

# 続けやすいのが、 いちばん。

特別な料理をつくらなくても大丈夫。  
いつもの白米に加えて、一緒に炊くだけ。  
毎日のごはんだからこそ、  
無理なく、おいしく。

家族みんなの  
「おいしい！」が  
うれしい。!



＼ うれしいお声をいただいています ＼

いつものご飯に  
混ぜるだけだから  
続けやすい



特別な手間がなく、  
毎日の食事に取り入れ  
やすいのがうれしいです。

30代 女性

もちもちした  
食感が好き



噛むほどに感じる  
もちもち感がとても  
おいしく、家族みんな  
で食べています。

40代 男性

おにぎりにすると  
家族にも好評



子どもたちも  
よく食べてくれて、  
おにぎりの定番に  
なりました。

30代 女性

見た目も華やかで、  
お弁当にも  
使っています



彩りがきれいで  
見た目も楽しく、  
お弁当にもぴったり  
です。

60代 女性

## 毎日の食卓に、自然になじむおいしさ。

いろいろなメニューで、手軽においしく。家族みんなの食事シーンに寄り添います。

朝ごはん



一日のはじまりを、  
栄養たっぷりのごはんで。

おにぎり



冷めてもおいしく、  
お出かけやランチにも。

お弁当



彩り豊かで、  
見た目もきれいに。

カレー



いつものカレーが  
もっとおいしく、栄養バランスも◎。



毎日のごはんが、  
もっと豊かに。

六穀豊穡

厳選した6種類の穀物を  
バランス良くブレンド。  
ご家族みなでお楽しみ  
いただけます。



かんたん・おいしい炊き方

白米1合に対して  
大さじ1~2杯を目安に入れ、  
いつも通り炊飯してください。



毎日のごはんで  
手軽に、  
健やかな食生活を。

家族の笑顔は、おいしいごはんから。

毎日のごはんで  
カラダがよろこぶ

# 六穀豊穰<sup>®</sup>

ROKOKUHŌJŌ

選びぬいた6種類の穀物を  
バランス良くブレンドしました。

日本のコメ文化を「陽気に楽しもう」というコンセプトで、  
黒米に五つの雑穀「押し麦」「黒大豆」「キヌア」「アマランサス」  
「もちきび」をブレンド。洗ったお米に混ぜて炊飯するだけで、  
炊きあがりの香り、もちもちの食感を楽しむことができます。



いつものごはんが  
ちょっと特別に。

もちもち  
香ばしい  
やさしい味わい

6つの恵みがつくる、からだ想いのブレンド



黒米

北海道産

玄米の種皮にアントシアニン  
系の色素を含み、  
独特の黒い色が特徴です。  
白米に混ぜて炊くことで  
色合いと香りを楽しめます。



押し麦

国内産

大麦の外皮をむいて  
系気加熱し、平らに  
食べやすく加工したもの。  
水溶性の食物繊維が  
バランスよく含まれています。



黒大豆

国内産

お肉に匹敵するほどの  
たんぱく質を含み、  
大豆イソフラボンなど  
栄養価の高い食材です。  
ご飯と一緒に炊くことで  
歯ごたえのある食感に。



キヌア

ペルー産

低GIでスーパーフード  
として注目される穀物。  
たんぱく質・ミネラルを  
多く含み、プチプチとした  
食感が楽しめます。



アマランサス

インド産

米に比べてたんぱく質や  
鉄分などのミネラルが  
豊富。スーパーフード  
として注目される  
栄養価の高い穀物です。



もちきび

国内産

実をそのまま炊いたり、  
粉にして餅や団子にして  
食べられてきました。  
もちっとした食感と  
やさしい甘みが  
特徴です。



日本の食文化を  
もっと楽しく、もっと健やかに。

六穀豊穰  
(ロコクホウジョウ)

内容量：300g

小売価格：1,458円(税込)

栄養成分表示 (100gあたり)

|       |         |
|-------|---------|
| エネルギー | 357kcal |
| たんぱく質 | 9.1g    |
| 脂質    | 3.8g    |
| 炭水化物  | 71.5g   |
| 食塩相当量 | 0.0033g |

おいしいお召し上がり方

- 1 白米1合に対して  
大さじ1~2杯を入れます。
- 2 いつも通りに炊飯します。  
(洗ったお米に混ぜてください)



かんたん  
おいしい!

こんなシーンで楽しめます



朝ごはん  
いつものご飯を  
手軽にアレンジ。



おにぎりに  
冷めてもおいしく、  
お子さまにも。



焼きおにぎりに  
香ばしさが  
食欲をそそる。



お弁当に  
彩りもきれいで、  
毎日のお弁当が楽しみに。

健やかな毎日、  
おいしいごはんから。

カレーと一緒に  
食べてもおいしい!

