 1.7g以下



たんぱく質の調整が必要な方向けのお食事です。
1食730円～

	お届け食数	金額(税込)	1食あたり(税込)
セット便	6食	4,680円	780円
定期便	7食	5,250円	750円
	14食	10,220円	730円

介護食 やわらかい食事

やわらか食

■エネルギー ■タンパク質 ■塩分
325kcal以上 18g以上 2.2g以下



歯ぐきでつぶせるやわらかさのお食事です。
1食864円～

	お届け食数	金額(税込)	1食あたり(税込)
セット便	6食	5,520円	920円
定期便	7食	6,090円	870円
	14食	12,096円	864円

ムースのおかず

■エネルギー ■タンパク質 ■塩分
280kcal以上 12g以上 1.6g以下



ユニバーサルデザインフード「舌でつぶせる」を取得。
1食590円～

	お届け食数	金額(税込)	1食あたり(税込)
セット便	4食	2,640円	660円
	8食	4,720円	590円

※「ムースのおかず」はセット便のみの販売となります。

商品の金額についてはホームページをご覧ください。写真はすべてイメージです

ご注文・
お問い合わせ



0120-586-008

通話料無料

受付時間/9:00～18:00(土・日・祝日を含む日)

※個人情報保護方針(プライバシー・ポリシー)に従い、適正な管理を行うとともに、個人情報の保護に努めます。詳しくはホームページをご覧ください。

(株)ベネッセパレット

スマホから簡単アクセス

ベネッセのおうちごはん冷凍 検索

<https://shop.benesse-palette.co.jp/>

〒163-0905 東京都新宿区西新宿2-3-1
新宿モリスビル



※商品ラインナップ、商品価格、内容などについて2025年9月現在の情報となります。広告有効期限内に価格、サービス等を変更させていただく場合がございます。予めご了承ください。

●写真はイメージです。●写真は献立の一例です。セット内、商品および副菜等は変更になる場合がございます。●ごはんは付きません。●セット便のメニューや定期便の献立などの詳細はHPをご覧ください。●栄養成分値は検査機関での分析値と「日本食品標準成分表2010」による計算値を合わせた推定値となります。目安として考え下さい。●医療機関等で食事指導を受けているお客様は事前にご相談ください。●医療機関等で食事指導を受けてから長期間が経過している場合又は身体状況に変化が見られる場合は、事前にかかりつけ医にご相談ください。

■配達エリア：日本全国お届け可能です。※ただし、伊豆諸島(式根島、利島、御蔵島、青ヶ島)および小笠原村(小笠原諸島)についてはお届けできません。

■配送費：1セットあたり全国一律790円(税込)

■商品の引き渡し時期/商品は受注後1週間以内に発送し、発送日の翌日から7日(沖縄・離島の場合)以内までの間にお届けいたします。※諸島の事情により商品の到着が遅れる場合はご容赦願います。■代金の支払い方法・時期/お電話注文の場合は、コンビニ・郵便局振込(後払い)、コンビニでお支払いの場合、手数料はかかりません。郵便局をご利用の場合、現金でお支払いいただく際は別途手数料がかかります。

なお、手数料はお客様負担となります。請求書の発行14日以内に「コンビニ」「郵便局」でお支払いください。※ホームページからのご注文の場合にはクレジットカード決済も利用可能です。※請求書につきましては商品のお届けから7～10日程度で商品とは別に郵送でお届けいたします。■キャンセル・変更について/ご注文受付後のキャンセル、変更はお受けできません。ご注文後、商品のお受け取りを拒否された場合でも、代金は請求させていただきます。■交換または返品について/商品の特性上、お客様のご都合による交換・返品はお受けできません。ご注文内容と異なる、または不良品・破損・品違い等につきましては、在庫がある場合は良品と交換、在庫がない場合はご返金にて対応させていただきます。不良品・品違いによる返品・交換の送料は弊社負担となります。商品到着後7日以内にご連絡のない場合は、交換・返品はお受けできません。

【定期便】定期便について定期便は、1度のご注文で、お客様ご指定の商品をお客様のご希望の曜日・間隔でお届けするものです。お届け間隔は、「1週間毎・隔週・2週間毎」から設定いただけます。【商品の引き渡し時期】定期便の新規のご注文に関しては、受注後1週間以内に発送いたします。2回目以降のお届けにつきましては、ご指定の曜日で設定いただけます。※諸島の事情により商品の発送が遅れる場合はご容赦願います。※商品は発送をもって納品とさせていただきます。【変更・一時休止・解約】定期便は、お客様から解約の申し出がない限り継続する無期限の契約です。定期便の内容の変更・一時休止、解約をご希望の場合は、「次回配達予定日」の7日前までにお手続きをお願いいたします。変更・一時休止、解約は、お電話またはホームページのマイページで受け付けております。