

使用说明书

スチームオーブンレンジ 微蒸烤一体机

ER-T200BW

使用产品前请仔细阅读本使用说明书，
并请妥善保管。



TOSHIBA

目 录

尊敬的用户：

承蒙惠购东芝产品，谨在此致以诚挚谢意！

为了您正确使用本产品，请在产品安装和使用前仔细阅读本说明书，并妥善保管以供日后参考。

您所使用的东芝产品，需要定期进行清洗与保养。如果不能得到正确的清洗与保养，其故障率将增加且适用寿命大为缩减。

请您每年定期与东芝当地服务网点或直接与我司联系，我司将指派专业人员给您提供有偿的检查和保养服务。

お客様：

弊社の製品をご利用頂きありがとうございます。

本製品を正しく使って頂く為に、設置とお使いになる前にこの取扱説明書をよくお読みになり、後日参考の為に大切に保管しておいてください。

ご利用するこの製品について、定期的に清掃とメンテナンスを行う必要があります。正しく清掃、メンテナンスをされていないと、故障率が上がり、製品の寿命が大幅に短縮する可能性があります。

毎年定期的に現地の東芝アフターサービス、または直接弊社へご連絡ください。専門業者による有料のチェックとメンテナンスサービスを提供致します。

重要的安全说明

开箱检查	01
安全注意事项	01
烹饪器皿选择	05

产品简介

结构说明	06
附件清单	06
水盒介绍	07
水盒使用	07
控制面板	08
显示屏指引	08

使用说明

首次使用	09
微波快捷加热	10
微波	11
纯蒸	12
高温蒸	13
烘烤炸	14
平炉烤	15
空气炸	16
过热水蒸气	17
食谱	19
解冻	26
发酵	27
果干肉脯	28
保温	29
消毒	30

清洁保养

日常清洁	31
除味	31
除垢提醒	32
除垢	32

服务指南

产品参数	33
中国RoHS	34
食品接触材料信息	35
维修服务内容	36
售后服务	36
以换代修服务指南	37
产品保修卡	38

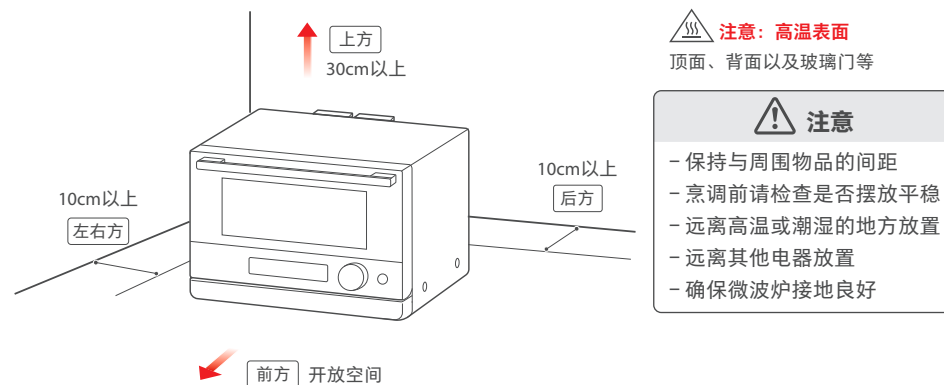
开箱检查

打开包装，请检查以下内容

- 机体外罩有无因撞击或重压而变形的迹象。
- 炉门与控制面板对接是否平整，开门是否顺畅灵活。
- 炉门上的金属网孔是否弯曲或变形。
- 电源线有无破损松脱的现象。
- 请检查微波炉铭牌上所标识的数据是否与当地电网相符。

微波炉摆放

应将微波炉放置在干燥的环境中，不可在室外使用本产品。为避免产品工作中油烟污染家具或发热引起火灾，产品要和墙壁、橱柜保留一定距离。严禁将微波炉放置在易燃物或热源附近使用，应注意远离窗帘等或类似物品，以防造成火灾。



安全注意事项

- 使用前，请仔细阅读相关标识标注，并严格遵守重要的安全说明。
- 为了避免给使用者带来伤害以及财产损失，产品机身及使用说明书记载着正确、安全的使用方法等重要文本内容。
- 图标、图示符号目的是帮助用户理解，可能与实物有所差异。
- 请仔细阅读并妥善保管以供将来参考。

标示符号的说明



警告

表示可能会导致死亡或重伤的安全事项



注意

表示可能会导致轻伤或财产损害的安全事项



禁止

表示禁止和不可以做的事项

具体的禁止内容标示在图示符号中或在其附近用图画或文字说明。



强制

表示强制的，务必遵守的事项

具体的强制内容标示在图示符号中或在其附近用图画或文字说明。



温馨提示

表示可能影响使用体验的其他事项

环境方面注意事项

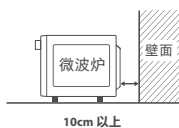
- ⚠ 微波炉不要接近易燃、不耐热的物体；微波炉不能放置于橱柜中。

使用方面注意事项

● 小心烟雾出现

如发现有烟雾，应关掉器具开关或拔掉电源插头，并保持炉门关闭，以抑制火焰蔓延。

- 微波炉背面有安全阻隔部件，以防止微波炉与墙壁等物体接触，保持安全距离。



● 禁止烹调带壳蛋类食物

微波炉不能用来加热带壳的鲜蛋和已煮熟的蛋，因为在用微波加热时甚至在加热之后它们可能会发生爆炸。

● 放在足够坚固的平坦场所

如果放在强度不够的桌子上或倾斜场所，则会因掉落、翻倒等导致受伤。此外，冷凝水也可能会流到地板上。因地震等而翻倒、掉落时，即使外观没有损坏，也不要直接使用，请委托经销商进行检查。

- 自清洁和蒸汽烹调一样也有蒸汽，请关闭炉门，谨防烫伤。（以产品实际功能为准）

● 不能使用蒸汽清洁剂。

- 器具如果带有温度传感器探头只能使用推荐的温度传感探头。

使用方面注意事项

- 不能使用蒸汽清洁剂。

- **警告** 为避免可能出现的电击，换灯前应确定器具已断开电源。

- **请勿将异物伸入吸气口排气口及炉门联锁开关**

包括金属物、手指等，防止触电及微波泄漏。如有异物插入，请拔掉电源插头，立即联系我司维修客服中心。

- **禁止擅自拆开外罩进行修理和改造**

如果电源软线损坏，为了避免危险，必须由制造商、其维修部或类似部门的专业人员更换。

警告 除有资格的维修人员外，其他人来执行检修操作都是危险的，包括拆下防止微波能量泄漏的防护盖等操作。

- **避免过度加热**

当加热用塑料或纸包装的食物时，应注意观察微波炉，因为有着火的可能。

- 使用前，请确保外罩防护膜已撕去。

- **取出食物时必须小心谨慎**

警告 禁止加热装在密封容器内的液体或其他食物，因为这样有可能发生爆炸。微波加热饮料会导致延迟喷溅沸腾，因此取出时必须小心谨慎。奶瓶和婴儿食品罐应经过搅拌或摇动，喂食前应检查瓶内食物的温度，避免烫伤。

- **小心烟雾出现**

如发现有烟雾，应关掉器具开关或拔掉电源插头，并保持炉门关闭，以抑制火焰蔓延。

- **请使用微波烹调器皿**

警告 在微波炉内仅能使用适合的器皿。

- **取下所有包装材料并远离婴幼儿**

包括包装袋、外罩膜、附件，以免工作过程发生火灾；并远离婴幼儿，防止误用导致窒息。

- **老人、儿童需谨慎使用微波炉**

警告 只有在已经提供充分的指导以致于儿童能够采用安全的方法使用微波炉，并且明白不正确的使用会造成危险时，才能允许儿童在无人监控的情况下使用微波炉。

警告 当器具以组合模式工作，因温度升高，儿童必须在成人的监督下使用。

警告 在使用时可触及部分可能会发热。儿童应远离。

- **高温表面，防止烫伤**

器具在使用期间会发热，注意避免接触器具内的发热单元。器具工作期间，某些表面的温度很高。贴有“高温表面”标志的表面在使用过程中会变烫。



- **小心开关门，门体变形会有微波泄漏的危险**

警告 如果微波炉门或门封已损坏，则不得再使用，直到经有资格的维修人员修好为止。

- 把手的内侧中部可能会发烫。

- 微波炉顶部外壳的上方所需自由空间的最小高度。

- 器具不能在外接定时器或独立遥控控制系统的方式下运行。



警告

清洁保养注意事项

● 定时清洗

应定期清洁微波炉并清除微波炉所有食物残渣。不清洁微波炉会导致器具表面劣化，这会影响器具的寿命可能会导致危险的情况。

● 保持炉腔底部清洁

保持炉腔底部清洁，可避免转盘微波炉工作过程中转盘因转动而产生的异常噪音。

● 煮食中产生油脂，请及时清洁

煮食过程中产生的油脂会腐蚀炉腔、影响加热效果，从而改变食物的味道。因此使用后请及时清洁炉腔。

● 常温水清洁附件

常用温水清洗金属烤盘、陶瓷盘和金属烤架。注意在微波炉长时间烹饪后，不要用冷水立即清洁。（本说明是清洁方法，附件具体以整机附带为准）

● 长时间不使用微波炉，使用前请在烧烤或光波功能状态下使用几分钟，以蒸发微波炉内聚积的湿气。（以产品实际功能为准）

● 定时清洗

可用蘸有软性洗涤剂（如洗洁精）的布块擦拭微波炉外壳，再用湿布擦干净，最后用干布擦干，严禁使用钢丝刷等硬物擦拭微波炉。请勿清洁炉门安全锁系统。

警告 不要使用粗糙洗剂或锋利的金属刮刀清洁器具门的玻璃。如果器具门的玻璃表面会擦伤，这样会导致玻璃破碎。

● 清洁部件细节

清洁门封、腔体和邻近的部件细节。

● 门封清洁

可用蘸有碱性洗涤剂的布块来擦拭门封（细缝部分可用蘸有牙膏的小刷子进行清理），再用湿布擦干净，最后用干布擦干。

● 微波炉输出方式

微波炉有底部输出微波及侧面输出微波两种方式。底部微波输出口被微晶板覆盖，侧面微波输出口被云母片（可拆换）覆盖。请勿私自拆除微晶板和云母片，以防异物进入微波输出口，异物被微波加热后有着火可能。

烹饪器皿选择

烹调前 请您务必检查清楚烹调器具是否适用于微波功能；请勿使用非微波器皿烹调食物。

建议器皿	建议使用宽口的微波炉专用耐热陶瓷或玻璃器皿；塑料器皿不可长时间加热。	
禁止使用	不耐热塑料及玻璃器皿	如：雕花、钢化玻璃耐热性差，不能用于微波功能的高温烹调。
	漆器	不能用于微波功能。因油漆可能会因高温而脱落。
	木、竹和纸制品	耐热性差，不能用于微波功能的高温烹调。
	锡箔纸	不能用于微波功能，以免造成腔体打火。

可选器皿	例如	使用说明	微波	烧烤	蒸汽
		锡箔纸不得用于纯微波/组合烧烤模式，仅适用于烧烤状态。	×	✓	✓
金属器皿		金属器皿不得用于纯微波模式，仅适用于烧烤，组合烧烤状态。	×	✓	✓
		禁止将铝锅、不锈钢锅、金属汤勺、筷子、刀叉、锅铲、菜刀、水壶、金属锅等放入微波炉。	×	✓	✓
耐热微波陶瓷器皿		贴有“微波炉适用”标签的陶瓷、砂锅等均可使用。但有金、银装饰或饰有彩釉的容器不能使用。	✓	✓	✓
耐热微波玻璃器皿		最适合微波炉使用和加热的容器，透明性好，烹调时食物一目了然，并可直接上餐桌。	✓	✓	✓
耐热微波塑料器皿		许多特殊的塑料是为了微波炉使用而制造的，它们也是较理想的微波餐具。	✓	×	✓
微波蒸宝 微波蒸饭宝		仅适用于微波状态。使用前请往蒸宝和蒸饭宝底座放够足量的水，严禁无水干烧。	✓	×	×
保鲜膜		耐高温保鲜膜，可用于包裹蔬菜，防止水份蒸发，但不可直接用来包裹肉类及油炸食物。	✓	×	×

注意：盛放液态食物(如牛奶)的份量不能超过容器的三分之二。

使用前

使用方法

遇到困难时

产品简介

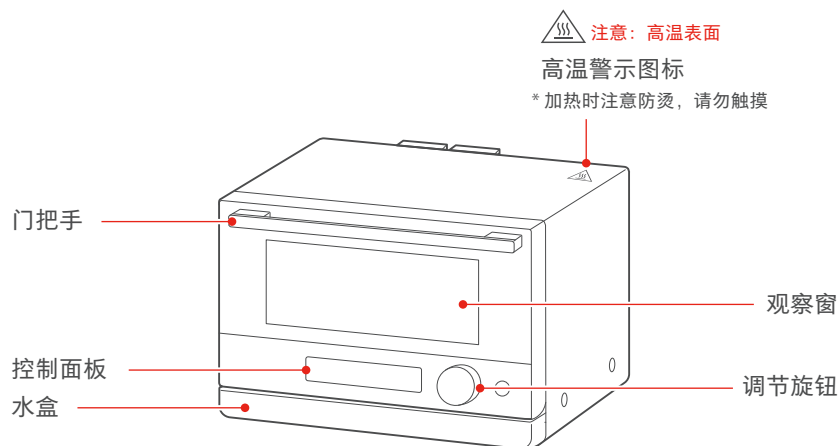
结构说明



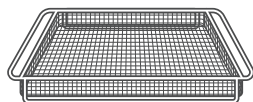
温馨提示

使用产品前请先了解以下内容，以便您快速掌握产品使用

由于我们的产品不断的升级，如实物与下图存在差异，请以实物为准。
此产品为桌面式产品，禁止用作嵌入式。

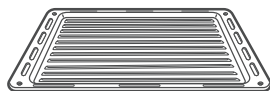


附件清单



蒸烤炸篮

空气炸、烧烤、烘焙以及蒸汽烹饪可使用此附件，置于腔体卡槽使用
(有微波功能禁止使用)



金属烤盘

烤油脂类食物或接食物残渣，置于腔体卡槽使用
(有微波功能禁止使用)

水箱介绍



注意

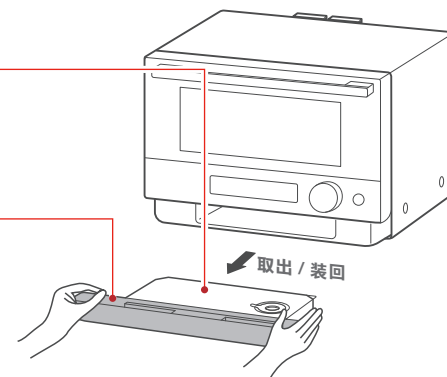
1. 水箱缺水时水泵会发出轻微抽水声，同时发出【嘀嘀】提示音，屏幕显示【加水】，此时请及时将水箱加满水。
2. 请将水箱推到位，听到咔嚓一声后即推到位。
3. 使用蒸汽功能时，工作过程中抽水声为水泵间歇性工作产生，属正常现象。

净水盒

用于装蒸汽功能与清洁功能时所需的纯净水
注：使用前，净水盒接水后请盖紧水箱盖，否则水箱倾斜会产生漏水。

废水盒

用于接炉门下方滴落的水和腔体排出的水
注：烹饪后请及时倒掉废水盒的废水，防止废水积满废水盒后溢出，以免滋生细菌。

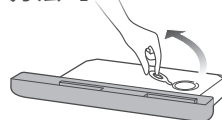


水箱使用

水箱加入常温纯净水（最大容量约为750ml），以免产生水垢影响机器使用寿命。

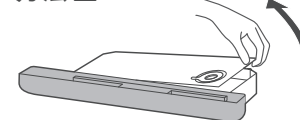
净水盒加水方式:

方法 1:



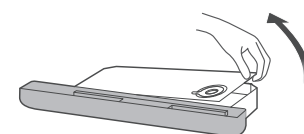
揭开胶圈加入常温纯净水。

方法 2:

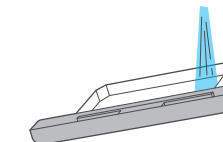


打开水箱盖加入常温纯净水。

水箱清洗方式:



1. 取出净水盒，揭开净水盒盖，倒掉废水和剩余的水。



2. 用净水冲洗清洁净水盒和废水盒。
3. 晾干后，净水盒盖上盖子放回水箱槽。

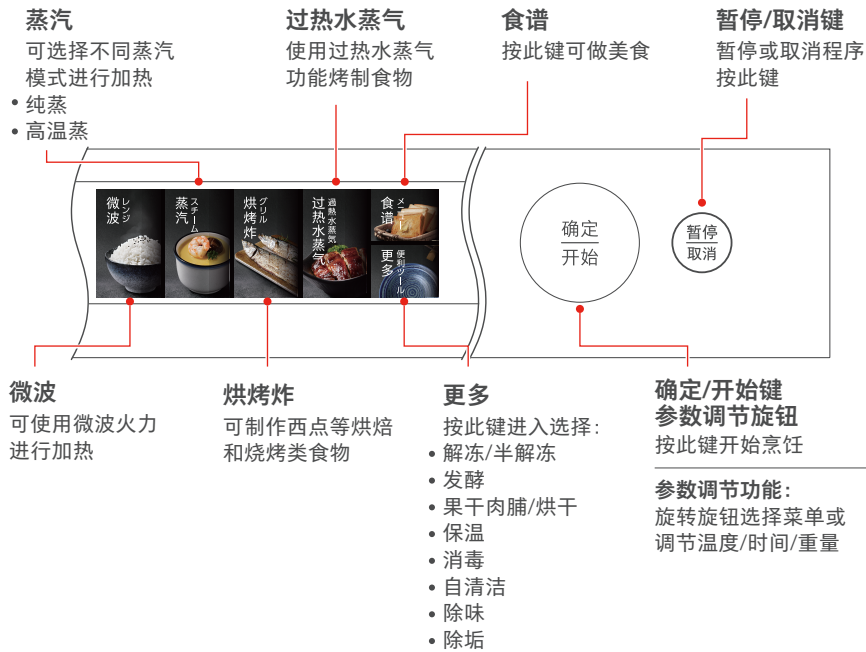
使用说明

首次使用

控制面板



1. 待机状态下，显示屏显示“0”。
2. 待机且处于关门状态下，一段时间无操作显示屏会熄屏，按键或开门可唤醒。

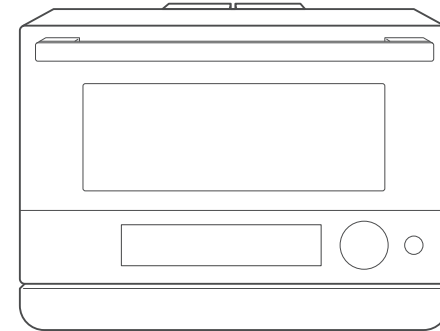


显示屏指引

过热水蒸气 纯蒸 高温蒸 平炉烤 空气炸 肉类 素食 甜点 汤羹 主食 解冻 发酵 保温 消毒 烘干 自清洁 除味 除垢

预热 高温 完成
8888 °C
加水 翻面 加料
W 个 根 克
88 分 88 秒
禁金属 需除垢 冷却中

- 预热：**腔体预热时对应显示
高温：腔体温度高于阈值显示
完成：工作完成时对应显示
°C/W/克：调节温度/功率/重量时显示
杯/个/根：调节个别菜谱份量时显示
时/分/秒：调节时间时显示
加水：水盒需要加水或蒸汽烹饪启动前提醒时显示
翻面/加料：菜谱烹饪时需要翻面或加料时显示
禁金属：使用带微波功能时显示提醒
需除垢：蒸汽功能累计工作时间大于阈值显示
冷却中：风扇吹风散热时对应显示



空烧提示：首次使用需空烧10-15分钟，以去除腔体内的油层。

操作方法：

- 1 将腔体内所有包装物料取出，在断电状态下用湿布将腔体内擦拭一遍，插上电源。
- 2 按**烘烤炸**键选择**平炉烤**，旋转旋钮选择**230°C**，时间选择15分钟，按**确定/开始**开始工作。

空烧结束：拔掉电源，打开炉门以便快速散热，待炉腔完全冷却之后便可正常使用。

注：● 空烧过程中会有异味或冒烟属于正常现象。

- 应将产品放置在干燥的环境中，不可在室外使用本产品，严禁将产品放置在易燃物或热源附近使用，应注意远离窗帘等或类似物品，以防造成火灾。
- 请将所有小宠物或雀鸟搬至其他通风良好的房间，以免因烟雾而导致窒息。

微波快捷加热



注意

1. 快捷加热是利用微波加热，微波功能下，金属材料（含锡箔纸）不能用哦！
2. 烹调时使用保鲜膜（留孔透气）或带孔的盖子，可防止食物发干。
3. 加热过程可调整食物摆放位置或搅拌，食物加热更均匀。
4. 工作过程中可旋转旋钮调整时间。

- 1** 待机状态下，按**确定/开始**启动微波快捷加热；



- 2** 旋转旋钮调整时间。
注：默认最高火力600W，
最大烹饪时间：1时30分。



食物加热时间建议：（可根据个人喜好调整时间）

编号	食物	份量	火力	时间
1	热饭菜	1份（400克）	默认高火	2~3分钟
2	热牛奶	1杯（250mL）	默认高火	1分30秒~2分钟
3	爆米花	1袋（100克）	默认高火	2~3分钟
4	方便面（用热水）	1袋（100克）	默认高火	2~3分钟
5	热面包	2个（100克）	默认高火	30秒
6	煮玉米	1个（200克）	默认高火	4~5分钟
7	煮红薯/土豆	1个（200克）	默认高火	4~5分钟
8	热速冻包 （表面撒水+盖保鲜膜）	2个（100克）	默认高火	1~2分钟

微波



注意

1. 微波功能下，金属材料（含锡箔纸）不能用哦！
2. 烹调时使用保鲜膜（留孔透气）或带孔的盖子，可防止食物发干。
3. 加热过程可调整食物摆放位置或搅拌，食物加热更均匀。
4. 工作过程中可旋转旋钮调整时间。

- 1** 按**微波**键；



- 2** 旋转**旋钮**选择微波火力，
按**确定/开始**选定火力；



- 3** 旋转**旋钮**调整时间；
（最大烹饪时间：1时30分）



- 4** 按**确定/开始**开始烹饪。



火力设定参考：

图标状态	火力值	适用类型（参考）
800W	高火	<ul style="list-style-type: none"> 快速烹调 翻热
600W	中高火	<ul style="list-style-type: none"> 翻煮食物 加热冷冻食品
500W	中火	<ul style="list-style-type: none"> 炖煮 慢炖
200W	中低火	<ul style="list-style-type: none"> 解冻 炖煮
100W	低火	<ul style="list-style-type: none"> 黄油软化 软化巧克力

纯蒸



注意

1. 工作前请把水盒加满纯净水。
2. 加热过程可调整食物摆放位置或搅拌，食物加热更均匀。
3. 工作过程中可旋转旋钮调整时间。
4. 启动前屏幕会提示“加水”，请将水盒装满水并安装到位，启动后，屏幕内“加水”会自动熄灭。

- 1** 按蒸汽键，按**确定/开始**选定**纯蒸**功能；



- 2** 旋转**旋钮**调整温度，按**确定/开始**选定温度；
(温度范围：50°C-100°C)



- 3** 旋转**旋钮**调整时间；
(最大烹饪时间：1时30分)



- 4** 按**确定/开始**开始烹饪。



高温蒸



注意

1. 工作前请把水盒加满纯净水。
2. 加热过程可调整食物摆放位置或搅拌，食物加热更均匀。
3. 工作过程中可旋转旋钮调整时间。
4. 启动前屏幕会提示“加水”，请将水盒装满水并安装到位，启动后，屏幕内“加水”会自动熄灭。

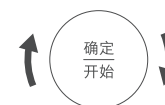
- 1** 按蒸汽键2次，按**确定/开始**选定**高温蒸**功能；



- 2** 旋转**旋钮**调整温度，按**确定/开始**选定温度；
(温度范围：110°C-150°C)



- 3** 旋转**旋钮**调整时间；
(最大烹饪时间：1时30分)



- 4** 按**确定/开始**开始烹饪。



烘烤炸

有预热设定



注意

1. 预热是为了使炉腔的温度达到烘焙或烧烤的初始温度，仅需设置预热温度，在预热完成前请不要放入食物。
2. 提醒预热结束后，再打开炉门放入食物。
3. 上下烤管双动力同时发热，适用于双面烘烤单层食物。

- 1 按**烘烤炸**键，按**确定/开始**选定**预热**功能；



- 2 旋转**旋钮**调整预热温度，按**确定/开始**开始预热。
(温度范围：100°C-230°C)



平炉烤



注意

1. 上下烤管双动力同时发热，适用于双面烘烤单层食物。
2. 烹饪过程中可翻转食物，以便使烹饪效果更佳。
3. 工作过程中可旋转旋钮调整时间。

- 1 按**烘烤炸**键2次，按**确定/开始**选定**平炉烤**功能；



- 2 旋转**旋钮**调整温度，按**确定/开始**选定温度；
(温度范围：100°C-230°C)



- 3 旋转**旋钮**调整时间；
(最大烹饪时间: 1时30分)



- 4 按**确定/开始**开始烹饪。



空气炸



注意

1. 烹饪过程中可翻转食物，以便使烹饪效果更佳。
2. 工作过程中可旋转旋钮调整时间。
3. 选择空气炸功能时，请使用蒸烤炸篮附件。

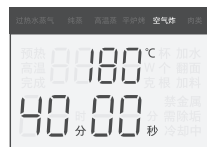
1 按**烘烤炸**键3次，按**确定/开始**选定**空气炸**功能；



2 旋转**旋钮**调整温度，按**确定/开始**选定温度；
(温度范围：100°C-230°C)



3 旋转**旋钮**调整时间；
(最大烹饪时间: 1时30分)



4 按**确定/开始**开始烹饪。



过热水蒸气

有预热设定



注意

1. 预热是为了使炉腔的温度达到烘焙或烧烤的初始温度，仅需设置预热温度，在预热完成前请不要放入食物。
2. 提醒预热结束后，再打开炉门放入食物。
3. 过热水蒸气辅助高火力烘烤烹饪，让肉类更加鲜嫩多汁，让糕点更加松软可口。
4. 工作前请把水盒加满纯净水。
5. 启动前屏幕会提示“加水”，请将水盒装满水并安装到位，启动后，屏幕内“加水”会自动熄灭。

1 按**过热水蒸气**键，按**确定/开始**选定**预热**功能；



2 旋转**旋钮**调整预热温度，按**确定/开始**开始预热。
(温度范围：100°C-230°C)



无预热设定



注意

1. 过热水蒸气辅助高火力烘烤烹饪，让肉类更加鲜嫩多汁，让糕点更加松软可口。
2. 烹饪过程中可翻转食物，以便使烹饪效果更佳。
3. 工作过程中可旋转旋钮调整时间。
4. 工作前请把水盒加满纯净水。
5. 启动前屏幕会提示“加水”，请将水盒装满水并安装到位，启动后，屏幕内“加水”会自动熄灭。

- 1 按过热水蒸气键2次，按**确定/开始**选定**无预热**功能；



- 2 旋转**旋钮**调整温度，按**确定/开始**选定温度；
(温度范围：100°C-230°C)



- 3 旋转**旋钮**调整时间；
(最大烹饪时间：1时30分)



- 4 按**确定/开始**开始烹饪。



食谱



注意

1. 微波功能烹饪的自动菜单，禁止使用金属器皿（含锡箔纸、附赠的蒸烤架、烤盘和炸篮）。
2. 微波菜单加保鲜膜或加盖，烹饪效果更佳，注意留孔哦！
3. 本机自动菜单的程序与所给食材份量、时间为最佳匹配，请按建议操作。
4. 为达到更好效果，请参考说明书或菜谱的食材份量、器皿和操作方式。若实际烹饪的食材份量或器皿与说明书或菜谱中的建议规格有差异时，请根据实际情况增加/减少烹饪时间。
5. 工作过程抽水声为水泵间歇性工作产生，属正常现象。

- 1 按**食谱**键，旋转**旋钮**选择**食谱类别**，按**确定/开始**选定**食谱**；



- 2 旋转**旋钮**选择所需**食谱号**，按**确定/开始**选定**食谱号**；



- 3 旋转**旋钮**调整时间；
(可根据实际烹饪需求，适当调整时长)



- 4 按**确定/开始**开始烹饪。



快速同时菜单（上烤下蒸）

快速菜单1（约10~15分钟）

上烤菜单（烤盘放上层）				下蒸菜单（容器放平板中央）	
食物	份量	食物	份量	食物	份量
烤虾	约5~6只	烤茄子	1个, 约400g	蒸虾	约5~6只
烤蘑菇	约10个以内	烤五花肉	约200g	娃娃菜	约400g
烤培根	约4~5片	烤小羊排	4根, 约400g	西兰花	约300g
烤肉肠	约50g/根	彩椒牛肉	约4根	金针菇粉丝	菇约200g, 粉约100g, 总重不超过500g
				蒸蛋羹	约2个

快速菜单2（约15~20分钟）

上烤菜单（烤盘放上层）		下蒸菜单（容器放平板中央）	
食物	份量	食物	份量
秋刀鱼	约3条	蒸扇贝	约4个
煎带鱼	1条	蒸鱼	约400g以内
烤鸡翅	500g, 约11个	蒸蛤蜊	400g以内
		蒸生蚝	约4个

附注:

1. 启动前请将水盒中加满水。
2. 上烤下蒸快速菜单支持蒸烤料理同时烹饪，实现不同食材一锅同出。
3. 同一菜单编号下的食材可以任意组合烹饪，不同菜单编号下的食材不可同时烹饪。
4. 上烤菜单烹饪时建议包裹锡纸，中途可以调转烤盘方向或手动翻面，防止食物上色过深。
5. 下蒸菜单烹饪时可将耐热器皿直接放置在平板中央，蒸制绿叶青菜时为保证口感，可在容器中加入与蔬菜等量的水。
6. 不建议使用上烤下蒸菜单蒸面点，以免面点发干及轻微上色，蒸制面点建议使用纯蒸模式。
7. 食物起始温度、尺寸大小、摆放位置等都会对烹饪效果有影响，建议一边烹饪一边观察。

快速同时菜单（上烤下蒸）

快速菜单3（约20~25分钟）

上烤菜单（烤盘放上层）		下蒸菜单（容器放平板中央）	
食物	份量	食物	份量
烤鸡腿	约4个	蒸排骨	约300g
贝贝南瓜	约230g	蒸鸡块	约400g
烤玉米	1根, 4段, 约400g	蒸肉饼	约200g
		蒸蟹	约3只

快速菜单4（45分钟及以上）

上烤菜单（烤盘放上层）		下蒸菜单（容器放平板中央）	
食物	份量	食物	份量
烤红薯	4根, 约200g/根	蒸山药	约400g
烤土豆	约500g	蒸玉米	2根
		蒸芋头	约300g, 40g/个

附注:

1. 启动前请将水盒中加满水。
2. 上烤下蒸快速菜单支持蒸烤料理同时烹饪，实现不同食材一锅同出。
3. 同一菜单编号下的食材可以任意组合烹饪，不同菜单编号下的食材不可同时烹饪。
4. 上烤菜单烹饪时建议包裹锡纸，中途可以调转烤盘方向或手动翻面，防止食物上色过深。
5. 下蒸菜单烹饪时可将耐热器皿直接放置在平板中央，蒸制绿叶青菜时为保证口感，可在容器中加入与蔬菜等量的水。
6. 不建议使用上烤下蒸菜单蒸面点，以免面点发干及轻微上色，蒸制面点建议使用纯蒸模式。
7. 食物起始温度、尺寸大小、摆放位置等都会对烹饪效果有影响，建议一边烹饪一边观察。

空气炸

屏幕显示	菜单名称	建议重量	烹饪方式	是否预热
5	炸薯条	500g	空气炸	/
6	炸鸡柳	350g	空气炸	/
7	炸酥肉	350g	空气炸	/
8	炸鸡块	500g	空气炸	/
9	炸虾天妇罗	400g	空气炸	/
10	日式吉列猪排	500g	空气炸	/
11	脆烤多春鱼	250g	空气炸	/
12	奶香燕麦脆虾球	200g	空气炸	/

肉类

屏幕显示	菜单名称	建议重量	烹饪方式	是否预热
13	奥尔良烤翅	500g	过热水蒸气	是
14	蒜香排骨	500g	过热水蒸气	是
15	酱烤鱿鱼	500g	过热水蒸气	是
16	低盐三文鱼	200g	过热水蒸气	是
17	减脂烤五花肉	200g	过热水蒸气	是
18	脆皮叉烧	450g	过热水蒸气	是
19	清蒸鲈鱼	400g	纯蒸	/
20	蒸排骨	400g	纯蒸	/
21	豉椒蒸花蛤	400g	纯蒸	/
22	蜜汁鸡腿	900g	空气炸	/
23	椒盐烤虾	400g	空气炸	/
24	烤香肠	300g	空气炸	/

素食

屏幕显示	菜单名称	建议重量	烹饪方式	是否预热
25	蒸蛋羹	300g	纯蒸	/
26	蒜蓉蒸娃娃菜	400g	纯蒸	/
27	蒸手撕茄子	500g	纯蒸	/
28	香甜烤红薯	1000g	空气炸	/
29	蜂蜜栗子	500g	空气炸	/
30	炸花生米	300g	空气炸	/

甜点

屏幕显示	菜单名称	建议重量	烹饪方式	是否预热
31	葡式蛋挞	400g	空气炸 + 平炉烤	是
32	戚风蛋糕	500g	平炉烤	是
33	蔓越莓曲奇	200g	空气炸	是
34	玛格丽特饼干	180g	空气炸	是
35	意式薄底披萨	600g	平炉烤	是
36	全麦面包	600g	平炉烤	是
37	草莓玛芬	800g	空气炸	是
38	香橙玛德琳	180g	平炉烤	是

汤羹

屏幕显示	菜单名称	建议重量	烹饪方式	是否预热
39	银耳莲子羹	1500g	微波	/
40	牛奶木瓜露	1000g	微波	/
41	冰糖雪梨饮	1500g	微波	/
42	香芋西米露	1000g	微波	/
43	红枣乌鸡汤	1200g	微波 + 纯蒸	/
44	虫草花炖排骨	1500g	微波	/

主食

屏幕显示	菜单名称	建议重量	烹饪方式	是否预热
45	蒸速冻面点	420g	纯蒸	/
46	杂粮蒸饭	500g	纯蒸	/
47	南方馒头	800g	发酵 + 纯蒸	/
48	北方馒头	800g	发酵 + 纯蒸	/

更多功能

菜单名称	次菜单名称	建议重量	烹饪方式	是否预热
解冻/半解冻	01 解冻	默认100g, 可调	微波	/
	02 半解冻	默认100g, 可调		
发酵	/	默认35°C, 可调	平炉烤	/
果干肉脯/烘干	01 果干肉脯	默认80°C	平炉烤	/
	02 腔体烘干	/		
保温	/	默认60°C	平炉烤	/
消毒	/	/	纯蒸	/
自清洁	/	/	纯蒸	/
除味	/	/	/	/
除垢	/	/	纯蒸	/

解冻



注意

1. 解冻是利用微波加热，金属材料（含锡箔纸）不能用哦！
2. 为了均匀解冻，建议在解冻过程中将食物翻转，或移动食物摆放位置。
3. 经解冻的食物建议尽快烹调或食用，不宜再放入冰箱内冷冻。

- 1 按**更多**键，按**确定/开始**选定解冻；



- 2 旋转**旋钮**选择解冻模式，按**确定/开始**选定；



- 3 旋转**旋钮**调整重量；



- 4 按**确定/开始**开始烹饪。



解冻食物的技巧：

解冻类型	重量范围	适用场景	食材技巧
解冻	100g~1500g	通过微波解冻，适用于100g~1500g的肉类等食材。	冷冻的生肉、鱼： 要除去包装放在容器内解冻，冷冻前最好将其切成2-3厘米大小，并摆放整齐，达到更好的解冻效果。
半解冻	100g~500g	通过微波半解冻，适用于100g~500g的三文鱼等刺身食材。	冷冻馅饼、奶油、饼干等易碎食品： 只适宜用微波炉稍稍解冻，取出后置于温室下自然解冻。

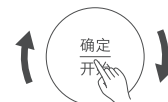
发酵



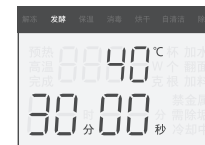
注意

1. 可使用此功能进行酸奶自制、发酵面团。
2. 发酵是利用烧烤功能进行发酵，请不要放入塑料等易燃物品。
3. 工作过程中可旋转旋钮调整时间。
4. 当腔体温度高于所选温度时，显示屏显示“高温”，为保证效果，功能无法启动，需打开炉门降低腔体温度，高温提醒消失后再使用。

- 1 按**更多**键，旋转**旋钮**选择**发酵**，按**确定/开始**选定；



- 2 旋转**旋钮**调整温度，按**确定/开始**选定温度；
(温度范围：25°C-45°C)



- 3 旋转**旋钮**调整时间；
(最大工作时间: 12小时)



- 4 按**确定/开始**开始工作。



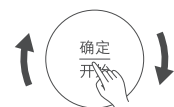
果干肉脯



注意

1. 选择果干肉脯功能时，请使用蒸烤炸篮附件。
2. 中途可翻转食物，以便风干效果更加均匀。
3. 工作过程中可旋转旋钮调整时间。

- 1** 按**更多**键，旋转**旋钮**选择**烘干**，按**确定/开始**选定；



- 2** 按**确定/开始**选定**01 果干肉脯**，旋转**旋钮**调整**温度**，按**确定/开始**选定**温度**；
(温度范围：50°C-150°C)



- 3** 旋转**旋钮**调整**时间**；
(最大工作时间：12小时)



- 4** 按**确定/开始**开始工作。



保温



注意

1. 利用烤管对食物进行60°C保温。
2. 工作过程中可旋转旋钮调整时间。

- 1** 按**更多**键，旋转**旋钮**选择**保温**功能，按**确定/开始**选定功能；



- 2** 再旋转**旋钮**调整**时间**；
(默认温度范围：60°C，
最大工作时间：2小时)



- 3** 按**确定/开始**开始工作。



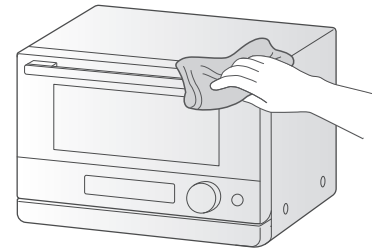
清洁保养

日常清洁



注意

1. 不要使用尖锐清洁工具、硬毛刷、钢丝刷和带腐蚀性清洁用品，以免损伤产品机身及配件。
2. 严禁将微波炉浸入水或别的液体中，以防损坏微波炉。
3. 请务必等到本体冷却后清洁保养。
4. 炉内残留有食材或污垢时请勿放置不管，以免起火或引起火灾。
5. 请勿使用去污粉、刷子、信那水或汽油等清洁本产品。



- 1 清洁前，先拔掉插头并等待微波炉完全冷却后再用抹布擦去食物残渣。
- 2 用中性清洁剂清洗包括烤盘、烤架、炸篮在内的所有附件，附件清洗后请充分晾干。
- 3 用柔软的湿抹布蘸取适量清洁剂擦拭腔体，重点清洁顶部。（防止油污堆积在顶部，导致烹饪时冒烟）
- 4 净水盒加满纯净水，按【更多】键，旋转旋钮选择【自清洁】，按【确定/开始】开始清洁。
- 5 用干净的抹布擦干积水，并保持半开门状态，使炉腔保持干燥。或按【更多】键，旋转旋钮选择【烘干】，再旋转旋钮选择【02烘干】，按【确定/开始】启动烘干。

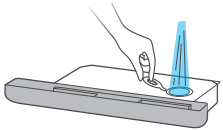
消毒



注意

1. 请务必确认餐具的耐热温度高于130℃，同时确保净水盒已加满纯净水。
2. 蒸汽杀菌湿度大，杀菌完成后器皿表面潮湿属正常现象。
3. 启动前屏幕会提示“加水”，请将净水盒装满水并安装到位，启动后，屏幕内“加水”会自动熄灭。

杀菌前准备工作：（使用前，请按以下指引操作）



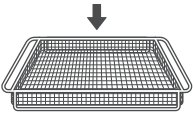
餐具杀菌：

1. 打开净水盒，加满纯净水
2. 盖上净水盒盖，把水盒放回水盒槽内



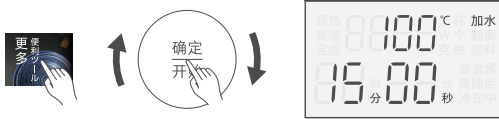
餐具/毛巾/抹布/奶瓶杀菌：

1. 杀菌前必须将奶瓶与奶嘴分开
2. 将餐具、毛巾、抹布和奶瓶放置在蒸烤炸篮上



杀菌功能设置：

- 1 按**更多**键，旋转**旋钮**选择**消毒**，按**确定/开始**选定功能；



- 2 旋转**旋钮**调整时间；
（最大工作时间：30分钟）



- 3 按**确定/开始**开始杀菌。



除味

- 1 按**更多**键，旋转**旋钮**选择**除味**，按**确定/开始**选定功能



- 2 旋转**旋钮**调整时间；
（最大工作时间：10分钟）



- 3 按**确定/开始**开始工作。



服务指南

除垢提醒

- 1 当蒸汽功能使用累计一定时间时，为避免水垢堆积，设备会自动提醒清洁，屏幕显示“需除垢”。
- 2 此时可使用【除垢】功能进行除垢清洁；详细操作见“除垢”介绍；使用该功能后，屏幕提示语清除。
- 3 如未进行清洁，待机状态会一直显示“需除垢”（仅作为信息提示），不影响其他功能的使用，可正常操作。



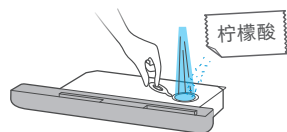
除垢



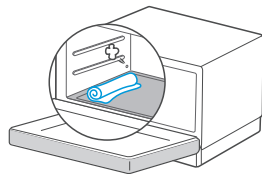
注意

1. 除垢清洁建议每个月进行1次。
2. 为了避免影响食物口感，建议定期启动除垢功能清除水垢。
3. 保养除垢过程一定要完整执行，不可中断，避免清洁不到位，下次使用时喷出水垢。
4. 保养除垢过程中除了换水以外，请保持水盒推到水盒座底部。
5. 使用完水垢清洁后，建议启动蒸汽功能5分钟。

- 1 取出净水盒，加入约10g食品级柠檬酸，再加满纯净水使其溶解后将净水盒装回。
(请务必在水盒内加入10g食品级柠檬酸和纯净水并搅拌均匀，否则除垢无效。)



- 2 建议将一条干毛巾放在炉腔左侧，蒸汽出口下，以便收集清洁过程中喷射出的水垢。按**更多**键，旋转**旋钮**选择除垢功能，按**确定/开始**开始清洁。



- 3 待机器显示“加水”，清空净水盒和废水盒，擦干炉腔，清洁毛巾。再将净水盒重新加满水（不用再加柠檬酸），毛巾再次放在蒸汽出口下。



- 4 放好后按**确定/开始**继续清洁，直到程序结束。

产品参数

型号	ER-T200BW	蒸汽功率	1500W
额定电压/频率	220V~ 50Hz	烘烤功率	1550W
额定输入功率	2000W	外形尺寸 (mm)	414x470x333
微波输入功率	1250W	噪声值	≤ 60dB(A)
微波输出功率	800W	认证	CCC
微波工作频率	2450MHz		

执行标准号：GB 4706.1-2005；GB 4706.21-2008；GB 4706.14-2008；GB 4706.19-2008

1. 产品尺寸为约数。
2. 外形尺寸，深度值包含门拉手（若有拉手）、后板拉伸长度，高度值含炉脚。
3. 由于我们的产品在不断改进，实物参数可能与标注不同，具体尺寸请参照实物。

能效等级	效率值(%)	待机功率(W)	烧烤能耗(W·h)	依据国家标准
1级	61	0.5	1.2	GB 24849-2017

中国RoHS

产品中有害物质的名称及含有信息表

部件名称	有害物质									
	铅(Pb)	汞(Hg)	镉(Cd)	六价铬(Cr(VI))	多溴联苯(PBBs)	多溴二苯醚(PBDEs)	邻苯二甲酸正丁酯(D8P)	邻苯二甲酸异丁酯(DIBP)	邻苯二甲酸丁苄酯(BBP)	邻苯二甲酸二(2-乙基)己酯(DEHP)
变频器	×	○	×	○	○	○	○	○	○	○
触摸屏	×	○	○	○	○	○	○	○	○	○
电机组件	×	○	○	○	○	○	○	○	○	○
电脑板	×	○	×	○	○	○	○	○	○	○
电源线	×	○	○	○	○	○	○	○	○	○
定时器	×	○	×	○	○	○	○	○	○	○
风机组件	×	○	○	○	○	○	○	○	○	○
高压变压器	○	○	×	○	○	○	○	○	○	○
高压二极管组件	×	○	○	○	○	○	○	○	○	○
控制面板组件	×	○	○	○	○	○	○	○	○	○
滤波板组件	×	○	×	○	○	○	○	○	○	○
水泵组件	×	○	○	○	○	○	○	○	○	○
温度、湿度传感器	×	○	○	○	○	○	○	○	○	○
温控器	×	○	×	○	○	○	○	○	○	○
扬声器、蜂鸣器	×	○	○	○	○	○	○	○	○	○
蒸汽发生器	×	○	○	○	○	○	○	○	○	○
灶台板组件	×	○	○	○	○	○	○	○	○	○
烤箱阀体、电磁阀、喷嘴	×	○	○	○	○	○	○	○	○	○
烤箱一体化灯	×	○	○	○	○	○	○	○	○	○
烤箱门锁	×	○	○	○	○	○	○	○	○	○
烤箱温度探针	×	○	○	○	○	○	○	○	○	○
烤箱接线盒	×	○	○	○	○	○	○	○	○	○
烤箱转换开关	×	○	×	○	○	○	○	○	○	○
烤箱能量调节器	×	○	○	○	○	○	○	○	○	○

备注:

- :表示该有害物质在该部件所有均质材料中的含量均不超出电器电子产品有害物质限制使用国家标准要求。
- ×:表示该有害物质至少在该部件的某一均质材料中的含量超出电器电子产品有害物质限制使用国家标准要求。
- 以上未列出的部件,表明其有害物质含量均不超出电器电子产品有害物质限制使用国家标准要求。
- 以上清单中所包含零部件依据不同产品型号略有不同。
- 本产品在正常使用情况下,环保使用期限为15年,建议使用一定年限后更换新机。

食品接触材料信息

请根据说明书要求正常使用本产品。

本产品食品接触用材料及部件符合GB 4806.1-2016、GB 9685-2016以及相应材料及制品食品安全国家标准要求,具体信息如下:

材质	用途	执行标准	备注
ABS	水盒组件(水盒)	GB 4806.7-2023	仅接触水,使用温度20℃~60℃
POM	水盒组件(水管塞)	GB 4806.7-2023	仅接触水,使用温度20℃~60℃
PP	波导盖、水盒组件(导水管)	GB 4806.7-2023	导水管仅接触水,使用温度20℃~60℃
SAN	水箱	GB 4806.7-2023	仅接触水,使用温度20℃~60℃
PC		GB 4806.7-2023	仅接触水,使用温度20℃~100℃
PBT	水箱镶件	GB 4806.7-2023	仅接触水,使用温度20℃~100℃
PPS	蒸汽发生器盖、蒸盘支架	GB 4806.7-2023	仅接触水,使用温度20℃~120℃
LCP E130i	塑料三通管	GB 4806.7-2023	使用温度20℃~230℃
50%ABS+50%PC	水箱座	GB 4806.7-2023	仅接触水,使用温度20℃~100℃
PP+RS9120	浮球	GB 4806.7-2023	导水管仅接触水,使用温度20℃~60℃
PTFE	蒸架	GB 4806.7-2023	使用温度230℃
PET	门贴	GB 4806.7-2023	----
铝合金YZAlSi11Cu3	蒸气发生器组件	GB 4806.9-2023	仅接触水,使用温度20℃~60℃
铜HPb59-2	排气阀	GB 4806.7-2023	仅接触水蒸气,使用温度100℃
不锈钢06Cr19Ni10	水盒组件(弹簧)、金属发热管、温度传感器探头、水泵、烤架、蒸盘、蒸架、挂架、发热盘、蒸汽发生器组件	GB 4806.9-2023	其中水盒组件(弹簧)仅接触水,常温使用蒸盘、蒸架为可选配件,可接触各类食物,使用温度100℃ 烤架使用温度100℃~300℃ 水泵使用温度80℃ 挂架不直接接触食物,使用温度100℃ 发热盘、蒸汽发生器组件仅接触水,使用温度100℃
不锈钢10Cr17	门体、内胆、发热管罩	GB 4806.9-2023	----
电镀锌钢板基材/环氧聚酯涂层 冷轧钢板基材/环氧聚酯涂层 热镀锌钢板基材/环氧聚酯涂层 热镀锌钢板基材/高温有机硅涂层 不锈钢10Cr17基材/高温有机硅涂层 不锈钢06Cr19Ni10基材/高温有机硅涂层	门体、内胆基材,涂层	GB 4806.9-2023/ GB 4806.10-2016	----
搪瓷钢板基材/搪瓷涂层	内胆、烤盘基材,涂层	GB 4806.9-2023/ GB 4806.3-2016	烤盘为可选配件,使用温度100℃~300℃
铜/铜镀层	烤架基材,涂层	GB 4806.9-2023	可选配件,不得接触酸性食品,使用温度100℃~300℃
玻璃	玻璃盘、烤盘、烧烤管	GB 4806.5-2016	使用温度100℃~300℃
硼硅玻璃或微晶陶瓷	内隔板	GB 4806.5-2016/ GB 4806.4-2016	使用温度40℃~300℃
陶瓷	蒸气发生器组件(盖)	GB 4806.4-2016	仅接触水,使用温度100℃
云母	波导盖	GB 4806.4-2016	使用温度110℃
硅胶	蒸气发生器组件(水管)、进水管、出水管、密封圈、排气管、门体滴胶	GB 4806.11-2016	使用温度20℃~230℃

备注:

- 注1:所列部品为可能接触食物部品,不宜作为容器长期存储食品;
注2:本系列产品包含以上食品接触材料及部件,但部分机型可能不含个别材料及部件,以实际产品为准。

维修服务内容

东芝微波炉严格遵照国家“新三包”规定进行保修服务。
用户在正常使用产品的情况下，可为其提供相关免费维修服务：

- 家庭整机保修一年，主要部件保修两年。
“主要部件”包括磁控管、变压器/变频器、转盘电机、风扇电机、定时器、电脑板；
- 非家庭整机、及其主要部件保修三个月。
如：经营、商用、公司集体的产品；
- 保修期内用户可享受免费上门维修（特殊地区除外）及更换零部件服务；
- 其它事项按照国家“新三包”规定执行。

凡属下述情况之一的，不在保修范围内：

- 微波炉附件（如玻璃盘、烧烤架、说明书、转环、烤盘等）和赠品；
- 用户搬运、使用、维护、保管不当而损坏的；
- 使用电压低于187伏或者高于240伏而损坏的；
- 未按产品使用说明书要求使用、维护、保养而造成损坏的；
- 非本公司专业服务人员拆卸、维修的；
- 因不可抗力（如雷电、火灾、地震、水灾等自然灾害）造成损坏的；
- 产品超出保修期的；
- 发票或保修卡上记录的型号或编号与商品实物不符合的。

以上情况我公司将实施收费维修，费用类型包含维修费、零部件费、上门费具体费用标准在相关部门许可范围内。



注意

本产品只限于家用，非家用出现任何问题本公司概不负责。
如您发现产品需要服务时，请直接联系当地特约服务网点和我司服务热线400-822-9088。
如来信，请留下您的联系电话，以便您能及时得到回复。

售后服务

产品自购买之日起保修期内非人为造成的故障，凭发票本公司给予免费维修服务。因使用不当、保修期外、保养不善而损坏者，我公司仍给予维修，但要收取一定的维修费。请用户不要撕去产品上的产品条码，以便维修人员核实记录。其它事项请参阅维修服务规定。

以换代修服务指南

服务内容

2021年1月1日后购买的东芝小家电产品，正常使用一年内出现性能故障，经授权服务商/电商客服鉴定属实，凭有效凭证直接换新机。

有效凭证

有效发票、电商产品签收记录、连锁超市购物小票、以换代修金卡等可查实凭证。无以上有效凭证，按产品出厂日期延后6个月作为购买时间点，开始计算1年以换代修时间。

以换代修换新机原则：

- 1、换货新机自签收之日起（凭系统换货记录）仍享受1年以换代修及正常三包服务；
- 2、以换代修优先更换同型号产品；
- 3、若无同型号产品则提供东芝同价位段其他型号产品。

凡属下列情况之一的，不属以换代修范围：

- 1、非性能故障：产品由授权服务检测无故障或不属于性能故障；
- 2、样机/赠品优惠品：不享受以换代修服务权益，但可“享受正常保修服务”；
- 3、不当使用造成故障：因个人使用不当（包括但不限于误用、疏忽、滥用、事故）造成的产品损坏；
- 4、产品被拆卸过：产品被未授权服务商或个人拆卸过；
- 5、非家庭用户：本服务只针对个人及家庭用户，商用产品及工程类、团购礼品类产品不享受以换代修服务。

服务报单通道

请联系当地特约服务网点和我司服务热线400-822-9088

产品保修卡

产品相关信息（用户填写）

用户姓名:	当地维修网点电话:
购买商品:	维修记录:
产品型号:	维修日期:
发票号码:	故障内容及处理情况:
购买日期:	维修单位:
产品编号:	维修人员签名:

服务承诺

产品如有故障，请与本公司的特约维修网点或客户服务中心联系

全国服务热线：400-822-9088

该产品仅适用家庭使用，东芝微波炉实行整机包修三年包修期的起始日期以产品发票日期为准。

凡属下列情况之一的，不属包修范围

- 1、用户搬运和使用、保管和维护不当损坏/人为损坏；
- 2、经非本司指定维修部维修，或用户自行装拆、维修；
- 3、产品附件（如烤盘、烤架等）、印刷品（如说明书和开箱卡等）损坏；
- 4、使用非我公司产品标配的赠品和配件，造成损坏；
- 5、发票所载型号与维修产品型号不符或被涂改；
- 6、非家庭使用（如经营、商用、公司集体）的产品；
- 7、超出包修期；
- 8、无有效发票；
- 9、因不可抗力造成损坏。

本政策适用于在中华人民共和国境内（中国香港、中国澳门、中国台湾除外）销售使用的产品，消费者在指定区域外的地区使用，不能享受指定区域的“三包”政策。不属于包修范围内的产品，将提供收费维修服务，本公司客户服务中心仍热情为您服务。

用心致物

#DetailsMatter

服务热线: 400-822-9088



监 制 商: 东芝生活电器株式会社

制 造 商: 海南芝味电器有限公司

通讯地址: 海南省海口市江东新区江东大道187号1.5级企业港B-101-3号

邮政编码: 570100 | 原产地: 中国