

Vマーク商品は、私鉄系スーパーの共同開発商品です。

プライベートブランド情報誌



Vmark

4

April
2025



Vマーク ピックアップ

VALUE PLUS

「ほんのり甘い 小麦畑の恵み」

管理栄養士が教える 健康レシピ「ストレス対策レシピ」

今月の旬鮮レシピ

●表紙のレシピ「バター香る! たっぶりたまごサンド」 P4に掲載

新生活スタート!
しっかり食事を
とってね!



ブイナは、Vマークの
公式ブランド
キャラクターです。

お知らせ

4月のVマーク感謝フェアが 今年から 6月実施になります!



良質でお得な価値の商品

Vマーク VALUE PLUS バリュープラス



※写真はイメージです。

ソフトでしっとり。
ほんのり甘くて、
小麦の風味を楽しめる
毎日食べたいパン。

「毎日、飽きずに楽しめる食パン」をめざして開発。食パン専用の小麦粉を使用し、フランス語で「発酵」を意味するルヴァン種を採用しました。ソフトでしっとりな食感。芳醇な香りと小麦本来の旨味をお楽しみください。

＼ こだわりのポイント /

原材料

- しっとり感と歯切れの良さを重視し、食パン専用小麦粉を使用
- 乳酸菌と酵母を生育して作るパン種、ルヴァン種ならではの芳醇な香り

製法

- 中種製法を採用し、やわらかさとしっとりとした食感を実現
- 4時間30分、じっくり発酵
- 柔らかな生地を作成し、丁寧に焼成

パッケージはお客様の投票で決定しました!



小麦のイラストと手書き風のフォントがかわいい!



あたたかみのあるデザインでキッチンになじみそう!



新発売

ほんのり甘い
小麦畑の恵み
6枚・8枚

健康レシピ

質の良い食事と睡眠を心がけよう! ストレス対策レシピ

大豆製品と卵のコンビで
ストレスを撃退!

新生活スタートの季節! 環境の変化で、気づかぬうちにストレスを溜め込んでいる方もいるかもしれません。ストレスを和らげ、心を安定させるために、まずは質の良い睡眠が重要です。

大豆製品には、眠りを導くホルモンの原料になる「トリプトファン」が含まれています。豆腐、納豆、油揚げ、味噌…。身近にある大豆製品のなかでも、発酵食品の納豆や味噌は、腸内環境を整える効果も期待できます。ストレスで腸内環境が乱れることもあるので、発酵食品を取り入れましょう。

そして、心を安定させ、鎮静効果のある食材は、卵、はちみつ、小麦等。卵は様々な料理に活用でき、調理方法で違ったテクスチャーを楽しめる万能食材です。和・洋・中と色々試してみてください。質の良い食事と睡眠を心がけ、ストレスに負けない体づくりを!



レシピ監修/管理栄養士 棚橋伸子

日々ヘルシーで美味しい料理を研究中。毎日の生活で実践できる、カロリーオフのアイデアをご紹介します。フードスタイリスト、国際薬膳師、ビジネスサプリメントアドバイザー、野菜ソムリエ。雑誌や新聞、TVなどで活躍中。

味つけはめんつゆを使用するので、とっても簡単!

たまご入り巾着の煮物

材料 (2人分)

卵	4個	めんつゆ(3倍濃縮)	50cc (A)
油あげ	2枚	水	150cc (A)
小松菜	40g	爪楊枝	4本

作り方

- ①小松菜は洗って4~5cm丈に切る。
- ②油あげは半分に切り、やぶかないように注意しながら袋状に開き、ザルの上へのせ、熱湯をかけて油抜きする。
- ③火傷をしないように注意し、粗熱が取れたら油あげの中に卵を割り入れ、爪楊枝で油あげの口をとめて巾着にする。
- ④鍋に(A)を入れて加熱し、沸いたところへ巾着を入れ、5分弱火で煮る。巾着を裏返し、鍋の端に寄せてスペースを作り、小松菜を加え、更に3分煮る。爪楊枝を抜き、器に盛り付ける。



作り方のポイント



油あげの袋は、爪楊枝を使用し、しっかり閉じて巾着にします。

甘さを抑えた
だし感の強いつゆ



だし感際立つ
粗しぼり製法
だし香るつゆ

500ml



生臭さが少なくコクのある鮮やかな卵黄のたまごです



豊かなコクと旨味
おいしい
赤たまご

10個入



🕒 15分

🔥 カロリー 260kcal (1人分)

🧂 塩分 2.8g (1人分)

おうちでレトロ気分!

懐かしの味

レトロ洋食メニュー

昭和を知らない世代にも、
大人気のレトロな洋食メニュー。
親子でトライしてみませんか?

懐かしくて、ほっとする。
あの洋食メニューを作ろう!



レシピ監修/管理栄養士 棚橋伸子

バターとケチャップを使用した、
まろやかな味のミートソースです!

ケチャップが決め手!
懐かしい
ミートソース
スパゲッティ

作り方のポイント



炒めた材料に小麦粉を振り入れ、
とろみのあるソースに仕上げます。

材料 (2人分)

スパゲッティ	200g	●ミートソース			
バター(有塩)②	小さじ1	合挽肉	100g	小麦粉	大さじ1 1/2
塩	少々	玉ねぎ	60g	ブイヨン*	150cc
胡椒	少々	人参	30g	トマトケチャップ	40g (A)
粉チーズ	小さじ2	にんにく	1片	塩	ひとつまみ (A)
●飾り		しょうが	1片	胡椒	少々 (A)
刻みパセリ	適量	バター(有塩)①	20g	ローリエ	1枚 (A)

作り方

- ①ミートソースを作る。玉ねぎ、人参、にんにく、しょうがはみじん切りにする。
- ②鍋を温めバター①を入れ、にんにく、しょうがを香りが出るまで炒め、玉ねぎ、人参を加えて更に炒める。
- ③合挽肉を加え、肉に火が通ったら小麦粉を振り入れる。粉っぽさがなくなったらブイヨンを加えひと混ぜする。(A)を加えて弱火で約15分煮込む。
- ④鍋にたっぷりの湯を沸かし、塩を少々(分量外)加え、スパゲッティを茹でる。
- ⑤④のスパゲッティに、バター②、塩、胡椒を加えて和える。器に盛り付け、ミートソースをかける。粉チーズ、刻みパセリを添える。

*湯150ccに固形スープの素1個を溶かす。

アメリカ産ハルメザンチーズを100%使用、濃厚な味わいに仕上げました



ハルメザン
チーズ



70g

完熟トマトの濃厚な味わいが特長



完熟トマトを使用した
トマトケチャップ



500g

35分

カロリー 470kcal (1人分)

塩分 3.8g (1人分)

調理時間、カロリー、塩分の目安を示しています。

バター香る! たっぷりたまごサンド



からしバターとたまごのフィリングで、美味しさたっぷり!

材料 (2人分)

食パン(8枚切)	4枚	マヨネーズ	50g (A)	●飾り	
バター(有塩)	30g	塩	少々 (A)	パセリ	適量
からし	小さじ1/2程度	胡椒	少々 (A)		
卵	4個	刻みパセリ	少々 (A)		

作り方

- ①バターとからしを混ぜ合わせ、からしバターを作る。
- ②具材の準備をする。固ゆで卵を作り、殻をむく。フォークで卵を粗めに潰し、(A)と混ぜ合わせる。
- ③パンの片面にからしバターを塗る。※パンにバターを塗ることで、フィリング(中にはさむ具材)の水分がパンに染み込むのを防ぎ、パンの美味しさを保つことができます。
- ④パンに具材をはさみ、全体にラップを巻き、しばらく休ませたら、食べやすい大きさにカットし、器に盛り付ける。

しっとりどちどけ良く、ミミまでやわらかな食パンです



ほんのり甘い
小麦畑の恵み

8枚



北海道の良質な生乳を100%使用しました



北海道
バター

150g



20分 カロリー 654kcal (1人分) 塩分 2.5g (1人分)

ナタデココ入り シュワシュワ フルーツポンチ



見た目も楽しい、ひんやりレトロデザートです!

材料 (2人分)

バインスライス(缶詰)	2切れ	お好みの	100cc
黄桃(缶詰)	1切れ	缶詰のシロップ	
みかん(缶詰)	60g	強炭酸水(レモン)	100cc
ナタデココ	1袋(180g)	●飾り	
さくらんぼ(缶詰)	2粒	ミントの葉	適量

作り方

- ①バインスライス、黄桃は一口大にカットする。
- ②ボールにバインスライス、黄桃、みかん、ナタデココ、お好みの缶詰のシロップを入れ、全体を混ぜ合わせる。
- ③器に盛り付け、さくらんぼを飾り、強炭酸水を注ぎ、ミントの葉を飾る。

ヨーグルトやアイスクリームのトッピングに



ナタデココ

180g



レモン風味の爽快な刺激



強炭酸水
レモン

500ml



10分 カロリー 103kcal (1人分) 塩分 0.0g (1人分)

あらびきソーセージの
新玉ねぎサンド揚げ
ヨーグルトタルタルソース添え



旬 新玉ねぎ

🕒 25分

🔥 カロリー 476kcal (1人分)

🧂 塩分 2.4g (1人分)

材 料 (2人分)

玉ねぎ	1個	卵	1/2個 (A)	マヨネーズ	大さじ2 (B)
あらびき	4枚	水	大さじ1 (A)	プレーン	大さじ3 (B)
ソーセージ		小麦粉	大さじ2 (A)	ヨーグルト(無糖)	
パン粉	適量	●付け合わせ		ビクルス	20g (B)
油(揚げ用)	適量	せん切りキャベツ、ミニトマト		おろしにんにく	お好みで (B)
				刻みパセリ	少々 (B)

作り方

- 玉ねぎは約5mmの厚みの輪切りを8枚切り、残りをみじん切りにする。
- タルタルソースを作る。ビクルスはみじん切りにし(B)と合わせ、①の玉ねぎのみじん切りを加えて混ぜ合わせる。※玉ねぎの辛味が気になる場合は、水にさらしてから使用する。
- 玉ねぎの輪切りであらびきソーセージをはさみ、混ぜ合わせた(A)、パン粉の順に衣をつけ、170~180℃に温めた油で揚げる。
- 器にせん切りキャベツ、ミニトマトと一緒に盛り付け、タルタルソースを添える。

サツと焼けて朝食にもお弁当にもおすすめ



つるっとさわやか!
いちごのミルク寒天



旬 いちご

※冷蔵庫で冷やし固める時間を除く。

🕒 15分

🔥 カロリー 85kcal (1人分)

🧂 塩分 0.1g (1人分)

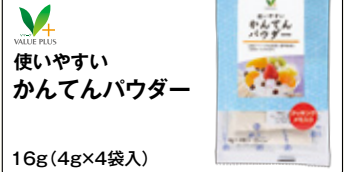
材 料 (2人分)

牛乳	150cc	いちご	10粒程度
砂糖	30g	●飾り	
粉寒天	3g	いちご、	適量
水	150cc	ミントの葉	

作り方

- いちごは洗い、ヘタを取り半分切る。流し缶は水に通しておく。
- 水に粉寒天を振り入れ数分置き、加熱して煮溶かす。
- 寒天が溶けたら弱火で数分煮て、砂糖を加える。砂糖が溶けたら牛乳を加え混ぜ合わせ、いちごを並べた流し缶に素早く流し入れる。
- 粗熱が取れたら冷蔵庫で冷やし、固まったら食べやすい大きさに切り、器に盛り付ける。

使いやすい小袋タイプの粉寒天です



さわらとたけのこのぼんず焼き



旬 さわら・たけのこ

お弁当

🕒 15分

🔥 カロリー 234kcal (1人分)

🧂 塩分 1.7g (1人分)

材 料 (2人分)

さわら	2切れ	たけのこ水煮	1袋(80g)
塩	小さじ1/6	(スライス)	
酒	大さじ1/2	ごま油	小さじ2
片栗粉	小さじ1	ぼんず	大さじ2

■お弁当と一緒に詰め合わせた具材
…大葉、厚焼きたまご、ひじきの炒め煮、ミニトマト
スナップエンドウ

作り方

- さわらは食べやすい大きさに切り、汚れをキッチンペーパー等で取り、塩を振り酒をまぶす。しばらく置いたら、水気を拭き取り、片栗粉を薄くまぶす。
- たけのこ水煮は水気を切っておく。
- フライパンにごま油を入れ温め、さわらとたけのこを焼き、さわらに火が通ったらぼんずを加え、全体からませ、香ばしい香りがしたら火を止め器に盛り付ける。

徳島県産
柑橘100%使用

希少柑橘 柚香(ゆこう)と
ゆずの
丸搾りぼんず

360ml

有機JAS認定竹林で収穫された
たけのこです



大分県産
有機たけのこ水煮
スライス

80g



生活に密着したVマーク商品をお手頃価格でご提供！
ブイナと赤い表示が目印です

この表示が目印です



いつものVマークが、
もっと身近に
あなたのくらしを
応援します！



※店舗によって価格が異なる場合がございます。

●● クイズに答えてプレゼントを当てよう！ ●●



Vマーククイズ

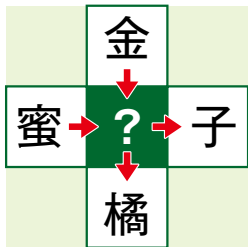


問題

右の空欄「？」に漢字を入れると
二字の熟語ができます。
空欄に入る漢字を教えてください。

ヒント

みかん、こうじ、
ミカン科の小高木のこと。



3月号の答え「缶」

鮭缶 / 食缶
缶詰 / 缶切

●応募要項：ハガキ、WEB 応募フォームにて ①クイズの答え ②住所 ③氏名 ④年齢 ⑤職業 ⑥電話番号 ⑦よくご利用いただく店名 ⑧「Vマーク商品」・情報誌「Vmark」に関するご意見・ご感想 を明記の上、下記の宛先までお送りください。

Vマーククイズのご応募はこちらから

●宛 先：
(ハガキ) 〒151-0053 東京都渋谷区代々木 2-10-8
ケイアイ新宿ビル「Vmark」編集室
(WEB) <https://www.v-mark.jp/present/>
※右記の2次元コードからも応募ができます。

●締め切り：2025年 4月末日着



※ご応募の際にご記入いただいた個人情報は、今月のプレゼントの抽選・発送に関わる業務のために使用させていただきます。その他の目的で使用することはありません。

今月のプレゼント

Vマーククイズの応募者の中から抽選で、
合計50名様にプレゼント!!

4月号のプレゼントは、「イッタラ ティーマー ボウル」です。シンプルで飽きのこないデザインで、ヨーグルトやデザート、スープやサラダを盛るのにぴったりなサイズです。

サイズ(約)/直径150×高さ55mm
材質/磁器

50名様に
当たる!



どの色が当たるかはお楽しみ!

※写真はイメージです。

※ご当選された方への賞品の発送をもって発表にかえさせていただきます。(2025年6月中旬発送予定)



よろこびがつなぐ世界へ

KIRIN

Vマーク ×
キリンビバレッジ共同企画



春を満喫おでかけ

総計
181名様に
当たる!

・キャンペーン!

おでかけコース

対象商品をそれぞれ1点以上含む
1,000円(税込)以上でご応募

京王プラザホテル
グラスコート ランチブッフェ



3名様

京成ホテルミラマール
中国料理 景山 ファミリーコース



3名様

葉山マリナー
クルージング&ランチプラン



3名様

横浜ベイシェラトン ホテル&タワーズ
フレンチ「ベイ・ビュ」ランチコース



3名様

セルリアンタワー東急ホテル
タワースパ 「ペロビスト」アフタヌーンティー



3名様

Sky Restaurant 634 ランチ
粋コース



3名様

地域のいいものお届けコース

対象商品をそれぞれ1点以上含む
500円(税込)以上でご応募

埼玉コース
川越開運堂
芋けんぴ
4種6袋セット

15名様

神奈川コース
よこすか
海軍カレー
オリジナル6食セット

15名様

千葉コース
江戸前
プレミアム
焼海苔詰合せ 30個

15名様

Wチャンス はずれた方の中から抽選で
「Vマーク商品 詰め合わせ」プレゼント
100名様

対象商品

キリンビバレッジ全商品



Vマーク全商品



キリンビバレッジ商品とVマーク商品をそれぞれ各1点以上を含む規定金額以上のお買い上げレシートでご応募ください!

キャンペーン対象店舗：京王ストア、京成ストア、京急ストア、相鉄ローゼン、東急ストア、東武ストア、よこまちの各店舗

※商品画像は対象商品の一例です。※商品のデザインは、若干異なる場合がございます。※店舗によっては取り扱っていない場合がございます。ご了承ください。



詳しくは店頭での専用応募はがきをご覧ください

スマートフォンからも応募可能です

詳しくはコチラ

応募締切

2025年5月7日(水) ※当日消印有効

※各商品の有効期間は、2025年4月1日(火)～2025年5月6日(火・振替)

お問い合わせ先

キリン・キャンペーン事務局

0120-685-036

HA00969

キリンビバレッジ株式会社 www.beverage.co.jp

※画像はイメージです。 ※賞品の仕様・デザインは変更になる場合がございます。 のんだあとにはリサイクル。

本誌に掲載されたVマーク商品は店舗により取り扱いのない商品がございます。また、販売価格・時期が異なる場合がございます。ご了承ください。

Vマーク商品は、私鉄系スーパーの共同開発商品です。

Vマーク
お取り扱い店



京王ストア



リブレ京成



京急ストア



そうてつローゼン

Tokyu Store

東急ストア

TOBU STORE

東武ストア



よこまちストア

Vマークホームページ <https://www.v-mark.jp>

本誌のすべてについて無断転載、複写、加工使用を禁じます。