



No. 19

2018年10月19日

麺状にカットした野菜で主食の半分置き換えを提案

## 「ベジタブル麺」3種 新発売

～10月31日（水）から販売開始～

株式会社サラダクラブ

株式会社サラダクラブ（代表取締役社長：萩芳彰、本社：東京都調布市）は、2018年10月31日（水）から、野菜を麺状にカットした「ベジタブル麺 にんじん」（140g/198円）、「ベジタブル麺 だいこん」（140g/198円）、「ベジタブル麺 ケール」（70g/298円）の3種を関東・中部・中四国で新発売します。糖質が気になる方に、米や麺などの主食を野菜に置き換える「野菜の主食化」を提案します。

「ベジタブル麺」は、野菜を細長く麺状にカットした新感覚のパッケージサラダです。食感が良く、麺類に馴染みやすい「にんじん・だいこん・ケール」の3種のラインナップで展開します。

ラーメンやうどん、パスタの麺を半分「ベジタブル麺」に置き換えることで、糖質を抑えられ、かつ野菜がたくさん食べられます。麺と一緒に茹でるだけで、手軽に「半分置き換え」が可能です。また、温かい麺メニューだけでなく、サラダのアレンジ使用も楽しめます。健康志向の高い方はもちろん、食生活の改善を検討している方にもおすすめです。

厚生労働省の調査によると、国民の野菜摂取量は目標値に対し約70g不足※していることから、1食で不足分を補えるように1人前を70gに設定しています。

※ 厚生労働省が提唱する「健康日本21」では、野菜の摂取目標を1日あたり350g以上と定めています。厚生労働省の「平成28年国民健康・栄養調査」によると、国民の野菜摂取量の平均値は276.5gとなっています。



<ベジタブル麺 にんじん>



<ベジタブル麺 だいこん>



<ベジタブル麺 ケール>



半分置き換え例：ラーメン



半分置き換え例：うどん



半分置き換え例：パスタ

当社がサラダの食文化の把握を目的として実施している年次調査「サラダ白書 2018」では、「ダイエット中の食生活で意識していたこと」という問いに対して、「炭水化物を抜く/減らす」が上位に入っています（下図参照）。

【ダイエット中の食生活で意識していたこと】



※ 調査方法：インターネットで全国の20歳～69歳の男女2,060名を対象に実施  
調査期間：2018年2月28日（水）～3月2日（金）

【商品特長】

「ベジタブル麺 にんじん」

にんじんを細長く麺状にカットしました。ほのかな甘味と食感が特長で、ラーメンとの組み合わせがおすすめです。ラーメンとの栄養価を比較すると、糖質は約 1/4、カロリーは約 1/4、食物繊維は約 2 倍となっています。

【麺類との栄養成分比較（140g あたり）】

	中華麺(ゆで)※	ベジタブル麺 にんじん
糖質	39.1g	8.8g
エネルギー	209kcal	50kcal
食物繊維	1.8g	3.4g

「ベジタブル麺 だいこん」

だいこんを細長く麺状にカットしました。シャキシャキとした食感が特長で、うどんとの組み合わせがおすすめです。うどんとの栄養価を比較すると、糖質は約 1/7、カロリーは約 1/6、食物繊維は約 1.6 倍となっています。

【麺類との栄養成分比較（140g あたり）】

	うどん(ゆで)※	ベジタブル麺 だいこん
糖質	29.1g	3.9g
エネルギー	147kcal	25kcal
食物繊維	1.1g	1.8g

「ベジタブル麺 ケール」

スーパーフードとして注目されている「ケール」を細長く麺状にカットしました。苦味が少なく、クセがないケールを使用しており、パスタとの組み合わせがおすすめです。パスタとの栄養価を比較すると、糖質は約 1/16、カロリーは約 1/6、食物繊維は約 2.2 倍となっており、より健康志向の高い方におすすめです。

【麺類との栄養成分比較（70g あたり）】

	スパゲッティ (ゆで)※	ベジタブル麺 ケール
糖質	21.2g	1.3g
エネルギー	116kcal	20kcal
食物繊維	1.2g	2.6g

※文部科学省「日本食品標準成分表 2015 年版」より

【作り方（1人前）】

- ① 袋を開け、ベジタブル麺 70g と同量の麺を用意する。
- ② 麺は熱湯で袋の表示通りに茹でる。
- ③ 麺の茹で上がりの約 30 秒前（ケールは約 60 秒前）にベジタブル麺を加える。
- ④ 茹で上がったら、お湯を良く切り、スープに合わせて完成。



## 【アレンジメニュー】

「ベジタブル麺」を使ったアレンジメニューを、サラダクラブホームページ内「野菜たっぷりレシピ」(<http://c.saladclub.jp/recipe/index.html>)にて、2018年10月19日(金)から掲載予定です。生のままサラダに使用する「ベジヌードルサラダ」や、その他の麺料理にも利用可能です。



にんじんヌードルとベビーリーフの  
サラダ  
(「ベジタブル麺 にんじん」使用)



薬味たっぷりだいこんヌードル  
サラダ  
(「ベジタブル麺 だいこん」使用)



豆腐とケールのサラダ  
(「ベジタブル麺 ケール」使用)

## 【商品概要】

商品名	ベジタブル麺 にんじん	ベジタブル麺 だいこん	ベジタブル麺 ケール
内容量	140g		70g
人数設定	2人前		1人前
参考小売価格(税抜き)	198円		298円
販売開始	2018年10月31日(水)～		
販売地域	関東・中部・中四国		
糖質(1パック当たり)	8.8g	3.9g	1.3g
エネルギー (1パック当たり)	50Kcal	25Kcal	20Kcal

## ■株式会社サラダクラブについて

株式会社サラダクラブは、野菜の鮮度とおいしさにこだわり、色々な種類の野菜を組み合わせ、洗わずにそのまま食べられる「パッケージサラダ」を製造・販売しています。キューピー株式会社と三菱商事株式会社の共同出資により1999年に設立されました。利便性と価格が一定という経済性が支持され、需要が拡大しているパッケージサラダ市場で、サラダクラブは国内最大のシェア(金額)\*1を誇り、販売店舗数は15,000店(2017年11月現在)に及びます。

サラダクラブのパッケージサラダは、国産野菜を中心に使用しています。(自社工場における全体使用量の約95%\*2)春夏秋冬、途切れることのない産地リレーで、年間を通して旬の野菜を調達しています。産地はパッケージの表面に記載しています。

\*1: マクロミルQPR(サラダメーカー別 2017年1月-12月) \*2: 2017年度実績

＜本件に関する問い合わせ先＞

株式会社サラダクラブ 広報・広告宣伝チーム 吉田・東小野・荒金

TEL. 03-5384-7690(直通) FAX. 03-5384-7805

〒182-0002 東京都調布市仙川町2-5-7

<http://www.saladclub.jp> E-mail. [info@saladclub.jp](mailto:info@saladclub.jp)

＜お客様からの問い合わせ先＞

お客様相談室 TEL. 0120-662-831