

# 飲む理由がある

ずっと元気でいたいから

01 1日分の<sup>※1</sup>  
カルシウムと鉄分を  
効率良く摂れる<sup>※2</sup>

02 食事で摂りにくい  
6種のビタミン<sup>※3</sup>

03 毎日続けやすい  
ミルクのあじわい

04 100mlの  
飲み切りサイズ



乳飲料100ml

**NEW**

健康にアイデアを  
**meiji**

※2 明治の飲料商品(100mlあたり)の中で、  
カルシウムと鉄分を最も多く含んでいます。

※1 栄養素等表示基準値(2020) ※3 葉酸、ビタミンD・B1・B6・B12・E

明治  
ミルクで元気 PREMIUM プレミアム

# ここがスゴイ!



理由その1

1日分のカルシウム<sup>※1</sup>  
680mg配合

歯や骨を作る材料以外にも、身体に大切な機能を発揮するので、毎日必要量の摂取が大切です。

理由その2

1日分の鉄分<sup>※1</sup>  
6.8mg配合

鉄分が不足すると、貧血だけでなく、酸素不足を原因とする様々な症状が出るため、毎日必要量を摂取しましょう。<sup>※2</sup>

理由その3

6種のビタミン配合

10 $\mu$ gのビタミンDと、72 $\mu$ gの葉酸に加え、ビタミンB1・B6・B12、ビタミンEを半日分配合。<sup>※1</sup>

## 食材にすると、こんなにたくさんの量が必要です。<sup>※3</sup>

<sup>※1</sup>栄養素等表示基準値(2020) <sup>※2</sup>(株)明治HP「明治の食育」より引用 <sup>※3</sup>文部科学省 日本食品標準成分表(八訂) 増補2023年

**カルシウム**

牛乳コップ4杯分 (1杯150mlとして)

**鉄分**

ほうれんそう(ゆで)2.5束分 (1束300gとして)

**ビタミンD**

鮭の切り身 半分 (一切れ100gとして)

**葉酸**

枝豆(ゆで)8さや分 (1さや4gとして)

**ビタミンB1**

みかん6個分 (1個100gとして)

**ビタミンB6**

ブロッコリー(ゆで)50個分 (1個10gとして)

**ビタミンB12**

カマンベールチーズ6ピース分 (1ピース15gとして)

**ビタミンE**

キャベツ3.5玉 (1玉900gとして)

監修 管理栄養士:宇敷ちはる先生 鈴木数也先生

## スーパーなどでは買えない、明治の宅配専用商品。

●栄養成分表示 1本(100ml)当たり

エネルギー	60kcal	カルシウム	680mg	ビタミンD	10~20 $\mu$ g
たんぱく質	3.7g	鉄	6.8mg	ビタミンE	3.15~5.55mg
脂質	2.3g	ビタミンB1	0.6mg	葉酸	72 $\mu$ g
炭水化物	6.2g	ビタミンB6	0.65mg	リン	116mg
食塩相当量	0.16g	ビタミンB12	1.2 $\mu$ g	カリウム	174mg

アレルギー物質(特定原材料等)

乳成分

<sup>※</sup>栄養素等表示基準値 国民の健康の維持増進等を図るために示されている性別及び年齢階級別の栄養成分の摂取量の基準を性及び年齢階級(18歳以上に限る。)ごとの人口により加重平均した値。

<キリトリ線>

●宅配申込書 ご記入日 年 月 日

お名前 様

ご住所

TEL ( )

ご希望本数 明治ミルクで元気PREMIUM(プレミアム) 本/週

●月極めでご自宅までお届けいたします。

【個人情報の取扱いについて】ご記入いただいたお客様の個人情報は、商品のお届け、集金業務の遂行及び各種サービス・イベントのお知らせ他、マーケティング等の目的のために個人を特定しない統計的情報の形で利用させていただきます。