

まったく新しい 低糖質「大豆めん」(スープ付き) 登場！

1 食の糖質、わずか 2.1g！を実現



医療機器メーカーが本気で取り組むところなる

iFood 株式会社 (本社：東京都港区 代表取締役：山藤清隆) は、良質な国産大豆を使用した低糖質食品シリーズ第 1 弾として全く新しい「大豆めん」を 3 月 20 日発売します。これに先駆けて 3 月 3 日から期間限定早割購入キャンペーン!! (3 月 3 日～3 月 19 日) を開始します。

高まる健康志向の中で、血糖値を気にすることはもはや常識とも言えますが、iFood の低糖質食品シリーズは、その低糖質に徹底的にこだわり、素材や材料の安全性にも配慮し、人工甘味料や合成着色料を一切使っていないシリーズです。糖質制限中に何を食べてほしいのかわからない、選べない。そんな悩みにお答えするべく、日本で初めて麺とスープで 1 食あたり糖質 2.1 グラム*を実現。生活習慣病やメタボで血糖が気になる方のための「新たな主食」として選択いただけることになりました。

*ゆで麺 1 食 + GABA しょうゆ中華スープ

監修医師のご紹介



あおき内科さいたま糖尿病クリニック 院長 青木厚医師

自治医科大学附属さいたま医療センター内分泌代謝科などを経て、2015年、青木内科・リハビリテーション科（2019年に現名称に変更）を開設。糖尿病、高血圧、脂質異常症など生活習慣病が専門。糖尿病患者に対する食事療法でインスリン離脱や薬を使わない治療などの成果を上げている。

40歳の時に舌がんを患うも克服し、食事療法を実践してがんの再発を防いでいる。著書『「空腹」こそ最強のクスリ』（アスコム刊）は40万部を超えるベストセラー。

<青木厚医師のコメント>

生活習慣病やメタボなど毎日の食事に注意しているすべての人に、安心して本当に食べてほしいものができました。様々な低糖質商品でこれほど真剣に食の安全性を考えている商品は少ないと思います。「大豆めん」が目指すのは、安心で安全な「療養食」レベルの信頼感です。

こだわりの麺とこだわりのスープはどちらも【安全低糖質】

こだわりの麺

小麦粉を一切使わず、国産大豆100%に香りの良いえん麦（オーツ麦）を加えた乾燥麺。乾麺1玉40g中のタンパク質17.2g、糖質6.2gですが、水溶性の糖質は茹でて湯切りをすることにより1.3gまで減少します。（日本食品分析センター分析）

美味しさと安全性を追求した低糖質スープは3種類

■GABAしょうゆ 和風、GABAしょうゆ 中華、GABA みそ

「大豆めん」のスープは3種類。麺が低糖質であっても、スープに余分な糖質があったらせっかくの低糖質が台無しです。そこで3種のスープも低糖質にこだわり「GABAしょうゆ 和風」（糖質1.1g）、「GABAしょうゆ 中華」（糖質0.8g）、「GABAみそ」（糖質1.8g）をヤマモリ株式会社の協力で実現しました。（LSIメディエンス分析）

また、療養食レベルの品質を追求するため、アスパルテームやアセスルファムKなどの人工甘味料のみならず、たんぱく加水分解物、カラメル色素など発がん性や健康被害が懸念される原材料を徹底的に排除しました。

3種のスープを使ったアレンジレシピを季節ごとに管理栄養士が提供

シンプルかつ美味しい3種のスープは、様々なアレンジにより飽きの来ない麺料理が楽しめます。ホームページでは管理栄養士や料理研究家が、身体機能や免疫力向上のために考え抜いた季節ごとのレシピを提供いたします。

■第1回レシピは管理栄養士・調理師の高安千恵さん



ご家庭でちょっとした手間だけで様々なレシピが楽しめます。



「肉みそまぜ麺」(GABA しょうゆ 和風)

かつお節、むろ節、煮干し、さば節、昆布の5種類のだしを絶妙にブレンドしたそばつゆ。だしをしっかりと効かせることで、厚みのある味に仕上げました。GABAを配合しています。

アレンジは肉みそまぜ麺。にんにくとしょうがが効いた肉味噌をたっぷりと使いました。1食あたり、たんぱく質30g以上。たんぱく質は筋肉や臓器などからだの部位を構成する重要な栄養素です。

・エネルギー：383kcal ・糖質：3.0g ・食塩相当量：3.3g



「野菜麺」(GABA しょうゆ 中華)

にんにくの風味をほどよく効かせチキンと魚介(鰹節、昆布)の旨味をブレンドした合わせ味の中華風の醤油スープ。GABAを配合しています。

アレンジは基本の野菜麺。もやしミックスを使えば包丁いらず！日に必要な食物繊維の約1/3量がとれるメニューです。食物繊維は腸内環境を改善したり、糖質や脂質の吸収をゆるやかにする効果が期待できます。

・エネルギー：382kcal ・糖質：3.8g ・食塩相当量：5.3g



「豆乳みそ麺」(GABA みそ)

みそのコクと、ポークやチキンの旨味を合わせた、まろやかなみそスープ。香味野菜(にんにく、生姜、ねぎ)の風味が絶妙のアクセントに。GABAを配合しています。

アレンジは豆乳みそ麺。GABAみそスープと豆乳のコクがマッチした一品。豆乳に含まれるイソフラボンは女性ホルモンの代表であるエストロゲンに似た構造をしているため、女性ホルモンの代替として注目されています。

・エネルギー：417kcal ・糖質：8.0g ・食塩相当量：4.5g

ここが違う!①

徹底した低糖質へのこだわり 麺もスープも低糖質

1食の糖質わずか2.1グラム*を実現(*2.1gは「GABAしょうゆ中華」、ゆで麺&スープ含めた糖質)

栄養成分表示	大豆麺(乾燥) (1食(40g)当たり)	GABAしょうゆ 和風スープ (1食(34.7g)当たり)	GABAしょうゆ 中華スープ (1食(33g)当たり)	GABA みそスープ (1食(36.2g)当たり)
エネルギー	140.8 kcal	10.4 kcal	44.6 kcal	56.1 kcal
たんぱく質	17.2g	1.5g	1.7g	4.7g
脂質	3.4g	0g	3.8g	3g
炭水化物	14.2g	1.2g	0.9g	3.2g
糖質	6.2g(ゆで麺 1.3g)	1.1g	0.8g	1.8g
食物繊維	8.0g	0.1g	0.1g	1.4g
食塩相当量	0.4g	5.1g	5g	4.6g

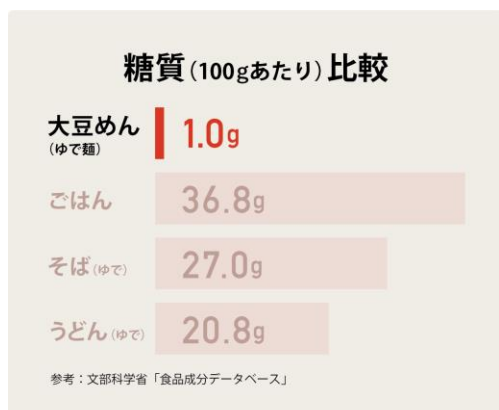
※麺は日本食品分析センター、スープはLSIメディエンスの分析による



主食でどうしても気になるのが糖質です。白米はもちろん、意外に知られていませんが、そばやうどんなどの麺類の糖質は非常に高くなっています。健康的に感じる麺料理ですが、気が付かないうちに大量の糖質を摂取しています。

「大豆めん」は1食(40g)あたりの糖質が6.2g、ゆでた後は1.3gとなり、圧倒的な低糖質を実現しました。

もちろん、「大豆めん」では十分なたんぱく質もきちんととることができますから、日ごろの健康や活力もきちんと維持することができます。



「湯切り」は最大のこだわりポイント

「大豆めん」では茹でた後のしっかりとした「湯切り」を勧めています。

大豆に含まれる糖質は水溶性であるため、茹でた後のお湯には大量の糖質が含まれています。この汁を使ってスープを作ってしまうと、低糖質を実現することはできません。スープに使うお湯は別に用意していただきますようお願いいたします。



①麺を3分ゆでる



②ざるに上げて湯切りする
(ゆでた湯は捨てる)



③250CCのお湯を沸かし
スープ・麺を入れて
1分ゆでる

※肉や野菜と一緒に煮込んでおいしさアップ!

ここが違う!②

良質&安全な材料へのこだわり

- 麺はすべて国産の厳選大豆を使用、遺伝子組み換え大豆不使用
- スープには安全性に問題のある人工甘味料（アスパルテーム、アセスルファム K、スクラロースなど）をまったく使用せず、カラメル色素などの合成着色料も一切不使用。

※一部の人工甘味料や合成着色料には健康被害の発生が指摘されており、長期摂取での影響もいまだ解明されていないものがあります。

なぜ大豆か 【血糖値スパイク防止】

食後の血糖値の急激な上昇を抑えて健康な食事を実践するためには、

- 糖質が低い
- 食物繊維が多い
- 高たんぱくである

この3つが基本。この3つのポイントを見事にクリアする食材が、この30年間で国際的に急速に注目されてきた【大豆】です。

大豆が健康にどれだけ良い影響を及ぼすかは、すでに多くの研究がありますし、もともと日本人も大豆を食生活に積極的に取り入れてきた結果、世界に冠たる長寿国になったともいわれています。

世界の長寿地域で共通して食べられている大豆は、ほとんどの生活習慣病や糖尿病やがんなどの予防が期待できることや、高血圧や高脂血症、更年期障害、骨粗しょう症、などの症状を抑える効果があるといわれています。さらには認知症の予防の可能性まで指摘されています。これほどの健康によい影響を及ぼす機能を持っている食物はほかにはないのであると思えるほど大豆はスーパー健康食なのです。

大豆が万能食である主な理由

- ① 血糖値を上げにくい代表的な低 GI（グリセミック指数）の食品だという点。
- ② 豊富な食物繊維を含んでいること。例えば食物繊維が多い野菜として知られるゴボウ（ゆで）では100gあたり6.1gに対し、大豆（ゆで）にはさらに多い6.7gの食物繊維が含まれています。

③ 良質な植物性たんぱく質として知られる大豆たんぱくは、体内で作り出せない 9 種類の必須アミノ酸の含有率を数値化した「アミノ酸スコア」で比較すると、牛肉・豚肉などの肉類、アジ、サケなどの魚と同じく 100 点満点となっています。つまりすべての必須アミノ酸をバランスよく含んでいるということになります。

④ イソフラボン、食物繊維、カリウム、カルシウム、マグネシウム、鉄、亜鉛、リン、ビタミン E、ビタミン B1、葉酸など、多種多様な栄養素が含まれています。さらには悪玉コレステロールを低下してくれる大豆レシチン、抗酸化作用を持つ大豆サポニンといった成分も豊富に含まれています。

「大豆めん」発売記念、期間限定早割購入キャンペーン!!

iFood ショッピングサイト キャンペーン URL <https://ifood-shop.jp/shopping/lp.php?p=1>

期間：3月3日（金曜）～ 3月19日（日曜）

[10食セット]

●GABA しょうゆ 和風 6食 ●GABA しょうゆ 中華 2食 ●GABA みそ 2食

通常価格

キャンペーン価格

3,980 円(送料 600 円) → 2,980 円 (送料無料)

※2,980 円（定期購入）は初回のみで、2回目からは通常価格（3,980 円）になります。購入回数のお約束はございません。

※2,980 円（単品購入）の場合は 2,980 円 + 送料 600 円となります。



iFood 株式会社

電動鼻水吸引器や体温計、赤ちゃん用電動歯ブラシ、パルスオキシメーターなどで、ベビーヘルスケアをリードする医療機器メーカー シースター株式会社（本社：東京都港区 代表取締役：山藤清隆）が食品事業のために立ち上げた新会社。自社農場（山口県）での無農薬大豆栽培も開始。良質の国産大豆を原料に健康で安心・安全な食品シリーズを展開する予定。代表取締役はシースター同様、山藤清隆。

<プレスリリースに関するお問い合わせ> iFood 株式会社 広報部 宮永、荒井

TEL：03-6894-2165

MAIL：info@ifood.co.jp



株式会社エヌ・ディ・シー

「大豆食の先駆者であれ！」

大豆たんぱく質の研究に取り組み続けて、20年。「日本と世界の食の問題解決に貢献し、最も人の心をつかむ大豆食メーカーになる」というビジョンのもと、「世界中を探しても、他にはない」ユニークな大豆加工食品の研究開発に日々邁進しております。これまでに商品化してきた大豆加工食品は、大豆ミート、大豆スナック、大豆麺、大豆ペットフードなど数多くあります。様々な食材を大豆で置き換えられるようにすること、健康を望む人々に豊かで楽しい大豆食を届けることを使命とし、気候危機や食糧問題など、現代社会の問題解決の一翼を担います。



ヤマモリ株式会社

本社：三重県桑名市。1889年創業。

今年で134年目の老舗の総合食品メーカー。醤油醸造業としての祖業以来「変革への挑戦」を続け、様々な業界初の技術及びマーケティングの革新を通じて、変化する市場のニーズを常に汲んだ「多様な商品やサービス」を開発し続けており、「食」を通じて、『地球にやさしく、健康で楽しいライフスタイル』への貢献に取り組んでいる。