

報道関係者各位

2026年1月14日  
ベースフード株式会社

## 罪悪感なく食べられちゃう「BASE YAKISOBA」第5弾

### 「BASE YAKISOBA 魚介醤油まぜそば」1月21日（水）新発売

完全栄養の主食<sup>※1</sup>等を開発・販売するベースフード株式会社（本社：東京都目黒区、代表取締役：橋本舜、<https://basefood.co.jp>）は、1食に必要な33種類の栄養素がすべて摂れる全粒粉ベースの完全栄養の即席麺<sup>※2</sup>「BASE YAKISOBA（ベースヤキソバ）」シリーズから、「BASE YAKISOBA 魚介醤油まぜそば」を2026年1月21日（水）より公式オンラインショップ（<https://shop.basefood.co.jp/>）他ECサイト、取扱販売店にて順次販売開始します。



出汁、香る。  
旨み、絡まる。

まろやかで濃厚な魚介の旨みが、  
もちもち麺と混ざり合う。

BASE YAKISOBA 魚介醤油まぜそば 新発売



#### 常識を覆す“脱・罪悪感”な「BASE YAKISOBA」シリーズ。

「BASE YAKISOBA」シリーズは「毎日でも食べられるカップ麺」をコンセプトに、"おいしさと健康"が共存するこれまでの常識を覆すカップ麺です。当社の調査<sup>※3</sup>でもカップ麺に対するイメージとして「塩分が多い（90.5%）」「不健康（90.2%）」「高カロリー（89.5%）」「栄養が摂れない（85.7%）」、また3人に1人（36.9%）がカップ麺を食べて「後悔を感じている」と回答し、中でも女性の約半数（48.7%）が「罪悪感を感じる」と回答しています。さらに別の調査<sup>※4</sup>では、72.1%が「健康上の懸念からカップ焼きそばを食べる頻度を減らしている」と回答しており、このような“カップ麺は不健康”というネガティブなイメージを払拭する新たな価値を提供する商品です。



**まろやかで凝縮された魚介出汁の旨み。**

「BASE YAKISOBA ソース焼きそば／旨辛ませそば／塩焼きそば／トムヤムませそば」に次ぐシリーズ第5弾となる「BASE YAKISOBA 魚介醤油ませそば」。まろやかで凝縮された魚介出汁の旨みが、もちもち

麺とよく混ざり合い、濃厚なのに毎日でも食べたくなるあと引く旨さが特徴の、和風テイストの汁なしまぜそばです。また、これまでのBASE YAKISOBAシリーズとは異なり、ソースが麺に絡みやすいように液体ソースを採用しているのもポイント。

栄養や健康面でカップ麺を敬遠しがちな方や、罪悪感なくカップ麺を食べたい人、忙しい時でも健康に気をつけたい人、また魚介系のつけ麺やカップ麺好きの人、お酒を飲んだ後の締めの一杯としてもおすすめの商品です。保存食としてもご活用いただけます。



#### ■出汁、香る。旨み、絡まる。「BASE YAKISOBA 魚介醤油まぜそば」のポイント

- 1.こだわりの宗田節と鰹節オイルを使用した、あっさりなのに濃厚な一杯。



「BASE YAKISOBA 魚介醤油まぜそば」の一番のこだわりはソースです。液体ソースに使用している節は、煮干しや鰹節、鯖節など、様々な素材で試作を重ねた結果、BASE YAKISOBAの麺と最も相性の良かった宗田節を採用しています。また合わせて鰹節オイルを使用することで、味だけでなく風味でも鰹出汁を感じられるようにしたのもポイントです。あっさりした和風テイストの風味ながらも、しっかりと出汁と醤油の香り、そして凝縮された旨みが広がる一品です。





## 2. 全粒粉なのに引き立つ風味と旨味、つるつるもちもち麺。

「BASE YAKISOBA」は“クセのない健康でおいしいカップ麺”として、穀物原料の種類や配合比率を調整したり、麺の甘みを引き立たせることで、全粒粉の持つ独特の風味をマスクし、ソースの風味との絶妙な調和を実現。麺の形状にも拘っており、「BASE YAKISOBA 魚介醤油まぜそば」は前作の「BASE YAKISOBA ソース焼きそば／塩焼きそば／トムヤムまぜそば」と同様に、より細く食べやすい麺を採用しています。



### 3. これがカップ麺！？ カロリーも塩分も罪悪感を軽減。“おいしさと健康”的共存。

全粒粉をベースに主に植物由来の原材料を使用し、1食(2個) でたんぱく質、食物繊維、ビタミン・ミネラルなど、からだに必要な33種類の栄養素を摂ることができ、「BASE YAKISOBA 魚介醤油まぜそば」には、たんぱく質17.6g、食物繊維6.3g、鉄1.4mg、カルシウム124mg (1個あたり) が含まれています。

気になるカロリーも309kcal (1個あたり)。さらに塩分量もカップ麺でありながらも僅か2.0g (1個あたり) と控えめな設計になっており、一般的な他の即席麺と比較しても抑えられた設計になっています。全粒粉ベースで栄養がバランスよく摂れ、さらにカロリーも塩分も控えめではありますが、それを感じさせないような濃厚な魚介出汁と香ばしい醤油の風味がクセになるおいしさになっている点がアピールポイントです。カップ麺は「健康に悪そう」「カロリーが気になる」「塩分量が多くて浮腫むのが嫌」と敬遠しているような方、そして「健康なカップ麺なんてどうせ不味いに決まってる」と思っている方にも是非おすすめしたい商品です。

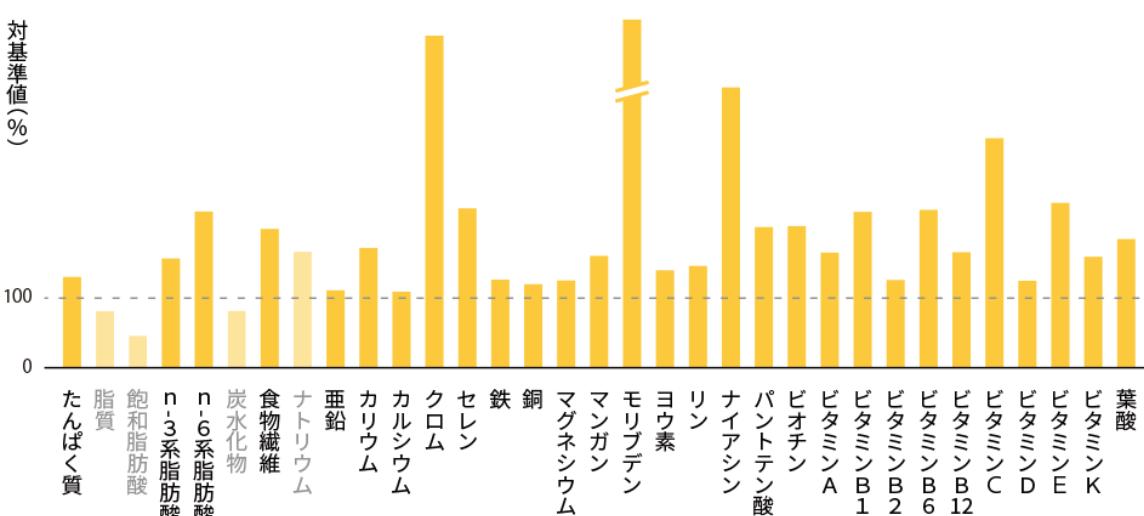






## ■商品概要



商品名	BASE YAKISOBA 魚介醤油まぜそば																																																							
名称	即席カップめん																																																							
特長	<ul style="list-style-type: none"> <li>1食に必要な33種類の栄養素がすべて摂れる全粒粉ベースの完全栄養の汁なし即席麺</li> <li>宗田節と鰹節オイルを使用したあっさりなのに濃厚な味わいがクセになる、汁なしタイプの魚介醤油まぜそば</li> <li>全粒粉ベースなのにつるつるもちもち麺</li> <li>1個あたりたんぱく質17.6g、食物繊維6.3g、鉄1.4mg、カルシウム124mg</li> <li>気になるカロリーも1個あたり309kcal、塩分量も即席麺でありながら1個あたり2.0gと控えめな設計</li> </ul>																																																							
原材料	めん〔小麦全粒粉（国内製造）、小麦たんぱく、小麦粉、大豆粉、還元水飴、米ぬか粉、植物油脂、海藻粉末、ドロマイド、昆布粉末、酵母、粉末油脂〕、添付調味料（しょうゆ、植物油脂、砂糖、醸造調味料、香味油、たんぱく加水分解物、宗田節、かつお節、チキンエキス、醸造酢、食塩、粉末しょうゆ、かつおエキス、酵母エキス、香辛料）、かやく（粒状大豆たんぱく、ネギ）／加工でん粉、調味料（アミノ酸等）、かんすい、乳化剤、V.C、カラメル色素、増粘剤（キサンタン）、酸味料、V.E、ナイアシン、パントテン酸Ca、V.B1、V.A、V.B6、V.B2、葉酸、V.D、V.B12、（一部に小麦・大豆・鶏肉を含む）																																																							
内容量	1個あたり90g（めん65g）																																																							
価格	1個あたり421円（税込）※公式HPでの通常価格																																																							
賞味期限	2ヶ月（高温多湿やにおいの強い場所、直射日光を避け常温で保存してください。）																																																							
発売日時	2026年1月21日（水）から順次発売																																																							
販売方法	ベースフード公式HP オンラインショップ（日本、香港）他、Amazon、楽天、Yahoo！ショッピング、取扱販売店にて順次販売開始																																																							
<h3>BASE YAKISOBA 魚介醤油まぜそばに含まれる栄養素</h3> <p>1食あたりの推奨摂取量との各栄養素比較</p>  <table border="1"> <caption>1食あたりの推奨摂取量との各栄養素比較</caption> <thead> <tr> <th>栄養素</th> <th>対基準値(%)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td>たんぱく質</td><td>約120%</td></tr> <tr><td>脂質</td><td>約80%</td></tr> <tr><td>飽和脂肪酸</td><td>約50%</td></tr> <tr><td>n-3系脂肪酸</td><td>約120%</td></tr> <tr><td>n-6系脂肪酸</td><td>約150%</td></tr> <tr><td>炭水化物</td><td>約80%</td></tr> <tr><td>食物繊維</td><td>約120%</td></tr> <tr><td>ナトリウム</td><td>約120%</td></tr> <tr><td>ヨウ素</td><td>約120%</td></tr> <tr><td>鉄</td><td>約100%</td></tr> <tr><td>銅</td><td>約120%</td></tr> <tr><td>マグネシウム</td><td>約100%</td></tr> <tr><td>モリブデン</td><td>約150%</td></tr> <tr><td>リン</td><td>約100%</td></tr> <tr><td>ナイアシン</td><td>約150%</td></tr> <tr><td>パントテン酸</td><td>約120%</td></tr> <tr><td>ビオチン</td><td>約120%</td></tr> <tr><td>ビタミンA</td><td>約100%</td></tr> <tr><td>ビタミンB1</td><td>約120%</td></tr> <tr><td>ビタミンB2</td><td>約100%</td></tr> <tr><td>ビタミンB6</td><td>約120%</td></tr> <tr><td>ビタミンB12</td><td>約100%</td></tr> <tr><td>ビタミンC</td><td>約150%</td></tr> <tr><td>ビタミンD</td><td>約100%</td></tr> <tr><td>ビタミンE</td><td>約120%</td></tr> <tr><td>ビタミンK</td><td>約100%</td></tr> <tr><td>葉酸</td><td>約120%</td></tr> </tbody> </table> <p>※推定値 ※栄養素等表示基準値（18才以上、基準熱量2,200kcal）に基づき、1日分の基準値の1/3を100とした場合 ※BASE YAKISOBA 魚介醤油まぜそば 1食（2個）の場合 ※パッケージ記載の調理方法で調理した場合</p>	栄養素	対基準値(%)	たんぱく質	約120%	脂質	約80%	飽和脂肪酸	約50%	n-3系脂肪酸	約120%	n-6系脂肪酸	約150%	炭水化物	約80%	食物繊維	約120%	ナトリウム	約120%	ヨウ素	約120%	鉄	約100%	銅	約120%	マグネシウム	約100%	モリブデン	約150%	リン	約100%	ナイアシン	約150%	パントテン酸	約120%	ビオチン	約120%	ビタミンA	約100%	ビタミンB1	約120%	ビタミンB2	約100%	ビタミンB6	約120%	ビタミンB12	約100%	ビタミンC	約150%	ビタミンD	約100%	ビタミンE	約120%	ビタミンK	約100%	葉酸	約120%
栄養素	対基準値(%)																																																							
たんぱく質	約120%																																																							
脂質	約80%																																																							
飽和脂肪酸	約50%																																																							
n-3系脂肪酸	約120%																																																							
n-6系脂肪酸	約150%																																																							
炭水化物	約80%																																																							
食物繊維	約120%																																																							
ナトリウム	約120%																																																							
ヨウ素	約120%																																																							
鉄	約100%																																																							
銅	約120%																																																							
マグネシウム	約100%																																																							
モリブデン	約150%																																																							
リン	約100%																																																							
ナイアシン	約150%																																																							
パントテン酸	約120%																																																							
ビオチン	約120%																																																							
ビタミンA	約100%																																																							
ビタミンB1	約120%																																																							
ビタミンB2	約100%																																																							
ビタミンB6	約120%																																																							
ビタミンB12	約100%																																																							
ビタミンC	約150%																																																							
ビタミンD	約100%																																																							
ビタミンE	約120%																																																							
ビタミンK	約100%																																																							
葉酸	約120%																																																							

#### ■スマートフード完全栄養食「BASE FOOD」とは？

「BASE FOOD」は、1食で1日に必要な栄養素の1/3がバランスよくとれる完全栄養の主食です。全粒粉や大豆、チアシードなど主に自然由来の厳選した原材料を使用しながら、栄養バランスとおいしさを独自



のテクノロジーによる配合と製法で実現。たんぱく質や食物繊維、26種類のビタミン・ミネラルなど1日に必要な33種類の栄養素をとることができるスマートフードです。

2017年2月の販売開始から、BASE PASTA、BASE BREAD、BASE Cookies、Deliとシリーズを増やし、累計販売数は2億袋を突破（2024年6月末時点）、累計定期購入者数は100万人を超える（2025年11月時点）。





## ■ベースフード株式会社 概要

当社は、「主食をイノベーションし、健康をあたりまえに。」をミッションに掲げ、2016年にスタートしたフードテック企業です。日本における完全栄養食<sup>\*1</sup>のパイオニアとして、「かんたん・おいしい・からだにいい」のすべてをかなえる新たな食を提案し、すべての人が食事を楽しみながら、健康があたりまえになる社会の実現を目指しています。

設立 : 2016年4月5日  
本社 : 東京都目黒区中目黒5-25-2  
代表者 : 橋本舜  
事業内容 : 完全栄養食等の開発・販売  
URL : <https://basefood.co.jp>

\*1 1食分 (BASE BREADは2袋、BASE Cookiesは4袋、BASE YAKISOBAは2個、BASE RAMENは2個、BASE Pancake Mixは1袋と卵Mサイズ1つ、牛乳(成分無調整)100mlを使用して調理した場合) で、栄養素等表示基準値に基づき、脂質・飽和脂肪酸・炭水化物・ナトリウム以外のすべての栄養素で1日分の基準値の1/3以上を含む。

\*2 1食分 (2個) で、栄養素等表示基準値に基づき、脂質・飽和脂肪酸・炭水化物・ナトリウム以外のすべての栄養素で1日分の基準値の1/3以上を含む

\*3 自社調べ (調査内容: カップ麺に関する意識と実態調査、実施時期: 2024年12月26日~2025年1月6日、調査対象者数: 全国の20代から60代の男女1,000名、調査方法: インターネット調査)

\*4 自社調べ (調査内容: BASE YAKISOBA ソース焼きそば/旨辛まぜそばに関する喫食調査、調査期間: 2024/12/13-12/17、調査対象者数: ベースフード定期会員男女136名、調査方法: インターネット調査)