

# 三 育

穀菜美食でこころと体の健康を願って100年





大自然の恵みをいただく  
「食」こそ最高の贅沢

外見を美しく装うためなら、わたしたちは流行のドレスやアクセサリーを選んで身につけます。では健康的なからだを手に入れるために、わたしたちは何を選んで食べているでしょうか？普段何気なく食べている食事をちょっと見直してみるだけで、わたしたちのまわりには、美味しく、栄養があって、彩り豊かな食材がたくさんあることに気づきます。

# 「食べるもので、からだはつくられる」

このあたりまえのことを意識することで、大きな変化が生まれるのです。健康的なからだは、質のよい食事を毎日バランス良く食べることからはじめます。人生100年時代となった今、予防医学の観点からも、かつてないほどに健康食がブームになっています。わたしたち三育フーズは、100年の時を超えて穀物と野菜を中心とした健康的な食生活を提案しつづけ、日本における先駆者としてさまざまな食品をご紹介してきました。それはみなさまに真の意味で豊かな人生をおくっていただきるために、『心とからだのトータルな健康づくり』という大切な理念を推進したいという大きな願いがあったからです。食の安全に徹底的にこだわり、製造工程において一貫した品質管理を追求していること。大量生産によらず、つくり手の愛情と温もりの感じられる食品を一品一品丁寧に生産し、お届けしていること。これが、多くのお客様の食卓に無くてはならないものとしてご評価いただけた理由であると考えています。

みなさまの食生活がさらに健全で豊かなものになり、心もからだも健康になって人生を謳歌していただすこと。それが、わたしたち三育フーズが心から願っていることです。

01

## 常習性のある食材は 使用しません

三育フーズは、常習性の高いアルコール・カフェインなどの摂取を目的とした製品を製造していません。さまざまな効能よりも、心身への悪影響のほうが大きいと考えているためです。

02

## 遺伝子組み換えでないもの、 国産食品やオーガニック原料を 優先して使用します

三育フーズは、お客様のお求めやすい価格を維持しながらも、より安全性の高い原料を使用して商品を製造しています。

03

## 添加物はできるだけ 使用しません

三育フーズは、できる限り食品添加物を使用しないようにしています。ただし、安全性、品質、味を確保するために必要なときには、天然由来の添加物を優先して使用するようにしています。

04

## 酢酸系飲料、香辛料は 十分考慮して利用します

三育フーズは、できる限り刺激性の高い原料は使用しないようにしています。

食品産業新聞社主催  
**第50回 食品産業技術功労賞受賞しました。**

### 長年の研究と試行錯誤を経て

(三育フーズの)植物たん白食品の特徴は、カラメル色素やアミノ酸調味料などの添加物を極力使用せずに製造していることだ。……アミノ酸調味料を使用すればパンチの強い味を作れるが、同社は長年の研究と試行錯誤を経て蓄積された経験と知識によって、添加物の代替となる素材を組み合わせて製品を作り上げることが可能だ。……(また、)同社には(常温の)缶詰・レトルトで製造する中で避けられない殺菌による味のダメージを考慮した上で、極力おいしく食べられるように製造するノウハウがある。

出展:食品産業新聞 2020年12月7日第4777号より抜粋



商品・技術部門

「大豆ミートなど植物性たん白食品のパイオニア」

# 大豆を美味しくめしあがれ

大豆に野菜をたっぷり加えてつくったバーグは、トマトソース、天然醸造しょう油を使ったソース、動物性原料不使用のデミグラスソースティストなどで美味しい仕上げています。常温で保存できますので取り扱いしやすいです。



## 大豆バーグ

お肉もお魚も使わずに、大豆を使用してハンバーグ風に



### トマトソース 野菜大豆バーグ

¥430 (税込) 注文番号: V000650

植物性たん白食品 ハンバーグ風

大豆たん白を主原料に、キャベツ、玉ねぎを加えた野菜大豆バーグ。トマトソースで、美味しく仕上げました。

パウチ／100g／アレルギー[8品目]: 小麦・卵



### てりやき 野菜大豆バーグ

¥430 (税込) 注文番号: V000660

植物性たん白食品 ハンバーグ風

大豆たん白を主原料に、キャベツ、玉ねぎを加えた野菜大豆バーグ。マイルドな甘さのてりやきソース味に仕上げました。

パウチ／100g／アレルギー[8品目]: 小麦・卵



### デミグラスソース風 野菜大豆バーグ

¥430 (税込) 注文番号: V000700

植物性たん白食品 ハンバーグ風

大豆たん白を主原料に、キャベツと玉ねぎを加えてつくった大豆バーグ。野菜をじっくり煮込んだデミグラス風ソースを加え仕上げました。

パウチ／100g／アレルギー[8品目]: 小麦・卵

毎日の習慣に  
大豆の栄養を  
簡単調理。  
温めるだけの



ヘルシー志向が高まるなか、大豆は「大豆肉」「大豆ミート」「ソイミート」「ベジミート」などさまざまな呼び方で注目されています。「畑の肉」と呼ばれるほど栄養が豊富な大豆は、特に貴重なたん白源として知られており、コレステロールフリーな食材です。

# 大豆ボール

ミートボール風なのでお弁当のおかずにも便利



## 完熟トマトソース 野菜大豆ボール

¥430 (税込) 注文番号: V000720

### 植物性たん白食品 ミートボール風

大豆たん白を主原料に、キャベツと玉ねぎを使ってつくった大豆ボール。完熟トマトを使いハーブを加えてイタリアンソース風に仕上げました。

パウチ／100g／アレルギー[8品目]:小麦・卵



## デミグラスソース風 野菜大豆ボール

¥430 (税込) 注文番号: V000740

### 植物性たん白食品 ミートボール風

大豆たん白を主原料に、キャベツと玉ねぎを使ってつくった大豆ボール。野菜をじっくり煮込んだデミグラス風ソースを加えて仕上げました。

パウチ／100g／アレルギー[8品目]:小麦・卵



## 和風 野菜大豆ボール

¥430 (税込) 注文番号: V000730

### 植物性たん白食品 ミートボール風

大豆たん白を主原料に、キャベツと玉ねぎを使ってつくった大豆ボール。こだわりのしうる油と香味野菜を加えて、和風ソース味に仕上げました。

パウチ／100g／アレルギー[8品目]:小麦・卵



## 中華風 野菜大豆ボール

¥430 (税込) 注文番号: V000690

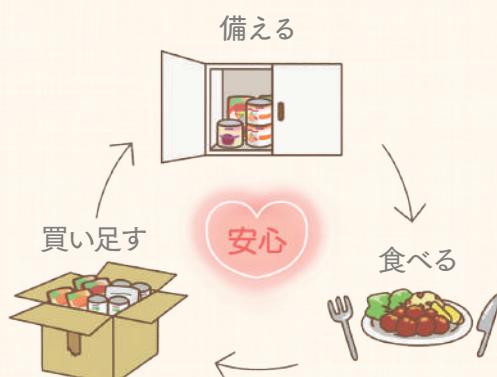
### 植物性たん白食品 ミートボール風

大豆たん白を主原料に、キャベツと玉ねぎを使ってつくった大豆ボール。中華風に仕上げました。

パウチ／100g／アレルギー[8品目]:小麦・卵

## 穀菜美食でローリングストック

災害大国でもある日本では、いつどのような災害に巻き込まれるかわかりません



不安な時間を空腹のまま過ごすリスクを避けるために、「もしもの時」に備えて普段から食料品を少し多めにストックしておきましょう。賞味期限の近いものから順に食べ、買い足すことで非常食を常に新しい状態で保管することができます。

三育フーズの植物性たん白食品は、調理をしなくても食べられる商品を揃えています。停電などによって電子レンジの使用やお湯が沸かせないときでも、美味しく食べることができます。非常食として備蓄するには最適です。

## 大豆ミートソース

トマトの旨味がたっぷり。野菜と大豆をお手軽に食卓へ



### 植物生まれの ミートソース

¥378 (税込) 注文番号: V000681

#### 調味料・ヴィーガン食品

大豆ミートを使用したグルテンフリーでやさしい甘みのソースです。野菜をじっくり煮込んだソースは、パスタやラザニアなどにご使用いただけます。

パウチ／140g／アレルギー[8品目]:なし



## ヴィーガンソース



### 植物生まれの ホワイトソース

¥378 (税込) 注文番号: V000777

#### 調味料・ヴィーガン食品

有機カシーナッツをベースに国産の玄米粉、なたね油は一番しづりを使用し、深い味わいでクリーミーに仕上げました。そのまま温野菜などにかけても召し上がれます。

パウチ／160g／アレルギー[8品目]:なし

## 麺



### オーガニック スパゲティ

¥546 (税込) 注文番号: V002940

#### 乾麺

イタリアの有機デュラム小麦のセモリナを原料に、伝統的な製法にて仕上げました。しつかりとしたコシのあるパスタです。

約1.7ミリ

袋／500g／アレルギー[8品目]:小麦

## ベジタブルカレー

野菜と豆の旨味が凝縮された植物素材100%カレー



### 野菜と豆のカレー

¥441 (税込) 注文番号: V000766

#### 植物性たん白食品 カレー

じっくり煮込んだなめらか野菜に、ひよこ豆とレンズ豆、大豆たん白を加え、深みと後味の良さを追求しました。

パウチ／180g／アレルギー[8品目]:小麦

# 大豆を彩りよく

大豆は豆腐や湯葉など、古くから日本人の食生活には欠かせない存在になっています。添えるものも野菜の豊かな彩りを上手にアレンジして、見た目にも美味しくいただきましょう。また火を通さずにそのままでも召しあがれます。



## 大豆ハム

カットしてそのままサラダやサンドイッチに。また軽く炒めてお好みの味付けで



### 大豆のハム

¥1,620 (税込) 注文番号: V000580

#### 植物性たん白食品 ハム風

大豆たん白を主原料に、ハム風に仕上げました。加熱して焼き目をつけても、そのままでも美味しく召し上がれます。

袋／400g／アレルギー[8品目]:小麦・卵



### ヴィーガンハム

¥1,296 (税込) 注文番号: V00586

#### 植物性たん白食品 ハム風

大豆たん白を主原料に、植物性原料のみでハム風に仕上げました。加熱して焼き目をつけても、そのままでも美味しく召し上がれます。

袋／350g／アレルギー[8品目]:小麦

パンにそのまま挟んで  
ホットドック風に

## 大豆ソーセージ



### リンケツ 小

¥657 (税込) 注文番号: V000464

缶詰／160g／アレルギー[8品目]:小麦・卵



### リンケツ 大

¥1,078 (税込) 注文番号: V000450

#### 植物性たん白食品 ソーセージ風

ワインソーセージ風に加工した大豆たん白食品です。加熱して焼き目をつけても、また加熱しなくても、そのまま召し上がれます。

缶詰／400g／アレルギー[8品目]:小麦・卵



### リンケツ ライト

¥657 (税込) 注文番号: V000467

#### 植物性たん白食品 ソーセージ風

大豆たん白を主原料にこんにゃく粉等を加え、ワインソーセージ風に加工し、リンケツよりカロリーを30%オフにしました。

缶詰／160g／アレルギー[8品目]:小麦・卵

## 大豆ツナ風



### ベジツナ

¥627 (税込) 注文番号: V000480

#### 植物性たん白食品 ツナ風

ツナ風に仕上げた大豆たん白食品です。サラダ、サンドイッチなどにご利用いただけます。

缶詰／90g／アレルギー[8品目]:小麦

## 大豆コンビーフ風



### コンベジ

2025年4月リニューアル発売予定

¥519 (税込) 注文番号: V000495

#### 植物性たん白食品 コンビーフ風

コンビーフ風に仕上げた大豆たん白食品です。1缶に大豆約225粒分ものたん白質が含まれます。

缶詰／90g／アレルギー[8品目]:小麦

## 小麦・大豆ミンチ風



### グルテンバーガー 小

¥443 (税込) 注文番号: V000442

缶詰／180g／アレルギー[8品目]:小麦

## 小麦ミート風



### グルテンミート 小

¥567 (税込) 注文番号: V000422

#### 植物性たん白食品 ブロックタイプ

小麦たん白を主原料に、ブロック状に加工した食品です。料理の素材として作られています。からあげ、酢豚風などに。

缶詰／170g／アレルギー[8品目]:小麦



### グルテンバーガー 大

¥843 (税込) 注文番号: V000430

#### 植物性たん白食品 ひき肉タイプ

小麦と大豆を主原料にミンチ状に加工した食品です。料理の素材として作られています。ハンバーグ、餃子、そぼろ風に。

缶詰／435g／アレルギー[8品目]:小麦

美味しい！

## Recipe

仏料理のお肉でつくる「リエット」を大豆でつくってヘルシーに  
パンやクラッカーに塗って美味しいお召し上がりください

### コンベジのリエット風

#### 材料 (4人分)

コンベジ(缶)	1 缶
にんにく	1 片
玉ねぎ	50g
オリーブオイル	大さじ 1
ローリエ	1 枚
塩、胡椒	適量



[Point] 完全なペースト状にせずに具が少し残るくらいが美味しい

1 薄切りにしたにんにくをオリーブオイルで弱火で炒め、香りを出す。

2 玉ねぎを加え弱火でよく炒め、コンベジを加えてさらに炒める。

3 火を止めて、ローリエを加えて蓋を閉め、10分ほど蒸らし、香りがついたら取り出す。

4 ミキサーやブレンダーで軽く刻む。

# 乾燥たん白



## 国産大豆ミート ミンチ

¥486 (税込) 注文番号: V000910

### 植物性たん白食品 乾燥

国産大豆から生まれたミンチタイプの植物性たん白食品です。ハンバーグ、餃子、そぼろ風などに。

袋/90g／アレルギー[8品目]:なし



## 大豆ミート ミンチタイプ

¥287 (税込) 注文番号: V000913

### 植物性たん白食品 乾燥

大豆から生まれたミンチタイプの植物性たん白食品です。ハンバーグ、餃子、そぼろ風などに。

袋/130g／アレルギー[8品目]:なし



## 大豆たんぱく 大判

¥362 (税込) 注文番号: V000890

### 植物性たん白食品 乾燥

大豆たん白と小麦たん白から生まれた大きめサイズの植物性たん白食品です。カツ風などに。

袋/70g／アレルギー[8品目]:小麦



## 大豆たんぱく 中粒

¥362 (税込) 注文番号: V000855

### 植物性たん白食品 乾燥

大豆たん白と小麦たん白から生まれたブロックタイプの植物性たん白食品です。からあげ・酢豚風などに。

袋/90g／アレルギー[8品目]:小麦



## 大豆たんぱく うす切り

¥362 (税込) 注文番号: V000870

### 植物性たん白食品 乾燥

大豆たん白と小麦たん白から生まれたうす切りタイプの植物性たん白食品です。煮物などに。

袋/90g／アレルギー[8品目]:小麦



## 大豆たんぱく 細切り

¥362 (税込) 注文番号: V000880

### 植物性たん白食品 乾燥

大豆たん白と小麦たん白から生まれた細切りタイプの植物性たん白食品です。チンジャオロース風などに。

袋/90g／アレルギー[8品目]:小麦



カリッと揚げて  
唐揚げ風に



## 小麦たんぱく 厚切り

¥395 (税込) 注文番号: V000860

### 植物性たん白食品 乾燥

小麦たん白から生まれた厚切りタイプの植物性たん白食品です。割いてささみ肉風などに。

袋/90g／アレルギー[8品目]:小麦

# 小さな巨人

黒ゴマの歴史は古く、古代エジプトでは紀元前3,000年にすでに栽培されていました。ひと瓶の黒ゴマクリーム135gには、およそ36,000粒分ものセサミンやカルシウムが含まれています。黒ゴマを皮付きのまま香り高く焙煎し、優しい甘みでしあげています。



## ゴマクリーム

すり潰したゴマに甘みをつけただけなのに、おどろくほどのおいしさ



### 黒ゴマクリーム 小

¥492 (税込) 注文番号: V002540

ペースト

ピン詰／135g／アレルギー[8品目]:なし



### つぶ入り 黒ゴマクリーム

¥665 (税込) 注文番号: V002550

ペースト

黒ゴマを皮付きで香り高く焙煎しペースト状にして、砂糖と蜂蜜等で甘みを付け、さらに黒ゴマの粒を入れてゴマの食感を出した。

ピン詰／190g／アレルギー[8品目]:なし



### 黒ゴマクリーム 大

¥665 (税込) 注文番号: V002500

ペースト

黒ゴマを皮付きで香り高く焙煎し、ペースト状にして、さとうきびの風味を残した砂糖と蜂蜜等で甘みをつけました。

ピン詰／190g／アレルギー[8品目]:なし



### 白ゴマクリーム

¥665 (税込) 注文番号: V002520

ペースト

白ゴマを皮付きで香り高く焙煎し、ペースト状にして、さとうきびの風味を残した砂糖と蜂蜜等で甘みをつけました。

ピン詰／190g／アレルギー[8品目]:なし

毎日の食卓で  
手軽にとれる  
カルシウムを  
セサミン、



## ゴマペースト

すりつぶしたゴマ 100% のペースト



### 黒ゴマペースト

¥ 665 (税込)

注文番号: V002580

#### ペースト

黒ゴマ 100% のペーストです。乳化剤、安定剤を加えていないため自然分離しますので、よくかき混ぜてご使用ください。料理にも使用できます。

ピン詰／135g／アレルギー[8品目]:なし

ビタミンEが豊富な  
アーモンドを香ばしく

## アーモンドクリーム



### アーモンドクリーム

¥ 756 (税込)

注文番号: V002490

#### ペースト

アーモンドを皮付きで香り高く焙煎し、ペースト状にして、さとうきびの風味を残した砂糖と蜂蜜等で甘みをつけました。

1瓶にアーモンドが約71粒

ピン詰／150g／アレルギー[8品目]:なし



### アーモンドチョコクリーム

¥ 756 (税込)

注文番号: V002497

#### ペースト

香り高く焙煎した皮付きアーモンドのペーストとチョコペーストをブレンドし、砂糖と蜂蜜等で甘みをつけました。

1瓶にアーモンドが約56粒

ピン詰／150g／アレルギー[8品目]:乳

## ピーナッツペースト



### ピーナッツバター

¥ 582 (税込)

注文番号: V002950

#### ペースト

ピーナッツ 100% のペーストです。乳化剤、安定剤を加えていないため自然分離しますので、よくかき混ぜてご使用ください。料理にも使用できます。

ピン詰／150g／アレルギー[8品目]:落花生



### ピーナッツクリーム

¥ 582 (税込)

注文番号: V002530

#### ペースト

落花生を香り高く焙煎し、ペースト状にしてさとうきびの風味を残した砂糖等で甘みをつけました。

ピン詰／210g／アレルギー[8品目]:落花生

スペインの大自然で育まれた

## エキストラバージン オリーブオイル

スペイン・バレンシア地方の素晴らしい環境の山岳地帯の自然の中で豊かに実ったオリーブからつくられたオリーブオイルです。数ある品種から、マンザニリヤ、ブランクエタ、ファファレンカを選んでブレンドしています。実ったオリーブを25°C以下の低温で搾り、遠心分離にかけて搾油した香り高いオイルです。オリーブ本来のまろやかな風味に若干の苦味と辛味の絶妙なバランスのとれた味が特徴の一品です。

こだわりの  
25°C以下の低温搾り  
香り高いオイル



オリーブオイルの中でも酸度が1%以下で、風味、色合い、香りともに最高なのがエキストラ・バージン・オリーブオイル

### EX バージン オリーブオイル 小

¥ 1,539 (税込) 注文番号: V003041

オイル

ピン詰／265g／  
アレルギー【8品目】:なし

### EX バージン オリーブオイル 大

¥ 2,700 (税込) 注文番号: V003035

オイル

ピン詰／450g／  
アレルギー【8品目】:なし

ドイツで行われた有機食品博覧会<sup>\*1</sup>  
世界48社のオリーブオイルの中で  
**「優秀賞」**を獲得しました

\*1 2011年



# 自然を味わう

三育フーズのグラノーラは、あえてビタミンなどの栄養強化は行なわず、自然素材の栄養素だけを使っています。職人の手によって、あきのこない風味に仕上げた40年以上に及ぶロングセラー商品です。穀物とナッツの奏でる絶妙なハーモニーと香ばしさをお楽しみください。



手軽に健康的な朝食を  
オーツ麦、アーモンド、小麦、クルミ、ココナッツなど、自然からの恵みをたっぷり使用した素材本来の味をそのままお届けしています。豆乳やヨーグルトなどと一緒に、またアイスクリームなどのトッピングとして。



## グラノーラ

素材本来の栄養と味を生かして

国産玄米使用  
ハンドメイド製法



### 三育グラノーラ 小

¥929 (税込) 注文番号: V001102

#### シリアル プレーン

食べ切りやすいよう小袋タイプにしました。

パウチ／160g／  
アレルギー[8品目]：小麦・くるみ

### 三育玄米グラノーラ 小

¥929 (税込) 注文番号: V001106

#### シリアル 玄米入り

食べ切りやすいよう小袋タイプにしました。

パウチ／130g／  
アレルギー[8品目]：小麦・くるみ



### 三育グラノーラ 大

¥1,761 (税込) 注文番号: V001100

#### シリアル プレーン

独自のハンドメイド製法で穀類やナツツ類をじっくり焼き上げ、素材本来の栄養素を生かしたシリアル食品です。

箱／400g／  
アレルギー[8品目]：小麦・くるみ



### 三育玄米グラノーラ 大

¥1,761 (税込) 注文番号: V001104

#### シリアル 玄米入り

従来の三育グラノーラに国産玄米を使ったフレークを加えて軽い食感に仕上げました。

箱／320g／  
アレルギー[8品目]：小麦・くるみ

## 会社概要

### 日々の健康は 日々の食生活から

三育フーズ株式会社は、セブンスデー・アドベンチスト教団食品事業部三育フーズ（母体がプロテスタン系キリスト教会であり、卵乳菜食を提唱するベジタリアン食品メーカー）の販売部門です。私たちのミッションは、ベジタリアンのみならず、「食」に関心のある方々に安心して、美味しく食べていただける食品を提供することです。

### 三育フーズの健康原則 NEW START

「三育」は、知（健全な生き方）、徳（バランスのとれた心）、体（健康的な生活）からなる全人教育を目指しています。「三育」の提唱する健康法は、穀類、野菜、果実、種実類、豆類、その他植物由来の自然食品・加工食品を「食」の中心とし（＝卵乳菜食）、豊かなライフスタイルに必要な、Nutrition（栄養）・Exercise（運動）・Water（水）・Sunlight（日光）・Temperance（節制）・Air（空気）・Rest（休息）・Trust（信頼）の頭文字をとったNEW START 健康法の実践です。

知育 健全な生き方を学ぶ  
徳育 バランスのとれた心  
体育 健康的な生活

#### 沿革

- |       |   |
|-------|---|
| 1896年 | 米国よりW.C.グレンジャー教授来日、和英聖書学校の開設<br>クッキー類の製造販売を開始する             |
| 1928年 | 日本三育学院にヘルスフーズ部を設立、製菓、製パン業を開始<br>第二次世界大戦中の学校閉鎖期間を除き、製造販売を続ける |
| 1970年 | 日本三育学院から食品部を分離<br>セブンスデー・アドベンチスト教団食品事業部 三育食品とする             |
| 1974年 | 三育食品から三育フーズに名称を変更   |
| 1987年 | 販売部門 三育フーズ株式会社を設立、現在に至る                                     |





## 三育グループ [www.adventist.jp](http://www.adventist.jp)

### ■教育 正しい価値観と社会に役立つ能力を育てる

保育園、幼稚園、小学校、中学校、高校、大学、大学院  
[www.saniku.ac.jp/12/](http://www.saniku.ac.jp/12/)



### ■福祉 いのちを敬い、いのちを愛し、いのちに仕える

特別養護老人ホーム、デイサービス、  
身体障がい者療護施設など



### ■医療 こころとからだのいやしのために、キリストの心でひとりひとりに仕えます

東京衛生アドベンチスト病院、神戸アドベンチスト病院、  
アドベンチスト・メディカルセンター（沖縄）



### ■出版 明日の希望を創るライフスタイルマガジン

福音社発行 [www.fukuinsha.com](http://www.fukuinsha.com)



### ■放送 メディアを通して希望のメッセージを伝える

ホープチャンネル（動画サイト）[www.hopechannel.jp](http://www.hopechannel.jp)

### ■支援 途上国や災害被災地で支援活動を行う

特定非営利活動法人 ADRA Japan [www.adrajpn.org](http://www.adrajpn.org)



## ひとつの命から世界を変える



Changing the World, One Life at a Time



途上国や災害被災地において開発支援や緊急支援活動を行なう国際NGO。世界約140か国のADRA支部と連携し、人種・宗教・政治の区別なく、自然災害や紛争の被災者、医療を必要としている人々、教育を受けられない女性や子どもたちなどに、自立を助ける支援や緊急支援を届けています。



三育フーズはADRA Japanに協賛し、売り上げの一部で活動を支援させていただいております。

Let all your things be done with charity.

1 Corinthians 16.14 (KJV)



## 三育フーズ株式会社

〒299-0265 千葉県袖ヶ浦市長浦拓1号1番地65  
TEL 0438-62-2921 FAX 0438-62-1531

<https://san-iku.co.jp>

ご注意【免責】リニューアルにより実際にお届けする商品とパッケージ等が異なる場合がございますので、あらかじめご了承ください。



2025.02.2000G