もっちり麦

もっちり五穀で健康に

大麦β-グルカン豊富な厳選大麦「もっちり麦」に、ミネラルが摂れる
こだわりの雑穀4種をブレンドしました。

- 大麦β-グルカン豊富な「厳選大麦」を使用
- もち性100%の もっちり麦使用だから、お米との相性も抜群



※画像はイメージです

使いやすい分包タイプ

調剤薬局専用商品

もっちり五穀
分包タイプ
240g（20g×12袋）



大麦β-グルカン豊富なもっちり麦を使用

調剤薬局専用商品で薬局から健康発信

こだわりの雑穀でミネラルたっぷり

おいしいモチモチ・プチプチ食感

もっちり麦にミネラルが摂れる4種の雑穀をブレンド。

【もっちり麦】

食物繊維が白米の22倍で特に健康効果の高い水溶性食物繊維（大麦β-グルカン）が豊富に含まています。
本品にもっちり麦を40%使用しています。





【もちきび】

良質のたんぱく質と脂質、食物繊維、鉄分、ビタミンB_1が豊富です。肝臓の解毒作用にかかわるメチオニンが豊富。プチプチとした食感です。白米と比較して食物繊維約3倍、カルシウム約2倍、マグネシウム約4倍、鉄分約3倍、カリウム約2倍。







【黒米】

古代米の一種で、白米に比べたんぱく質やビタミン類、アントシアニンが豊富です。
白米と比較して食物繊維約8倍、カルシウム約4倍、マグネシウム約5倍、カリウム約7倍、ビタミンB_1約4倍。

【アマランサス】

アメリカの航空宇宙局（NASA）にも21世紀の栄養食品として注目されています。白米と比較して食物繊維約15倍、カルシウム約32倍、マグネシウム約12倍、鉄分約12倍、カリウム約7倍。

【はと麦】

ミネラル、ビタミン群が豊富なうえ、たんぱく質を作っているアミノ酸は穀類の中でも最も良質なものを含みます。
ヨクイニンの名で古くから漢方として用いられています。

もっちり五穀の栄養成分（乾物ベース）

20gあたり

栄養成分	もっちり五穀	精白米	精白米比較
エネルギー (kcal)	70	71.6	0.9
たんぱく質 (g)	2.14	1.22	1.7
脂質 (g)	0.52	0.18	2.8
糖質 (g)	13.5	15.3	0.8
食物繊維 (g)	1.34	0.1	13.4
灰分 (g)	0.2	0.08	2.5
ナトリウム (mg)	0.3	0.2	1.5
カリウム (mg)	46.4	17.6	2.6
カルシウム (mg)	3.7	1.0	3.7
マグネシウム (mg)	16.7	4.6	3.6
リン (mg)	43.2	18.8	2.3
鉄 (mg)	0.4	0.16	2.2
亜鉛 (mg)	0.32	0.28	1.1
ナイアシン (mg)	0.86	0.24	3.5

商品名	もっちり五穀	
規格	分包タイプ240g（20g×12袋）	400g
荷姿	240g×20袋	400g×20袋
単品サイズ	225×135×70mm	205×140mm
単品重量	246g（袋重量含）	408g（袋重量含）
ケースサイズ/重量	290×283×210mm/5.2kg	440×200×155mm/8.5kg
賞味期限	365日	365日
JANコード	4 964176 420122	4 964176 404207

おいしい炊き方

1 お米をとぎます
お米をとぎ、通常の水加減にします。

2 本品と水を加えます
お米1合（150g）に対し、本品1袋（20g）と水40ccを加えます。軽くかき混ぜ、30分ほどおいて炊き始めてください。
※本品は洗う必要はありません。

水加減の目安（お好みで加減してください。）
本品1袋：40cc　2袋：80cc　3袋：120cc

3 5分長く蒸します
炊き上がったら、お米だけの場合よりやや長く蒸し、よく混ぜほぐしてお召し上がりください。

お得な400gもあります。

もっちり五穀
400g
調剤薬局専用商品



class A Healthy Life Club
もっちり五穀は、健康で楽しい毎日を応援する「class A ヘルシーライフクラブ」のセレクト商品です。

永倉精麦株式会社　〒411-0931　静岡県駿東郡長泉町東野50-18
TEL.055-986-0230　FAX.055-986-5054　http://www.mocchiri.org