

【近畿エリア限定】1 食で最大 22.6g のたんぱく質が摂れる惣菜 2 品が登場！

「砂ずりの黒胡椒焼き」と「鶏から揚げ ゆずソース」を順次発売

～夜の食卓や晩酌のお供に～



株式会社セブン-イレブン・ジャパン（本社：東京都千代田区、代表取締役社長：阿久津 知洋）は、手軽にたんぱく質が摂れる惣菜 2 品「**レモン香る 砂ずりの黒胡椒焼き**」を 10 月 22 日（木）より、「**鶏から揚げ ゆずソース**」を 10 月 27 日（火）より、近畿エリアのセブン-イレブン店舗にて順次発売いたします。

健康意識の高まりやトレーニング需要の拡大を背景に、セブン-イレブンではお客様の健康的な食生活をサポートするために、サラダ、冷凍食品、加工肉商品などを中心に、日々の食事で手軽にたんぱく質を補給できる商品を取り揃えております。忙しい朝食や昼食、運動後の食事、夕食など、さまざまなシーンに合わせてご利用いただけます。

今回、高たんぱく・低カロリー・低脂質の三拍子が揃った「砂ずり」を使用した「**レモン香る 砂ずりの黒胡椒焼き**」と、しっとり仕立てた鶏むね肉にさわやかなゆずソースを合わせた「**鶏から揚げ ゆずソース**」を展開いたします。夕食の一品や晩酌のお供にぴったりなこだわりのおいしさを提供し、お客様のおいしく健康的な食生活をサポートしてまいります。

近畿エリア限定！手軽にたんぱく質が摂れる惣菜 2 品を発売

■レモン香る 砂ずりの黒胡椒焼き（たんぱく質 22.6g）

価格：298 円（税込 321.84 円）

発売日：10 月 22 日（木）～順次

販売エリア：近畿



高たんぱく・低カロリー・低脂質な砂ずりを使用し、黒胡椒で香ばしく焼き上げた一品です。コリコリとした食感とスパシーな味わいが特長で、1 容器あたり約 22.6g のたんぱく質を含んでいます。脂質やカロリーを抑えたい方の強い味方です。



■鶏から揚げ ゆずソース（たんぱく質 19.0g）

価格：298 円（税込 321.84 円）

発売日：10 月 27 日（火）～順次

販売エリア：近畿

高たんぱくでヘルシーな鶏むね肉を使い、しっとりとした食感に仕上げた冷製から揚げです。1 容器あたり、約 19.0g のたんぱく質が含まれています。さわやかな風味が広がるゆずソースを合わせており、さっぱりとお召し上がりいただけます。

たんぱく質が摂れるその他の商品ラインアップ



■ブロッコリーチキンエッグ（たんぱく質 20.6g）

価格：338 円（税込 365.04 円）

販売エリア：全国 ※一部エリアを除く

※エリアによって商品規格が異なります。

ブロッコリー、鶏むね肉、ゆでたまごを組み合わせた、素材の味を活かしたシンプルながらも健康感のある仕立てです。

累計販売数 1,200 万個 ※2026 年 4 月～8 月累計



■セブンプレミアム 若鶏むね唐揚げ（たんぱく質 26.9g）

価格：298 円（税込 321.84 円）

販売エリア：全国

塩麴でしっとりやわらかく仕上げた若鶏むね唐揚げです。



■セブンプレミアム 焼鳥ももたれ（たんぱく質 26.4g）

価格：278 円（税込 300.24 円）

販売エリア：全国 ※一部エリアを除く

おかずにもおつまみにもなる惣菜シリーズ。炭火で焼いた本格的な焼鳥（タレ味）です。



■セブンプレミアム サラダチキンスモーク（たんぱく質 25.4g）

価格：258 円（税込 278.64 円）

販売エリア：全国

鶏むね肉を 4 種のチップで香りよく燻製したサラダチキンです。



■セブンプレミアム 鶏むね肉とブロッコリー（たんぱく質 24.5g）

価格：438 円（税込 473.04 円）

販売エリア：全国

食べ応えがあり、手軽にたんぱく質を摂取できる鶏むね肉とブロッコリーです。



■セブンプレミアム サラダチキンプレーン（たんぱく質 24.1g）

価格：258 円（税込 278.64 円）

販売エリア：全国

鶏むね肉を使って、ジューシーに蒸し上げたプレーンタイプのサラダチキンです。



■たんぱく質 20g のチキンバー（たんぱく質 20.2g）

価格：218 円（税込 235.44 円）

販売エリア：全国

鶏むね肉本来の食べ応えと、燻製スパイスを効かせた味付けが特長。



■セブンプレミアム 砂肝の炭火焼 70g（たんぱく質 18.3g）

価格：268 円（税込 289.44 円）

販売エリア：全国

国産鶏の砂肝を、炭火でふっくらと香ばしく焼き上げました。



■たんぱく質が摂れる豚しゃぶサラダ（たんぱく質 19.9g）

価格：438 円（税込 473.04 円）

販売エリア：全国

豚しゃぶと野菜を一緒に食べられるサラダです。



■揚げ鶏（たんぱく質 13.4g）

価格：232 円（税込 250.56 円）

販売エリア：全国

パリッとした衣の食感とジューシーな肉が味わえるフライドチキンです。味付けはシンプルな塩味の和風仕立てのフライドチキンです。



■ささみ揚げ（梅しそ）（たんぱく質 10.7g）

価格：176 円（税込 190.08 円）

販売エリア：全国

大葉と梅のさっぱりとした揚げ物です。
ささみを使用した健康感のあるメニューです。



■セブンプレミアム 味付き半熟ゆでたまご 2 個入（たんぱく質 11.6g）

価格：190 円（税込 205.20 円）

販売エリア：全国 ※一部エリアを除く

旨味・コクにこだわったセブンプレミアムフレッシュこだわり新鮮たまごを使用し、たまごのおいしさを引き出す塩加減に味付けた半熟ゆでたまごです。



■セブンプレミアム 半熟煮たまご 2 個入 (たんぱく質 14.4g)

価格：218 円 (税込 235.44 円)

販売エリア：全国 ※一部エリアを除く

※ () 内の数値は 1 包装当りのたんぱく質量です。

担当者コメント

毎日の食卓に手軽に楽しく栄養を取り入れていただけるよう、高たんぱくにこだわった商品を開発いたしました。「砂ずり」は低カロリー・低脂質で、健康を意識される方にもおすすめの食材です。黒胡椒の香ばしくスパイシーな風味とともに、1 食で約 22.6g のたんぱく質が手軽に摂れるよう仕上げました。お仕事終わりの晩酌のお供や、夕食の「あと一品」に、ぜひお試しください。

※店舗によって価格が異なる場合がございます。

※税込価格は軽減税率適用の消費税 8% で表記しています。

※予定数が終了または諸般の事情により、店舗での商品の取り扱いがなくなる場合がございます。

※店舗によって一部取り扱いがない商品や商品名・規格が異なる場合がございます。

※画像はイメージです。

※商品に関する販売地域区分はこちら：<https://www.sej.co.jp/products/area/>

※情報は現時点でのものです。最新の情報は HP をご確認ください。