

みみなの南大立 栄養成分(推定値) 100g当たり	エネルギー (kcal)	水分 (g)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	灰分 (g)	無機質							ビタミン											飽和脂肪酸 (g)	一価不飽和脂肪酸 (g)	多価不飽和脂肪酸 (g)	コレステロール (mg)	水溶性食物繊維 (g)	不溶性食物繊維 (g)	食物繊維総量 (g)	食塩相当量 (g)	アレルギー					
							ナトリウム (mg)	カリウム (mg)	カルシウム (mg)	マグネシウム (mg)	リン (mg)	鉄 (mg)	亜鉛 (mg)	銅 (mg)	マンガン (mg)	A レチノール (μg)	β カロテン (μg)	レチノール 当量 (μg)	D (μg)	E (mg)	K (μg)	B1 (mg)	B2 (mg)	ナイアシン (mg)										B6 (mg)	B12 (μg)	葉酸 (μg)	パントテン酸 (mg)	C (mg)
骨抜きさわら塩焼き 【規格】 150g(5枚)/30×2	179	68.1	20.4	9.5	0.5	1.5	78	526	19	31	267	0.8	0.9	0.04	0.01	14	0	14	10.4	1.0	0	0.08	0.29	9.9	0.25	4.6	7	0.97	0	2.40	3.36	2.03	75	0.0	0.0	0.0	0.2	小麦、大豆
骨抜きさば塩焼き 【規格】 150g(5枚)/30×2	277	57.1	21.7	19.3	0.8	1.1	104	319	9	29	241	1.4	1.2	0.14	0.01	29	0	29	4.2	1.8	3	0.26	0.32	11.6	0.47	18.9	11	0.68	0	5.06	5.76	3.31	68	0.0	0.0	0.0	0.3	小麦、さば
骨抜きあじ塩焼き 【規格】 150g(10枚)/30×2	158	68.5	23.6	6.0	0.3	1.6	165	428	91	40	292	0.7	1.4	0.07	0.01	7	0	7	10.7	0.7	0	0.14	0.14	6.2	0.25	6.5	5	0.43	0	1.46	1.43	1.72	86	0.0	0.0	0.0	0.4	小麦、大豆
やわらか白かえ 【規格】 500g/12×2	87	80.7	4.9	3.4	9.8	1.2	197	243	41	38	71	0.8	0.6	0.10	0.13	0	2011	169	0.0	0.6	23	0.08	0.04	0.3	0.08	0.0	23	0.17	3	0.47	0.87	1.72	0	0.6	2.1	2.7	0.5	小麦、ごま、大豆
やわらかオクラとひじきのおかかかえ 【規格】 500g/12×2	48	83.5	2.1	0.2	11.7	2.5	520	384	72	43	37	0.5	0.3	0.05	0.21	0	2121	178	0.0	0.6	48	0.05	0.06	0.8	0.05	0.1	41	0.20	3	0.04	0.02	0.04	1	—	—	4.1	1.3	小麦、大豆
やわらか肉じゃが 【規格】 500g/12×2	61	83.1	2.7	0.3	12.3	1.6	412	246	9	14	45	0.3	0.3	0.06	0.09	0	870	73	0.0	0.1	2	0.10	0.04	1.1	0.13	0.0	14	0.31	16	0.07	0.08	0.04	4	0.4	0.6	1.0	1.0	小麦、大豆、豚肉
やわらかひじき煮 【規格】 500g/12×2	57	79.7	1.5	0.2	15.4	3.2	697	506	77	49	21	0.5	0.1	0.02	0.09	0	1874	157	0.0	0.4	44	0.02	0.05	0.4	0.02	0.0	11	0.08	1	0.04	0.03	0.05	0	—	—	4.1	1.8	小麦、大豆
やわらか切干大根 【規格】 500g/12×2	77	78.4	2.1	1.1	15.8	2.6	557	482	68	23	41	0.5	0.3	0.03	0.11	0	1044	88	0.0	0.2	4	0.05	0.04	0.8	0.05	0.0	30	0.20	4	0.16	0.23	0.59	1	0.7	2.3	3.0	1.4	小麦、大豆
やわらか金平ごぼう 【規格】 500g/12×2	114	73.1	1.5	3.6	20.1	1.7	481	170	31	25	39	0.5	0.4	0.09	0.11	0	1566	131	0.0	0.8	6	0.03	0.03	0.3	0.07	0.0	36	0.17	1	0.34	1.90	1.11	0	1.5	2.1	3.6	1.2	小麦、ごま、大豆、鶏肉、ゼラチン

やさいおやつ 栄養成分(推定値) 40g当たり	エネルギー (kcal)	水分 (g)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	灰分 (g)	無機質							ビタミン											飽和脂肪酸 (g)	一価不飽和脂肪酸 (g)	多価不飽和脂肪酸 (g)	コレステロール (mg)	水溶性食物繊維 (g)	不溶性食物繊維 (g)	食物繊維総量 (g)	食塩相当量 (g)	アレルギー					
							ナトリウム (mg)	カリウム (mg)	カルシウム (mg)	マグネシウム (mg)	リン (mg)	鉄 (mg)	亜鉛 (mg)	銅 (mg)	マンガン (mg)	A レチノール (μg)	β カロテン (μg)	レチノール 当量 (μg)	D (μg)	E (mg)	K (μg)	B1 (mg)	B2 (mg)	ナイアシン (mg)										B6 (mg)	B12 (μg)	葉酸 (μg)	パントテン酸 (mg)	C (mg)
あずきムース 【規格】 40g/20×8	69	26.3	1.4	3.4	8.3	0.6	20	56	173	4	20	1.2	5.2	0.01	0.00	0	0	0	0.0	0.0	0	0.01	0.04	0.1	0.02	0.0	1	0.15	20	0.02	0.01	0.00	0	0.0	0.2	0.2	0.1	卵、乳成分、ゼラチン
ゆずムース 【規格】 40g/20×8	74	25.5	1.1	3.8	9.0	0.6	18	52	172	2	15	1.2	5.2	0.00	0.00	4	1	4	0.0	0.0	0	0.01	0.03	0.1	0.02	0.0	1	0.14	20	0.24	0.10	0.01	1	0.0	0.0	0.0	0.0	卵、乳成分、ゼラチン
黒糖ムース 【規格】 40g/20×8	67	26.5	1.2	3.4	8.2	0.7	20	83	181	4	18	1.2	4.8	0.01	0.00	0	0	0	0.0	0.0	0	0.01	0.04	0.1	0.04	0.0	1	0.18	20	0.02	0.01	0.00	0	0.0	0.1	0.1	0.1	卵、乳成分、ゼラチン

やさい素材 栄養成分(推定値) 100g当たり	エネルギー (kcal)	水分 (g)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	灰分 (g)	無機質							ビタミン											飽和脂肪酸 (g)	一価不飽和脂肪酸 (g)	多価不飽和脂肪酸 (g)	コレステロール (mg)	水溶性食物繊維 (g)	不溶性食物繊維 (g)	食物繊維総量 (g)	食塩相当量 (g)	アレルギー					
							ナトリウム (mg)	カリウム (mg)	カルシウム (mg)	マグネシウム (mg)	リン (mg)	鉄 (mg)	亜鉛 (mg)	銅 (mg)	マンガン (mg)	A レチノール (μg)	β カロテン (μg)	レチノール 当量 (μg)	D (μg)	E (mg)	K (μg)	B1 (mg)	B2 (mg)	ナイアシン (mg)										B6 (mg)	B12 (μg)	葉酸 (μg)	パントテン酸 (mg)	C (mg)
ぶり入りムース(たんぱく21) 【規格】 120g(3個)/30×2	162	66.9	21.6	6.9	3.4	1.2	347	144	3	9	43	0.4	0.2	0.03	0.01	15	0	15	2.4	1.6	8	0.07	0.15	2.9	0.15	1.1	6	0.30	1	1.78	5.10	2.76	22	0.0	0.0	0.1	0.9	卵、大豆、豚肉、ゼラチン
えび入りムース(たんぱく21) 【規格】 120g(3個)/30×2	148	66.1	22.6	4.0	5.3	2.0	650	177	16	16	95	0.2	0.4	0.13	0.04	0	13	1	0.0	0.9	9	0.03	0.09	1.1	0.04	0.6	8	0.32	1	0.63	0.92	2.30	50	0.0	0.0	0.0	1.7	えび、小麦、卵、大豆、ゼラチン
赤魚入りムース(たんぱく21) 【規格】 120g(3個)/30×2	164	66.2	21.6	6.6	4.2	1.4	289	147	12	12	84	0.1	0.2	0.02	0.01	11	0	11	0.0	1.2	7	0.03	0.08	0.3	0.02	0.9	5	0.14	0	0.38	3.50	1.88	16	0.0	0.0	0.0	0.7	卵、小麦、大豆、豚肉、ゼラチン
いか入りムース(たんぱく21) 【規格】 120g(3個)/30×2	169	64.9	21.8	7.2	4.5	1.6	333	154	10	16	105	0.1	0.3	0.06	0.02	9	0	9	0.0	1.0	3	0.01	0.07	0.6	0.03	1.1	2	0.13	1	0.22	1.47	0.85	73	0.0	0.0	0.0	0.8	卵、小麦、いか、大豆、豚肉、ゼラチン

※やさしい素材(いか入りムース(たんぱく21))にはDHAB18mg/100gが含まれています。

さわら入りムース(たんぱく21) 【規格】 120g(3個)/30×2	175	65.2	21.1	7.7	4.5	1.5	295	163	11	12	87	0.2	0.2	0.02	0.01	13	0	13	1.0	1.3	8	0.03	0.12	1.5	0.06	1.5	6	0.23	0	0.66	4.01	2.22	23	0.0	0.0	0.0	0.7	卵、大豆、豚肉、ゼラチン
白身魚入りムース(たんぱく21) 【規格】 120g(3個)/30×2	171	67.0	21.2	7.1	3.2	1.5	282	172	18	14	114	0.2	0.2	0.03	0.01	23	0	23	0.0	1.5	8	0.03	0.10	0.6	0.02	1.6	6	0.17	0	0.43	3.94	2.13	31	0.0	0.0	0.0	0.7	卵、大豆、豚肉、ゼラチン
さけ入りムース(たんぱく21) 【規格】 120g(3個)/30×2	178	66.2	21.0	8.0	3.2	1.6	297	157	10	12	99	0.1	0.2	0.03	0.01	11	0	11	5.0	1.4	8	0.06	0.09	2.0	0.12	1.6	11	0.34	1	0.65	4.05	2.28	23	0.0	0.0	0.0	0.8	卵、さけ、大豆、豚肉、ゼラチン
さば入りムース(たんぱく21) 【規格】 120g(3個)/30×2	222	60.8	21.7	12.5	3.4	1.6	346	157	9	12	97	0.3	0.3	0.03	0.02	18	0	18	2.0	1.4	8	0.04	0.15	2.0	0.10	2.3	20	0.22	1	1.33	5.92	3.44	26	0.0	0.0	0.0	0.9	卵、さば、大豆、豚肉、ゼラチン

やさしい素材 栄養成分(推定値) 100g当たり	エネルギー (kcal)	水分 (g)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	灰分 (g)	無機質							ビタミン											飽和脂肪酸 (g)	一価不飽和脂肪酸 (g)	多価不飽和脂肪酸 (g)	コレステロール (mg)	水溶性食物繊維 (g)	不溶性食物繊維 (g)	食物繊維総量 (g)	食塩相当量 (g)	アレルギー					
							ナトリウム (mg)	カリウム (mg)	カルシウム (mg)	マグネシウム (mg)	リン (mg)	鉄 (mg)	亜鉛 (mg)	銅 (mg)	マンガン (mg)	A レチノール (μg)	β カロテン (μg)	レチノール 当量 (μg)	D (μg)	E (mg)	K (μg)	B1 (mg)	B2 (mg)	ナイアシン (mg)										B6 (mg)	B12 (μg)	葉酸 (μg)	パントテン酸 (mg)	C (mg)
チキン(ポーションたんぱく21) 【規格】 120g(3個)/20×2	276	53.2	24.2	18.7	2.9	1.0	297	61	8	5	30	0.1	0.1	0.01	0.10	1	0	1	0.0	3.4	24	0.01	0.05	1.7	0.08	0.0	2	0.33	1	1.17	10.56	5.64	10	0.0	0.0	0.3	0.8	卵、小麦、大豆、鶏肉、豚肉、ゼラチン
ポーク(ポーションたんぱく21) 【規格】 120g(3個)/20×2	279	52.5	24.8	18.7	2.9	1.1	309	51	8	4	23	0.1	0.2	0.01	0.03	0	0	0	0.0	3.5	23	0.10	0.05	0.7	0.04	0.0	1	0.09	0	1.33	10.99	5.80	7	0.0	0.0	0.0	0.8	卵、小麦、大豆、鶏肉、豚肉、ゼラチン
ビーフ(ポーションたんぱく21) 【規格】 120g(3個)/20×2	280	52.6	23.6	18.9	3.9	1.0	271	50	8	3	18	0.1	0.4	0.01	0.02	0	0	0	0.0	3.5	23	0.01	0.															

やさしい素材 栄養成分(推定値) 100g当たり	エネルギー (kcal)	水分 (g)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	灰分 (g)	無機質							ビタミン											飽和脂肪酸 (g)	一価不飽和脂肪酸 (g)	多価不飽和脂肪酸 (g)	コレステロール (mg)	水溶性食物繊維 (g)	不溶性食物繊維 (g)	食物繊維総量 (g)	食塩相当量 (g)	アレルギー					
							ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛	銅	マンガン	A	B1	B2	ナイアシン	B6	B12	葉酸	パントテン酸	C														
							(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(μg)	(μg)	(μg)	(μg)	(μg)	(μg)	(μg)	(μg)	(μg)										(μg)				
とけないきゅうり 【規格】 315g(7本)/15×2	31	91.8	0.3	0.4	7.2	0.3	53	74	9	5	11	0.1	0.1	0.03	0.03	0	94	16	0.0	0.1	10	0.01	0.01	0.1	0.02	0.0	7	0.10	4	0.00	0.00	0.00	0	0.5	0.3	0.8	0.1	乳成分、小麦、大豆
とけないコーン 【規格】 300g(10本)/15×2	54	86.5	0.9	0.7	11.5	0.4	70	84	2	7	24	0.1	0.1	0.02	0.04	0	20	2	0.0	0.0	0	0.03	0.02	0.5	0.03	0.0	18	0.11	1	0.06	0.09	0.13	0	0.4	0.7	1.1	0.2	乳成分、大豆、鶏肉
とけないだいこん 【規格】 360g(8個)/12×2	29	92.0	0.2	0.1	7.2	0.5	83	122	12	5	9	0.1	0.1	0.01	0.02	0	0	0	0.0	0.0	0	0.01	0.00	0.1	0.03	0.0	16	0.06	5	0.00	0.00	0.00	0	0.5	0.4	0.9	0.2	小麦、大豆
とけないたまねぎ 【規格】 360g(8個)/12×2	36	90.3	0.4	0.1	8.9	0.3	46	75	10	4	15	0.1	0.1	0.02	0.07	0	0	0	0.0	0.0	0	0.01	0.00	0.0	0.07	0.0	7	0.09	3	0.00	0.00	0.01	0	0.5	0.4	1.0	0.1	小麦、大豆、鶏肉
とけないにんじん 【規格】 300g(10本)/15×2	33	91.2	0.2	0.0	8.2	0.4	79	98	10	3	9	0.1	0.1	0.02	0.04	0	2542	434	0.0	0.2	1	0.01	0.01	0.2	0.04	0.0	7	0.12	1	0.00	0.00	0.00	0	0.5	0.6	1.1	0.2	小麦、大豆
とけないながねぎ 【規格】 315g(7本)/15×2	29	92.1	0.2	0.0	7.4	0.3	45	85	14	5	12	0.1	0.1	0.02	0.04	0	5	1	0.0	0.0	3	0.02	0.02	0.2	0.05	0.0	22	0.06	4	0.00	0.00	0.00	1	0.4	0.8	1.2	0.1	小麦、大豆、鶏肉
とけないほうれんそう 【規格】 180g(6個)/30×2	31	90.7	0.8	0.4	7.9	0.2	9	92	3	4	22	0.1	0.2	0.02	0.08	0	0	0	1.0	0.0	0	0.03	0.06	1.0	0.03	0.0	8	0.37	0	0.01	0.00	0.04	0	0.5	1.4	1.9	0.0	乳成分、小麦、大豆
とけないなす 【規格】 180g(6個)/30×2	32	91.7	0.3	0.4	7.3	0.3	51	75	6	5	9	0.1	0.1	0.02	0.05	0	27	5	0.0	0.1	3	0.01	0.01	0.1	0.02	0.0	9	0.10	1	0.01	0.00	0.00	0	0.5	0.5	1.0	0.1	乳成分、小麦、大豆
とけないピーマン 【規格】 180g(6個)/30×2	32	91.6	0.3	0.4	7.4	0.3	64	65	4	3	6	0.1	0.1	0.02	0.03	0	96	16	0.0	0.2	5	0.01	0.01	0.1	0.05	0.0	7	0.08	18	0.00	0.00	0.01	0	0.6	0.4	1.1	0.2	乳成分、大豆、鶏肉
とけないほうれんそう 【規格】 180g(6個)/30×2	30	91.8	1.1	0.4	6.2	0.5	90	95	44	18	18	0.6	0.2	0.04	0.29	0	1980	330	0.0	0.9	92	0.02	0.05	0.2	0.04	0.0	43	0.07	7	0.01	0.00	0.03	0	0.5	0.9	1.4	0.2	乳成分、小麦、大豆、鶏肉
とけないわかめ 【規格】 180g(6個)/30×2	34	90.3	0.4	0.4	8.2	0.7	214	27	19	9	7	0.2	0.1	0.01	0.01	0	38	6	0.0	0.0	34	0.00	0.00	0.0	0.01	0.0	1	0.01	0	0.01	0.00	0.03	0	—	—	1.2	0.5	乳成分、小麦、大豆
とけないはくさい 【規格】 180g(6個)/30×2	27	92.5	0.4	0.1	6.6	0.4	57	89	18	4	14	0.1	0.1	0.01	0.04	0	39	3	0.0	0.1	23	0.01	0.01	0.2	0.04	0.0	24	0.10	7	0.00	0.00	0.01	0	—	—	0.9	0.1	小麦、大豆、鶏肉
とけないえだまめ 【規格】 180g(6個)/30×2	59	86.4	2.9	1.7	8.3	0.7	103	155	18	17	43	0.6	0.3	0.09	0.25	0	40	7	0.0	0.5	6	0.06	0.03	0.4	0.03	0.0	68	0.12	6	0.21	0.57	0.73	0	0.5	1.3	1.9	0.3	小麦、大豆
とけないこんにやく 【規格】 180g(6個)/30×2	27	92.2	0.2	0.0	7.3	0.3	63	17	26	2	4	0.2	0.0	0.01	0.02	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0.0	0.01	0.0	0	0.01	0	0.00	0.00	0.00	0	0.3	1.0	1.2	0.2	小麦、大豆
コーン 【規格】 390g(15個)/12×2	100	67.1	0.8	0.4	31.2	0.5	17	62	61	6	23	3.2	4.5	0.01	0.03	0	18	1	0.0	0.0	0	0.03	0.02	0.4	0.02	0.0	16	0.1	1	0.05	0.08	0.12	0	9.0	0.6	10.1	0.04	乳成分
赤ピーマン 【規格】 390g(15個)/12×2	65	75.6	0.3	0.1	23.4	0.6	83	47	62	2	8	3.3	4.4	0.01	0.03	0	242	19	0.0	0.9	2	0.01	0.03	0.3	0.08	0.0	15	0.06	37	0.00	0.00	0.01	0	9.1	0.2	9.8	0.2	小麦、乳成分、大豆
ブロッコリー 【規格】 390g(15個)/12×2	68	74.5	1.7	0.2	23.1	0.5	16	86	106	8	39	8.3	4.5	0.03	0.08	0	358	30	0.0	0.8	70	0.03	0.04	0.2	0.06	0.0	56	0.37	25	0.04	0.03	0.04	0	9.8	1.3	11.4	0.04	乳成分
トマト 【規格】 390g(15個)/12×2	52	81.2	0.6	0	17.4	0.8	89	162	73	8	16	3.4	4.5	0.00	0.00	0	198	17	0.0	0.0	0	0.03	0.02	0.0	0.00	0.0	0	0.00	4	0.00	0.00	0.00	0	6.6	0.2	7.3	0.2	乳成分、大豆
ほうれんそう 【規格】 390g(15個)/12×2	65	73.8	1.1	0.1	23.8	1.2	91	74	251	16	25	9.9	4.6	0.03	0.26	0	1800	150	0.0	0.8	84	0.02	0.05	0.2	0.03	0.0	39	0.06	6	0.02	0.01	0.02	0	11.0	0.8	12.1	0.2	小麦、乳成分、大豆、鶏肉
にんじん 【規格】 390g(15個)/12×2	76	75.8	0.7	0.4	22.4	0.7	87	92	89	5	24	4.3	4.5	0.02	0.07	2	3985	331	0.0	0.3	2	0.02	0.03	0.2	0.03	0.0	10	0.16	2	0.21	0.09	0.04	1	6.5	0.7	7.5	0.2	小麦、乳成分、大豆、鶏肉
キャベツ 【規格】 390g(15個)/12×2	53	80.7	0.6	0.1	17.9	0.7	13	87	169	6	15	3.3	4.5	0.01	0.07	0	22	2	0.0	0.0	34	0.02	0.01	0.1	0.05	0.0	34	0.10	18	0.01	0.00	0.01	0	6.5	0.6	7.5	0.03	乳成分

やさしい素材 栄養成分(推定値) 100g当たり	エネルギー (kcal)	水分 (g)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	灰分 (g)	無機質							ビタミン											飽和脂肪酸 (g)	一価不飽和脂肪酸 (g)	多価不飽和脂肪酸 (g)	コレステロール (mg)	水溶性食物繊維 (g)	不溶性食物繊維 (g)	食物繊維総量 (g)	食塩相当量 (g)	アレルギー					
							ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛	銅	マンガン	A	B1	B2	ナイアシン	B6	B12	葉酸	パントテン酸	C														
							(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(μg)	(μg)	(μg)	(μg)	(μg)	(μg)	(μg)	(μg)	(μg)										(μg)				
温野菜しいたけ 【規格】 300g(3本)/20	152	63.7	4.2	8.0	23.3	0.8	110	138	83	8	39	0.1	4.7	0.03	0.09	0	0	0	1.0	2.4	2	0.04	0.14	1.1	0.03	0.0	9	0.43	0	1.69	1.38	4.14	1	8.3	1.3	9.6	0.3	卵、乳成分、大豆、ゼラチン
温野菜ひじき 【規格】 300g(3本)/20	142	65.2	4.0	7.2	22.3	1.3	149	189	180	23	48	1.3	4.7	0.03	0.06	0	72	6	0.0	2.0	9	0.03	0.13	0.5	0.02	0.1	4	0.17	0	1.46	1.29	3.60	1	9.3	0.1	9.4	0.4	卵、乳成分、小麦、ごま、大豆、ゼラチン
温野菜こんにやく 【規格】 300g(3本)/20	137	68.8	2.7	7.9	19.8	0.8	125	55	134	5	20	0.2	4.6	0.01	0.01	0	0	0	0.0	2.4	2	0.00	0.06	0.1	0.01	0.0	1	0.06	0	1.67	1.37	4.10	1	7.6	1.0	8.6	0.3	卵、乳成分、大豆、ゼラチン
温野菜ごぼう 【規格】 300g(3本)/20	164	62.7	2.6	9.0	25.1	0.6	76	100	77	15	23	0.3	4.7	0.06	0.06	0	0	0	0.0	2.9	3	0.01	0.05	0.1	0.03	0.0	20	0.09	0	1.89	1.55	4.63	1	9.8	1.1	10.9	0.2	卵、乳成分、大豆、ゼラチン
温野菜さといも 【規格】 300g(3本)/20	132	66.6	4.1	4.6	24.1	0.6	85	175	22	10	32	0.2	4.7	0.05	0.20	0	2	0	0.0	1.6	1	0.03	0.08	0.4	0.05	0.0	9	0.15	2	0.93	0.76	2.28	1	7.5	0.4	7.9	0.2	卵、乳成分、大豆、ゼラチン
温野菜れんこん 【規格】 300g(3本)/20	163	61.9	2.2	8.9	26.4	0.6	64	103	65	6	30	0.2	4.6	0.02	0.27	0	1	0	0.0	2.9	3	0.02	0.03	0.1	0.02	0.0	3	0.18	6	1.89	1.55	4.63	0	10.5	0.7	11.2	0.2	卵、乳成分、大豆、ゼラチン
温野菜いんげん 【規格】 300g(3本)/20	114	67.8	3.8	3.6	23.7	1.1	53	142	178	12	35	0.3	4.7	0.03	0.16	0	244	40	0.0	1.1	22	0.03	0.07	0.4	0.04	0.0	22	0.14	3	0.71	0.58	1.73	0	9.2	0.8	10.0	0.1	卵、乳成分、大豆、ゼラチン
温野菜にんじん 【規格】 300g(3本)/20	160	63.2	3.0	8.0	25.0	0.8	102	152	94	8	29	0.1	4.7	0.03	0.12	0	3614	588	0.0	2.6	3	0.02	0.08	0.4	0.06	0.0	9	0.19	1	1.68	1.37	4.11	1	8.3	0.9	9.1	0.3	卵、乳成分、大豆、ゼラチン
温野菜かぼちゃ 【規格】 300g(3本)/20	141	60.8	2.8	4.6	31.2	0.6	66	162	48	10	20	0.2	4.7	0.02	0.06	0	1178	195	0.0	2.6	7	0.02	0.07	0.5														