

 栄養成分(推定値) 1食当たり	エネルギー (kcal)	水分 (g)	たんばく質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	灰分 (g)	無機質									ビタミン					
							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			D (μg)	E (mg)	K (μg)
																レチノール (μg)	βカロテン当量 (μg)	レチノール活性当量 (μg)			
鮭の塩焼き 【規格】 135g/6×3	238	86.2	12.2	10.1	24.6	1.9	525	131	107	9	57	0.4	2.7	0.03	0.07	4	377	35	14.6	1.8	34
オムレツのトマトソース 【規格】 135g/6×3	285	83.0	13.0	17.4	20.0	1.6	344	171	62	16	61	0.5	2.8	0.07	0.11	26	655	81	13.6	3.2	24
さわらの柚庵焼き 【規格】 135g/6×3	235	87.1	12.4	10.4	23.1	2.0	508	176	123	14	55	0.4	2.7	0.04	0.11	1	529	46	13.6	1.6	36
白身魚の煮付け 【規格】 135g/6×3	232	86.7	12.8	9.6	24.0	1.9	481	159	89	14	53	0.4	2.7	0.04	0.07	1	412	35	13.1	1.6	24
筑前煮 【規格】 140g/6×3	277	86.3	11.2	14.1	26.7	1.7	477	133	57	11	42	0.3	3.1	0.04	0.08	0	867	73	9.8	2.1	20
たまご小松菜のソテー 【規格】 135g/6×3	278	82.5	12.8	15.8	22.0	1.9	431	117	127	8	51	0.5	2.7	0.04	0.09	26	1114	119	13.6	3.0	46
さばのおろし煮 【規格】 135g/6×3	259	84.4	12.6	13.0	23.2	1.8	493	167	57	12	57	0.4	2.7	0.05	0.11	4	906	81	13.6	2.0	20
白身魚の柚子味噌焼き 【規格】 135g/6×3	240	85.9	12.8	10.7	23.6	2.0	489	171	117	14	61	0.7	2.7	0.07	0.09	1	803	69	13.1	1.9	36
たまごの甘酢あん 【規格】 135g/6×3	284	80.5	12.8	15.5	24.3	1.9	468	138	65	9	49	0.4	2.7	0.03	0.07	26	911	101	13.6	3.0	26
蒸し鶏のごまソース 【規格】 135g/6×3	277	82.6	13.4	15.8	21.6	1.6	412	134	76	18	57	0.4	2.7	0.07	0.20	0	328	28	13.1	2.0	22
赤魚の生姜煮 【規格】 135g/6×3	246	85.4	12.6	11.3	23.8	1.9	537	128	76	12	50	0.4	2.7	0.04	0.26	1	393	35	13.4	1.8	24
だし巻きたまご 【規格】 135g/6×3	282	81.9	12.7	15.8	22.8	1.8	521	99	51	7	42	0.3	2.7	0.03	0.07	26	599	76	13.6	3.0	23
チキンポトフ 【規格】 140g/6×3	274	87.9	11.1	15.3	24.2	1.5	430	123	62	10	38	0.3	3.1	0.04	0.06	0	337	29	9.8	2.1	22
肉じゃが 【規格】 140g/6×3	276	86.9	11.1	14.4	25.9	1.7	449	120	59	8	41	0.3	3.1	0.03	0.10	0	328	28	9.8	2.1	20
ホイコーロー 【規格】 165g/6×3	325	101.1	14.2	16.5	31.2	2.0	507	162	134	13	53	0.5	3.5	0.07	0.07	0	502	43	13.0	2.3	45
ハンバーグトマトソース 【規格】 160g/6×3	304	100.6	14.1	16.2	27.0	2.1	525	205	83	16	56	0.3	3.5	0.06	0.13	0	675	58	10.4	2.6	29
ぶりの照焼き 【規格】 165g/6×3	287	106.8	13.7	12.7	29.5	2.3	569	200	129	15	59	0.7	3.5	0.05	0.20	7	832	76	14.0	2.0	38
ビーフシチュー 【規格】 175g/6×3	340	110.8	12.3	19.3	30.5	2.1	523	154	65	11	40	0.2	3.9	0.04	0.07	7	882	81	9.8	2.8	28
鶏肉の卵とじ 【規格】 165g/6×3	337	102.8	14.4	19.8	26.2	1.8	480	140	71	10	56	0.3	3.5	0.03	0.10	10	314	35	13.2	2.8	31
すき焼き 【規格】 165g/6×3	332	99.8	13.9	16.2	33.3	1.8	538	139	63	13	45	0.3	3.6	0.05	0.10	0	409	35	13.0	2.6	21
ハヤシビーフ 【規格】 165g/6×3	353	100.3	14.2	21.1	27.6	1.8	450	137	64	8	41	0.3	3.6	0.03	0.07	5	183	20	13.0	2.8	28
酢豚 【規格】 165g/6×3	328	99.8	14.0	16.0	33.2	2.0	516	158	73	12	45	0.3	3.5	0.03	0.10	0	454	38	13.0	2.3	21
鮭のちゃんちゃん焼き 【規格】 165g/6×3	294	105.9	13.4	13.9	29.7	2.1	647	178	68	15	66	0.5	3.5	0.07	0.08	3	582	53	14.5	2.1	21
牛肉のオイスター炒め 【規格】 160g/6×3	331	96.4	13.9	17.9	29.6	2.2	608	138	138	13	51	0.5	3.7	0.05	0.13	0	1112	93	13.0	2.7	46
チキンのトマト煮 【規格】 160g/6×3	312	100.5	14.1	17.9	25.4	2.1	434	195	150	16	62	0.5	3.5	0.08	0.11	0	656	56	13.0	2.9	59
豚の味噌焼き 【規格】 165g/6×3	322	102.8	14.4	16.8	28.9	2.1	545	200	89	17	54	0.7	3.5	0.07	0.08	0	652	54	13.0	2.3	26
ポークカレー 【規格】 175g/6×3	338	110.4	12.3	18.2	32.2	1.9	550	159	79	11	42	0.2	3.9	0.04	0.09	0	921	79	9.8	2.3	23
鶏肉の中華炒め 【規格】 165g/6×3	323	101.8	13.7	16.7	31.0	1.8	474	144	102	8	48	0.3	3.3	0.03	0.07	2	701	59	13.0	2.5	40
鮭のクリーム煮 【規格】 165g/6×3	281	109.0	13.5	13.5	27.2	1.8	403	180	147	13	76	0.3	3.5	0.03	0.08	25	503	66	14.5	1.8	40
豚のおろしソースがけ 【規格】 160g/6×3	323	98.1	13.9	17.3	28.8	1.9	538	170	66	11	48	0.3	3.5	0.05	0.08	0	602	51	13.0	2.6	27
白身魚のトマトソース 【規格】 165g/6×3	290	107.9	13.7	15.0	26.4	2.0	507	236	76	15	63	0.3	3.5	0.05	0.12	2	965	83	13.0	2.3	26
鶏の照焼き 【規格】 160g/6×3	317	99.1	14.2	16.3	28.5	1.9	526	155	74	13	54	0.3	3.4	0.05	0.13	5	618	56	13.1	2.6	24
いかの甘酢あん 【規格】 160g/6×3	285	101.1	14.1	13.0	29.6	2.2	586	190	109	16	67	0.5	3.5	0.06	0.11	3	461	42	13.1	2.2	34
さばの味噌煮 【規格】 165g/6×3	310	102.8	14.0	14.7	31.2	2.3	513	216	152	17	74	0.8	3.6	0.08	0.10	5	1112	97	13.5	2.5	43
ぶり大根 【規格】 165g/6×3	282	106.2	13.9	11.6	31.2	2.1	513	191	162	17	59	0.7	3.5	0.07	0.08	7	599	56	14.0	2.0	45
八宝菜 【規格】 165g/6×3	330	101.0	13.7	17.5	31.0	1.8	518	122	69	8	41	0.3	3.5	0.03	0.08	7	431	43	13.2	2.6	26
いかの味噌炒め 【規格】 160g/6×3	291	100.8	13.8	13.4	29.8	2.2	653	176	66	19	66	0.5	3.5	0.08	0.10	0	582	50	13.0	2.1	19
ハンバーグ和風おろし 【規格】 160g/6×3	307	100.6	14.1	16.3	26.9	2.1	546	197	77	18	59	0.5	3.5	0.06	0.14	0	936	80	10.4	2.4	24
さわらの柚子味噌焼き 【規格】 160g/6×3	288	102.2	13.8	13.8	28.0	2.2	550	208	138	16	66	0.6	3.5	0.06	0.11	2	826	70	13.6	2.1	40
豚の生姜焼き 【規格】 165g/6×3	328	100.9	14.0	16.5	31.5	2.1	589	144	117	13	46	0.5	3.5	0.03	0.23	0	309	26	13.0	2.5	41
ホワイトシチュー 【規格】 170g/6×3	318	109.8	12.2	17.7	28.6	1.7	401	185	92	12	58	0.2	3.7	0.03	0.07	27	719	87	9.9	2.4	24
赤魚のおろし煮 【規格】 160g/6×3	280	102.9	13.9	12.6	28.5	2.1	584	190	83	19	58	0.5	3.5	0.06	0.10	2	314	27	13.3	1.9	24


 栄養成分(推定値) 1食当たり	ビタミン								飽和脂肪酸	一価不飽和脂肪酸	多価不飽和脂肪酸	コレステロール	水溶性食物繊維	不溶性食物繊維	食物繊維総量	食塩相当量	アレルギー物質 (28品目中)
	B1	B2	ナイアシン	B6	B12	葉酸	パントテン酸	C									
	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(μg)	(μg)	(mg)	(mg)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(g)	(g)	(g)	(g)	
鮭の塩焼き 【規格】 135g/6×3	0.03	0.09	0.7	0.05	0.5	15	0.23	3	0.86	5.55	2.59	7	-	-	2.6	1.3	小麦・卵・乳成分・さけ・大豆・ゼラチン
オムレツのトマトソース 【規格】 135g/6×3	0.04	0.11	0.4	0.07	0.1	22	0.27	1	1.65	9.88	4.77	45	-	-	3.1	0.9	小麦・卵・乳成分・ごま・さば・大豆・鶏肉・りんご・ゼラチン
さわらの柚庵焼き 【規格】 135g/6×3	0.03	0.12	1.1	0.07	0.5	19	0.22	3	0.92	5.99	2.67	7	-	-	2.7	1.3	小麦・卵・乳成分・大豆・りんご・ゼラチン
白身魚の煮付け 【規格】 135g/6×3	0.01	0.09	0.4	0.03	0.4	18	0.11	1	0.72	5.64	2.61	11	-	-	3.1	1.2	小麦・卵・乳成分・大豆・ゼラチン
筑前煮 【規格】 140g/6×3	0.01	0.07	0.7	0.06	0.0	11	0.18	1	1.02	8.18	3.70	4	-	-	3.2	1.2	小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン
たまごと小松菜のソテー 【規格】 135g/6×3	0.03	0.11	0.3	0.04	0.1	23	0.23	3	1.43	9.03	4.16	45	-	-	2.7	1.1	小麦・卵・乳成分・ごま・さば・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン
さばのおろし煮 【規格】 135g/6×3	0.04	0.11	1.6	0.11	1.6	16	0.19	3	1.42	7.88	3.50	8	-	-	2.6	1.3	小麦・卵・乳成分・さば・大豆・りんご・ゼラチン
白身魚の柚子味噌焼き 【規格】 135g/6×3	0.03	0.09	0.4	0.04	0.4	19	0.14	3	0.81	6.17	2.94	11	-	-	2.8	1.2	小麦・卵・乳成分・大豆・ゼラチン
たまごの甘酢あん 【規格】 135g/6×3	0.03	0.11	0.3	0.04	0.1	18	0.24	3	1.36	9.11	3.98	45	-	-	2.7	1.2	小麦・卵・乳成分・さば・大豆・鶏肉・りんご・ゼラチン
蒸し鶏のごまソース 【規格】 135g/6×3	0.03	0.08	1.1	0.07	0.0	15	0.22	3	1.32	8.44	4.51	5	-	-	3.0	1.0	小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン
赤魚の生姜煮 【規格】 135g/6×3	0.01	0.07	0.3	0.03	0.1	14	0.14	4	0.86	6.51	2.98	5	-	-	2.6	1.4	小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・りんご・ゼラチン
だし巻きたまご 【規格】 135g/6×3	0.01	0.09	0.1	0.03	0.1	16	0.19	1	1.39	9.36	4.08	45	-	-	2.8	1.3	小麦・卵・乳成分・さば・大豆・ゼラチン
チキンポトフ 【規格】 140g/6×3	0.01	0.07	0.7	0.06	0.0	14	0.18	3	0.98	7.87	3.44	4	-	-	2.9	1.1	小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン
肉じゃが 【規格】 140g/6×3	0.06	0.08	0.4	0.04	0.0	8	0.15	1	1.04	7.88	3.56	4	-	-	2.7	1.1	小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン
ホイコーロー 【規格】 165g/6×3	0.07	0.10	0.7	0.05	0.0	20	0.21	5	1.22	8.75	4.13	5	-	-	3.3	1.3	小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン
ハンバーグトマトソース 【規格】 160g/6×3	0.05	0.10	0.8	0.08	0.0	21	0.24	5	1.20	8.56	4.06	3	-	-	3.5	1.3	小麦・卵・乳成分・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン
ぶりの照焼き 【規格】 165g/6×3	0.05	0.15	1.5	0.10	0.5	21	0.26	5	1.27	6.40	3.02	10	-	-	3.3	1.4	小麦・卵・乳成分・大豆・りんご・ゼラチン
ビーフシチュー 【規格】 175g/6×3	0.02	0.09	0.4	0.05	0.0	14	0.18	5	1.84	10.71	4.55	5	-	-	3.7	1.3	小麦・卵・乳成分・牛肉・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン
鶏肉の卵とじ 【規格】 165g/6×3	0.03	0.10	0.8	0.08	0.0	18	0.26	5	1.30	9.87	4.31	21	-	-	3.0	1.2	小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン
すき焼き 【規格】 165g/6×3	0.02	0.10	0.5	0.05	0.0	15	0.20	2	1.39	9.67	4.29	5	-	-	3.5	1.4	小麦・卵・乳成分・オレンジ・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン
ハヤシビーフ 【規格】 165g/6×3	0.02	0.08	0.5	0.05	0.0	15	0.17	5	1.73	10.49	4.46	7	-	-	3.1	1.1	小麦・卵・乳成分・牛肉・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン
酢豚 【規格】 165g/6×3	0.07	0.10	0.7	0.05	0.0	13	0.18	3	1.16	8.63	3.89	5	-	-	3.5	1.3	小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン
鮭のちゃんちゃん焼き 【規格】 165g/6×3	0.03	0.08	0.7	0.07	0.5	15	0.23	5	1.14	7.61	3.71	7	-	-	3.6	1.6	小麦・卵・乳成分・さけ・大豆・鶏肉・ゼラチン
牛肉のオイスター炒め 【規格】 160g/6×3	0.03	0.10	0.5	0.05	0.2	18	0.18	3	1.57	10.45	4.94	5	-	-	3.4	1.5	小麦・卵・乳成分・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン
チキンのトマト煮 【規格】 160g/6×3	0.03	0.10	1.1	0.10	0.0	24	0.29	6	1.41	10.03	4.83	5	-	-	3.4	1.1	小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン
豚の味噌焼き 【規格】 165g/6×3	0.07	0.10	0.7	0.05	0.0	15	0.17	2	1.20	9.12	4.21	5	-	-	3.6	1.4	小麦・卵・乳成分・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン
ポークカレー 【規格】 175g/6×3	0.05	0.11	0.5	0.05	0.0	12	0.18	2	1.12	8.61	3.75	4	-	-	3.7	1.4	小麦・卵・乳成分・大豆・鶏肉・豚肉・やまいも・りんご・ゼラチン
鶏肉の中華炒め 【規格】 165g/6×3	0.03	0.08	0.8	0.07	0.0	20	0.26	7	1.24	9.44	4.32	5	-	-	3.1	1.2	小麦・卵・乳成分・オレンジ・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン
鮭のクリーム煮 【規格】 165g/6×3	0.03	0.12	0.7	0.08	0.7	21	0.35	7	2.29	6.73	2.95	13	-	-	3.5	1.0	小麦・卵・乳成分・さけ・大豆・鶏肉・りんご・ゼラチン
豚のおろしソースがけ 【規格】 160g/6×3	0.08	0.08	0.5	0.05	0.0	18	0.18	5	1.23	9.54	4.26	5	-	-	3.2	1.4	小麦・卵・乳成分・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン
白身魚のトマトソース 【規格】 165g/6×3	0.03	0.12	0.7	0.07	0.3	21	0.20	5	0.92	7.38	3.25	10	-	-	3.5	1.3	小麦・卵・乳成分・大豆・鶏肉・りんご・ゼラチン
鶏の照焼き 【規格】 160g/6×3	0.03	0.10	1.0	0.08	0.0	14	0.26	2	1.22	9.50	4.16	13	-	-	3.4	1.3	小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン
いかの甘酢あん 【規格】 160g/6×3	0.02	0.10	0.5	0.05	0.3	19	0.18	5	0.91	6.91	3.18	34	-	-	3.4	1.5	小麦・卵・乳成分・いか・大豆・鶏肉・りんご・ゼラチン
さばの味噌煮 【規格】 165g/6×3	0.05	0.13	1.7	0.12	1.7	23	0.25	3	1.60	8.68	4.08	8	-	-	3.5	1.3	小麦・卵・乳成分・さば・大豆・りんご・ゼラチン
ぶり大根 【規格】 165g/6×3	0.05	0.13	1.3	0.08	0.5	23	0.26	5	1.34	6.73	3.28	10	-	-	3.8	1.3	小麦・卵・乳成分・大豆・ゼラチン
八宝菜 【規格】 165g/6×3	0.07	0.10	0.5	0.03	0.0	13	0.18	3	1.32	9.47	4.34	15	-	-	3.1	1.3	小麦・卵・乳成分・ごま・さば・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン
いかの味噌炒め 【規格】 160g/6×3	0.02	0.08	0.3	0.05	0.3	14	0.14	3	0.98	7.09	3.49	29	-	-	3.7	1.7	小麦・卵・乳成分・いか・ごま・大豆・ゼラチン
ハンバーグ和風おろし 【規格】 160g/6×3	0.05	0.10	0.8	0.10	0.0	19	0.24	3	1.22	8.66	4.11	3	-	-	3.7	1.4	小麦・卵・乳成分・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン
さわらの柚子味噌焼き 【規格】 160g/6×3	0.03	0.13	1.1	0.06	0.5	21	0.24	3	1.15	7.44	3.52	6	-	-	3.5	1.4	小麦・卵・乳成分・大豆・鶏肉・豚肉・やまいも・りんご・ゼラチン
豚の生姜焼き 【規格】 165g/6×3	0.07	0.10	0.5	0.05	0.0	17	0.17	7	1.16	9.06	3.93	5	-	-	3.3	1.5	小麦・卵・乳成分・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン
ホワイトシチュー 【規格】 170g/6×3	0.03	0.10	0.7	0.07	0.0	12	0.31	3	2.82	9.40	3.91	12	-	-	3.6	1.0	小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン
赤魚のおろし煮 【規格】 160g/6×3	0.02	0.08	0.3	0.05	0.2	26	0.13	6	1.01	7.04	3.49	5	-	-	4.0	1.5	小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・りんご・ゼラチン


やさしい主食	エネルギー	水分	たんぱく質	脂質	炭水化物	灰分	無機質										ビタミン						
							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			D	E	K		
																レチノール	βカロテン当量	レチノール活性当量					
栄養成分(推定値) 1食(120g)当たり	(kcal)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(μg)	(μg)	(μg)	(μg)	(mg)	(μg)
パン粥(MCT入り) 【規格】120g/30×2	217	79.6	4.4	10.8	24.4	0.8	140	96	64	13	68	0.2	0.5	0.05	0.13	19	4	19	0.0	0.8	6		


New 素材deソフト	エネルギー	水分	たんぱく質	脂質	炭水化物	灰分	無機質										ビタミン						
							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			D	E	K		
																レチノール	βカロテン当量	レチノール活性当量					
栄養成分(推定値) 100g当たり	(kcal)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(μg)	(μg)	(μg)	(μg)	(mg)	(μg)
さわら 【規格】600g(10枚)/16	169	69.9	19.0	9.2	0.4	1.5	94	464	12	30	208	0.8	0.9	0.03	0.01	11	0	11	6.6	0.3	0		
金目鯛 【規格】600g(10枚)/16	153	73.2	16.9	8.5	0.4	1.0	89	313	29	69	463	0.3	0.3	0.02	0.01	60	0	60	1.9	1.6	0		
ノルウェーさば 【規格】600g(10枚)/16	309	56.6	16.3	25.3	0.7	1.1	126	303	7	27	198	0.9	0.9	0.06	0.01	42	0	42	9.4	0.7	0		
ピンクサーモン 【規格】600g(10枚)/16	145	71.7	20.2	6.1	0.5	1.5	101	372	12	27	241	0.4	0.6	0.07	0.01	12	0	12	20.4	0.6	0		
ホキ 【規格】600g(10枚)/16	74	82.3	14.3	1.1	0.9	1.4	248	278	17	20	134	0.3	0.3	0.02	0.01	36	0	36	0.8	0.8	0		
メルルーサ 【規格】600g(10枚)/16	71	82.4	15.2	0.5	0.6	1.3	193	285	11	34	133	0.2	0.4	0.02	0.01	4	0	4	0.9	1.2	0		
赤魚 【規格】600g(10枚)/16	101	79.2	16.3	3.2	0.4	0.9	109	275	21	25	161	0.2	0.4	0.02	0.01	19	0	19	2.8	0.9	0		
豚コース 【規格】360g(6枚)/20	184	68.5	13.0	11.4	5.6	1.5	359	192	4	14	116	0.3	1.0	0.05	0.02	4	0	4	0.1	0.2	2		
鶏むね肉 【規格】360g(6枚)/20	110	74.1	18.4	1.5	4.6	1.4	242	283	4	22	170	0.3	0.5	0.03	0.02	7	0	7	0.1	0.2	12		


やさしい素材	エネルギー	水分	たんぱく質	脂質	炭水化物	灰分	無機質										ビタミン						
							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			D	E	K		
																レチノール	βカロテン当量	レチノール活性当量					
栄養成分(推定値) 100g当たり	(kcal)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(μg)	(μg)	(μg)	(μg)	(mg)	(μg)
白身魚 【規格】320g(8個)/12×2	129	74.9	13.0	6.4	4.1	1.6	472	141	6	13	50	0.1	0.1	0.01	0.02	1	0	1	0.3	1.0	13		
さわら 【規格】320g(8個)/12×2	294	58.1	13.3	24.6	2.8	1.2	251	216	6	14	89	0.3	0.4	0.02	0.04	5	0	5	2.7	2.3	44		
赤魚 【規格】320g(8個)/12×2	217	65.5	13.0	15.8	4.4	1.3	350	133	24	9	60	0.1	0.1	0.02	0.02	3	0	3	0.3	2.0	31		
さんま 【規格】320g(8個)/12×2	358	51.0	13.7	31.1	3.1	1.1	268	120	14	14	83	0.6	0.4	0.06	0.03	7	0	7	6.8	2.8	42		
あじ 【規格】320g(8個)/12×2	143	72.9	13.8	7.5	4.2	1.6	469	153	22	12	74	0.2	0.3	0.03	0.02	2	0	2	2.7	0.8	13		
ほっけ 【規格】320g(8個)/12×2	140	73.7	13.0	7.5	4.2	1.6	454	153	9	12	71	0.1	0.3	0.04	0.02	7	0	7	0.9	1.2	13		
あぶらかれい 【規格】320g(8個)/12×2	134	73.9	13.7	6.6	4.2	1.6	463	144	15	10	65	0.1	0.3	0.01	0.02	1	0	1	3.9	1.1	13		
白糸だら 【規格】320g(8個)/12×2	208	66.7	12.8	14.9	4.4	1.2	349	127	11	8	68	0.1	0.1	0.02	0.02	3	0	3	0.3	1.8	31		
さけ 【規格】320g(8個)/12×2	352	52.3	11.9	31.5	3.2	1.1	260	130	6	10	79	0.2	0.2	0.03	0.04	4	0	4	10.2	3.5	63		
さば 【規格】320g(8個)/12×2	321	55.2	14.0	27.1	2.6	1.1	252	170	4	14	99	0.5	0.5	0.06	0.02	16	0	16	2.2	2.6	43		
えび 【規格】320g(8個)/12×2	167	69.1	14.0	9.2	6.2	1.5	437	127	22	12	103	0.4	0.4	0.13	0.07	1	7	1	0.0	1.6	19		
いか 【規格】320g(8個)/12×2	135	72.7	14.2	5.7	5.9	1.5	369	154	6	18	105	0.1	0.4	0.08	0.04	1	0	1	0.0	1.3	11		
チキン(ミニ) 【規格】300g/20	246	63.8	10.4	20.4	4.5	0.9	231	98	1	8	58	0.1	0.2	0.01	0.01	2	0	2	0.0	2.9	26		
ポーク(ミニ) 【規格】300g/20	250	62.2	10.9	20.2	5.6	1.1	282	110	2	7	60	0.3	0.6	0.02	0.00	1	0	1	0.0	2.8	22		
ビーフ(ミニ) 【規格】300g/20	271	59.6	11.5	22.0	5.8	1.1	280	101	2	7	50	0.3	1.2	0.02	0.00	0	0	0	0.0	3.0	24		
チキン(ポーション) 【規格】120g(3個)/20×2	246	63.8	10.4	20.4	4.5	0.9	231	98	1	8	58	0.1	0.2	0.01	0.01	2	0	2	0.0	2.9	26		
ポーク(ポーション) 【規格】120g(3個)/20×2	250	62.2	10.9	20.2	5.6	1.1	282	110	2	7	60	0.3	0.6	0.02	0.00	1	0	1	0.0	2.8	22		
ビーフ(ポーション) 【規格】120g(3個)/20×2	271	59.6	11.5	22.0	5.8	1.1	280	101	2	7	50	0.3	1.2	0.02	0.00	0	0	0	0.0	3.0	24		
チキン(ブロック) 【規格】300g(3本)/20	246	63.8	10.4	20.4	4.5	0.9	231	98	1	8	58	0.1	0.2	0.01	0.01	2	0	2	0.0	2.9	26		
ポーク(ブロック) 【規格】300g(3本)/20	250	62.2	10.9	20.2	5.6	1.1	282	110	2	7	60	0.3	0.6	0.02	0.00	1	0	1	0.0	2.8	22		
ビーフ(ブロック) 【規格】300g(3本)/20	271	59.6	11.5	22.0	5.8	1.1	280	101	2	7	50	0.3	1.2	0.02	0.00	0	0	0	0.0	3.0	24		
たまご 【規格】120g(3個)/30×2	303	57.6	11.7	26.0	3.8	0.9	214	50	17	5	74	0.8	0.5	0.06	0.03	42	5	45	0.5	3.8	31		


 栄養成分(推定値) 1食(120g)当たり	ビタミン								飽和脂肪酸	一価不飽和脂肪酸	多価不飽和脂肪酸	コレステロール	水溶性食物繊維	不溶性食物繊維	食物繊維総量	食塩相当量	アレルギー物質 (28品目中)
	B1	B2	ナイアシン	B6	B12	葉酸	パントテン酸	C									
	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(μg)	(μg)	(mg)	(mg)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(g)	(g)	(g)	(g)	
パン粥(MCT入り) 【規格】120g/30×2	0.06	0.10	0.4	0.04	0.1	12	0.48	0	2.84	3.47	1.49	6	0.2	0.4	0.6	0.4	小麦・乳成分・大豆


 栄養成分(推定値) 100g当たり	ビタミン								飽和脂肪酸	一価不飽和脂肪酸	多価不飽和脂肪酸	コレステロール	水溶性食物繊維	不溶性食物繊維	食物繊維総量	食塩相当量	アレルギー物質 (28品目中)
	B1	B2	ナイアシン	B6	B12	葉酸	パントテン酸	C									
	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(μg)	(μg)	(mg)	(mg)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(g)	(g)	(g)	(g)	
さわら 【規格】600g(10枚)/16	0.09	0.33	9.0	0.38	5.0	8	1.10	0	2.37	3.26	1.94	57	0.0	0.0	0.0	0.2	小麦・卵・大豆
金目鯛 【規格】600g(10枚)/16	0.03	0.05	2.6	0.26	1.0	9	0.22	1	2.03	3.59	1.51	57	0.0	0.0	0.0	0.2	小麦・卵・大豆
ノルウェーさば 【規格】600g(10枚)/16	0.13	0.33	6.1	0.33	7.6	11	0.68	1	4.07	9.72	6.38	64	0.0	0.0	0.0	0.3	小麦・卵・さば・大豆
ピンクサーモン 【規格】600g(10枚)/16	0.23	0.17	7.4	0.45	4.3	15	1.21	1	1.14	1.97	1.47	54	0.0	0.0	0.0	0.3	小麦・卵・さけ・大豆
ホキ 【規格】600g(10枚)/16	0.03	0.14	1.1	0.06	0.6	11	0.35	0	0.20	0.35	0.24	41	0.0	0.0	0.0	0.6	小麦・卵・大豆
メルルーサ 【規格】600g(10枚)/16	0.08	0.04	0.9	0.06	0.7	5	0.28	0	0.10	0.13	0.17	40	0.0	0.0	0.0	0.5	小麦・卵・大豆
赤魚 【規格】600g(10枚)/16	0.04	0.05	1.0	0.07	1.5	2	0.23	0	0.46	1.38	0.56	49	0.0	0.0	0.0	0.3	小麦・卵・大豆
豚ロース 【規格】360g(6枚)/20	0.41	0.10	4.3	0.19	0.2	4	0.58	1	4.63	4.53	1.31	36	0.0	0.0	0.0	0.9	小麦・卵・乳成分・大豆・鶏肉・豚肉
鶏むね肉 【規格】360g(6枚)/20	0.08	0.09	9.0	0.48	0.2	12	1.44	2	0.34	0.55	0.28	54	0.0	0.0	0.0	0.6	卵・乳成分・大豆・鶏肉


 栄養成分(推定値) 100g当たり	ビタミン								飽和脂肪酸	一価不飽和脂肪酸	多価不飽和脂肪酸	コレステロール	水溶性食物繊維	不溶性食物繊維	食物繊維総量	食塩相当量	アレルギー物質 (28品目中)
	B1	B2	ナイアシン	B6	B12	葉酸	パントテン酸	C									
	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(μg)	(μg)	(mg)	(mg)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(g)	(g)	(g)	(g)	
白身魚 【規格】320g(8個)/12×2	0.03	0.08	0.3	0.02	0.3	3	0.10	0	0.96	1.42	3.51	14	0.0	0.0	0.0	1.2	小麦・卵・大豆・ゼラチン
さわら 【規格】320g(8個)/12×2	0.04	0.17	3.8	0.16	2.1	4	0.46	1	4.08	5.95	12.40	24	0.0	0.0	0.0	0.6	小麦・卵・大豆・ゼラチン
赤魚 【規格】320g(8個)/12×2	0.02	0.10	0.5	0.03	0.4	3	0.11	1	2.43	3.55	8.55	22	0.0	0.0	0.0	0.9	小麦・卵・大豆・ゼラチン
さんま 【規格】320g(8個)/12×2	0.01	0.17	3.3	0.24	7.1	8	0.33	1	5.07	9.02	13.86	30	0.0	0.0	0.0	0.7	小麦・卵・大豆・ゼラチン
あじ 【規格】320g(8個)/12×2	0.04	0.11	1.7	0.09	2.1	3	0.13	0	1.25	1.69	3.81	21	0.0	0.0	0.0	1.2	小麦・卵・大豆・ゼラチン
ほっけ 【規格】320g(8個)/12×2	0.03	0.12	0.8	0.05	3.2	4	0.35	1	1.13	1.73	3.80	23	0.0	0.0	0.0	1.2	小麦・卵・大豆・ゼラチン
あぶらかれい 【規格】320g(8個)/12×2	0.01	0.17	0.8	0.05	0.9	3	0.20	1	0.99	1.46	3.58	22	0.0	0.0	0.0	1.2	小麦・卵・大豆・ゼラチン
白系だら 【規格】320g(8個)/12×2	0.03	0.07	0.4	0.02	0.4	2	0.13	0	2.22	3.30	8.30	17	0.0	0.0	0.0	0.9	小麦・卵・大豆・ゼラチン
さけ 【規格】320g(8個)/12×2	0.05	0.09	2.2	0.21	1.9	7	0.41	1	4.74	7.21	17.13	19	0.0	0.0	0.0	0.7	小麦・卵・さけ・大豆・ゼラチン
さば 【規格】320g(8個)/12×2	0.09	0.17	5.1	0.26	5.6	6	0.29	1	4.94	6.57	12.22	27	0.0	0.0	0.0	0.6	小麦・卵・さば・大豆・ゼラチン
えび 【規格】320g(8個)/12×2	0.01	0.07	0.8	0.04	0.4	22	0.14	2	1.37	2.02	5.08	63	0.0	0.0	0.0	1.1	えび・小麦・卵・大豆・ゼラチン
いか 【規格】320g(8個)/12×2	0.00	0.06	0.8	0.04	0.8	2	0.11	1	0.84	1.16	3.01	101	0.0	0.0	0.0	0.9	小麦・卵・いか・大豆・ゼラチン
チキン(ミニ) 【規格】300g/20	0.03	0.03	3.1	0.17	0.1	3	0.50	1	1.41	11.17	4.86	19	-	-	0.6	0.6	小麦・卵・乳成分・ごま・大豆 鶏肉・豚肉・ゼラチン
ポーク(ミニ) 【規格】300g/20	0.25	0.08	1.7	0.09	0.1	1	0.23	0	1.58	11.32	4.84	18	-	-	0.7	0.7	卵・乳成分・大豆・鶏肉・豚肉 ゼラチン
ビーフ(ミニ) 【規格】300g/20	0.02	0.08	1.3	0.08	0.3	3	0.26	0	2.24	12.44	5.01	17	-	-	0.6	0.7	小麦・卵・乳成分・牛肉・大豆 鶏肉・豚肉・ゼラチン
チキン(ポーション) 【規格】120g(3個)/20×2	0.03	0.03	3.1	0.17	0.1	3	0.50	1	1.41	11.17	4.86	19	-	-	0.6	0.6	小麦・卵・乳成分・ごま・大豆 鶏肉・豚肉・ゼラチン
ポーク(ポーション) 【規格】120g(3個)/20×2	0.25	0.08	1.7	0.09	0.1	1	0.23	0	1.58	11.32	4.84	18	-	-	0.7	0.7	卵・乳成分・大豆・鶏肉・豚肉 ゼラチン
ビーフ(ポーション) 【規格】120g(3個)/20×2	0.02	0.08	1.3	0.08	0.3	3	0.26	0	2.24	12.44	5.01	17	-	-	0.6	0.7	小麦・卵・乳成分・牛肉・大豆 鶏肉・豚肉・ゼラチン
チキン(ブロック) 【規格】300g(3本)/20	0.03	0.03	3.1	0.17	0.1	3	0.50	1	1.41	11.17	4.86	19	-	-	0.6	0.6	小麦・卵・乳成分・ごま・大豆 鶏肉・豚肉・ゼラチン
ポーク(ブロック) 【規格】300g(3本)/20	0.25	0.08	1.7	0.09	0.1	1	0.23	0	1.58	11.32	4.84	18	-	-	0.7	0.7	卵・乳成分・大豆・鶏肉・豚肉 ゼラチン
ビーフ(ブロック) 【規格】300g(3本)/20	0.02	0.08	1.3	0.08	0.3	3	0.26	0	2.24	12.44	5.01	17	-	-	0.6	0.7	小麦・卵・乳成分・牛肉・大豆 鶏肉・豚肉・ゼラチン
たまご 【規格】120g(3個)/30×2	0.02	0.14	0.0	0.03	0.3	19	0.45	0	2.48	14.78	6.46	127	0.3	0.1	0.4	0.5	小麦・卵・さば・大豆・ゼラチン


 栄養成分 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					
							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			D (μg)	E (mg)	K (μg)
																レチノール (μg)	β-カロテン 当量 (μg)	レチノール 活性 当量 (μg)			
たんぱく21 ぶり 【規格】120g(3個)/30×2	166	67.3	21.8	7.8	2.1	1.0	273	155	5	11	65	0.6	0.3	0.07	0.05	15	0	15	34.9	1.4	6
たんぱく21 えび 【規格】120g(3個)/30×2	154	66.9	22.0	5.6	4.4	1.1	386	123	31	14	94	0.8	0.3	0.09	0.04	0	0	0	21.5	1.0	11
たんぱく21 赤魚 【規格】120g(3個)/30×2	170	66.3	22.2	8.0	2.3	1.2	370	103	9	9	65	0.3	0.2	0.05	0.04	4	0	4	33.2	1.3	8
たんぱく21 いか 【規格】120g(3個)/30×2	174	66.1	22.1	8.7	2.0	1.1	350	116	6	14	85	0.2	0.3	0.08	0.04	1	0	1	32.5	1.5	7
たんぱく21 さわら 【規格】120g(3個)/30×2	169	66.9	21.8	8.1	2.1	1.1	323	161	7	11	78	0.4	0.3	0.05	0.04	3	0	3	34.1	1.0	7
たんぱく21 白身魚 【規格】120g(3個)/30×2	169	66.0	21.8	7.6	3.4	1.2	353	144	8	10	78	0.3	0.2	0.05	0.04	3	0	3	32.7	1.4	9
たんぱく21 銀鮭 【規格】120g(3個)/30×2	173	66.8	21.4	8.9	1.8	1.1	330	125	6	9	95	0.3	0.2	0.05	0.04	9	0	9	36.3	1.2	6
たんぱく21 さば 【規格】120g(3個)/30×2	230	59.8	22.2	14.7	2.2	1.1	303	129	5	11	87	0.6	0.4	0.07	0.04	11	0	11	34.0	2.3	16
たんぱく21 チキン(ポーション) 【規格】120g(3個)/20×2	271	55.5	22.8	19.3	1.5	0.9	270	69	3	6	57	0.3	0.2	0.05	0.03	1	0	1	32.5	2.8	24
たんぱく21 ポーク(ポーション) 【規格】120g(3個)/20×2	271	55.4	22.7	19.2	1.9	0.8	253	64	3	5	47	0.3	0.3	0.04	0.02	0	0	0	32.5	2.4	19
たんぱく21 ビーフ(ポーション) 【規格】120g(3個)/20×2	285	53.6	22.6	20.6	2.3	0.9	293	63	3	5	44	0.4	0.7	0.04	0.02	0	0	0	32.5	3.1	25
たんぱく21 チキン(ブロック) 【規格】300g(3本)/20	271	55.5	22.8	19.3	1.5	0.9	270	69	3	6	57	0.3	0.2	0.05	0.03	1	0	1	32.5	2.8	24
たんぱく21 ポーク(ブロック) 【規格】300g(3本)/20	271	55.4	22.7	19.2	1.9	0.8	253	64	3	5	47	0.3	0.3	0.04	0.02	0	0	0	32.5	2.4	19
たんぱく21 ビーフ(ブロック) 【規格】300g(3本)/20	285	53.6	22.6	20.6	2.3	0.9	293	63	3	5	44	0.4	0.7	0.04	0.02	0	0	0	32.5	3.1	25


 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					
							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			D (μg)	E (mg)	K (μg)
																レチノール (μg)	β-カロテン 当量 (μg)	レチノール 活性 当量 (μg)			
温野菜さといも 【規格】300g(3本)/20	132	68.8	4.1	6.2	20.2	0.7	101	173	22	10	33	0.2	5.1	0.05	0.20	0	2	0	0.0	1.1	7
温野菜れんこん 【規格】300g(3本)/20	163	63.7	2.2	10.5	23.0	0.6	77	110	67	6	35	0.1	5.1	0.02	0.27	0	1	0	0.0	1.7	12
温野菜かぼちゃ 【規格】300g(3本)/20	141	64.5	2.8	7.3	24.7	0.7	88	173	53	10	23	0.2	5.7	0.02	0.05	2	1178	98	0.0	2.3	13
温野菜じゃがいも 【規格】300g(3本)/20	131	68.5	3.0	5.8	22.1	0.6	57	185	33	11	38	0.1	4.6	0.03	0.05	2	0	2	0.0	0.8	6
温野菜さつまいも 【規格】300g(3本)/20	165	60.5	3.0	8.1	27.4	1.0	74	211	163	11	51	0.2	5.2	0.05	0.12	3	9	3	0.0	1.6	9
温野菜しいたけ 【規格】300g(3本)/20	153	63.8	4.2	8.1	23.0	0.9	138	124	81	7	38	0.1	4.7	0.03	0.06	0	0	0	0.1	1.2	9
温野菜ひじき 【規格】300g(3本)/20	144	64.8	3.9	7.3	22.5	1.5	179	237	172	22	46	0.2	4.6	0.02	0.04	0	96	8	0.0	1.1	20
温野菜こんにやく 【規格】300g(3本)/20	145	67.0	2.8	7.9	21.3	1.0	149	64	122	4	19	0.2	4.5	0.02	0.02	0	0	0	0.0	1.2	9
温野菜ごぼう 【規格】300g(3本)/20	165	62.6	2.6	9.0	25.1	0.7	88	99	76	14	23	0.2	4.7	0.06	0.06	0	0	0	0.0	1.5	10
温野菜いんげん 【規格】300g(3本)/20	115	67.5	4.0	3.6	23.7	1.2	123	175	178	12	38	0.3	4.6	0.03	0.15	0	244	20	0.0	0.6	25
温野菜にんじん 【規格】300g(3本)/20	160	63.6	2.9	8.0	24.6	0.9	113	152	92	7	29	0.1	4.6	0.03	0.09	0	3656	307	0.0	1.3	17
温野菜キャベツ 【規格】300g(3本)/20	127	67.3	3.6	4.7	23.4	1.0	114	166	118	11	49	0.2	4.6	0.02	0.08	0	20	2	0.0	0.7	36
温野菜こまつな 【規格】300g(3本)/20	112	67.3	3.8	3.6	23.3	2.0	132	119	472	9	39	0.9	4.6	0.04	0.08	0	1301	109	0.0	1.1	138


 栄養成分 100g当たり	ビタミン								飽和脂肪酸	一価不飽和脂肪酸	多価不飽和脂肪酸	コレステロール	水溶性食物繊維	不溶性食物繊維	食物繊維総量	食塩相当量	アレルギー物質 (28品目中)
	B1	B2	ナイアシン	B6	B12	葉酸	パントテン酸	C									
	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(μg)	(μg)	(mg)	(mg)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(g)	(g)	(g)	(g)	
たんぱく21 ぶり 【規格】120g(3個)/30×2	0.07	0.16	2.9	0.13	1.1	16	0.32	1	1.72	4.50	2.52	22	-	-	0.5	0.7	卵・大豆・ゼラチン
たんぱく21 えび 【規格】120g(3個)/30×2	0.01	0.07	1.0	0.04	0.3	11	0.06	0	0.79	1.19	2.85	41	-	-	0.0	1.0	えび・小麦・卵・大豆・ゼラチン ・魚介類
たんぱく21 赤魚 【規格】120g(3個)/30×2	0.01	0.06	0.3	0.02	0.4	13	0.07	0	0.62	4.52	1.98	12	-	-	0.5	0.9	卵・大豆・ゼラチン
たんぱく21 いか 【規格】120g(3個)/30×2	0.00	0.05	0.5	0.03	0.6	5	0.08	0	0.50	3.71	1.73	71	-	-	0.5	0.9	卵・いか・大豆・ゼラチン
たんぱく21 さわら 【規格】120g(3個)/30×2	0.02	0.15	2.3	0.10	1.2	16	0.28	0	1.03	4.45	2.08	15	-	-	0.5	0.8	卵・大豆・ゼラチン
たんぱく21 白身魚 【規格】120g(3個)/30×2	0.02	0.09	0.5	0.03	0.9	17	0.07	0	0.59	4.62	2.10	24	-	-	0.5	0.9	卵・大豆・ゼラチン
たんぱく21 銀鮭 【規格】120g(3個)/30×2	0.04	0.09	1.4	0.08	1.3	10	0.35	0	0.93	4.07	2.20	16	-	-	0.4	0.8	卵・さけ・大豆・ゼラチン
たんぱく21 さば 【規格】120g(3個)/30×2	0.07	0.13	3.6	0.18	3.9	14	0.21	0	2.29	9.16	4.14	19	-	-	0.4	0.8	卵・さば・大豆・ゼラチン
たんぱく21 チキン(ポーション) 【規格】120g(3個)/20×2	0.02	0.03	1.7	0.09	0.0	10	0.28	0	1.37	11.09	4.85	11	-	-	0.3	0.7	小麦・卵・ごま・大豆・鶏肉・豚肉 ・ゼラチン
たんぱく21 ポーク(ポーション) 【規格】120g(3個)/20×2	0.13	0.05	0.9	0.04	0.0	6	0.12	0	1.28	9.68	4.19	9	-	-	0.3	0.6	卵・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン
たんぱく21 ビーフ(ポーション) 【規格】120g(3個)/20×2	0.01	0.05	0.7	0.04	0.2	8	0.14	0	1.91	12.76	5.37	9	-	-	0.4	0.7	小麦・卵・牛肉・大豆・鶏肉・豚肉 ・ゼラチン
たんぱく21 チキン(ブロック) 【規格】300g(3本)/20	0.02	0.03	1.7	0.09	0.0	10	0.28	0	1.37	11.09	4.85	11	-	-	0.3	0.7	小麦・卵・ごま・大豆・鶏肉・豚肉 ・ゼラチン
たんぱく21 ポーク(ブロック) 【規格】300g(3本)/20	0.13	0.05	0.9	0.04	0.0	6	0.12	0	1.28	9.68	4.19	9	-	-	0.3	0.6	卵・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン
たんぱく21 ビーフ(ブロック) 【規格】300g(3本)/20	0.01	0.05	0.7	0.04	0.2	8	0.14	0	1.91	12.76	5.37	9	-	-	0.4	0.7	小麦・卵・牛肉・大豆・鶏肉・豚肉 ・ゼラチン


 栄養成分(推定値) 100g当たり	ビタミン								飽和脂肪酸	一価不飽和脂肪酸	多価不飽和脂肪酸	コレステロール	水溶性食物繊維	不溶性食物繊維	食物繊維総量	食塩相当量	アレルギー物質 (28品目中)
	B1	B2	ナイアシン	B6	B12	葉酸	パントテン酸	C									
	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(μg)	(μg)	(mg)	(mg)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(g)	(g)	(g)	(g)	
温野菜さといも 【規格】300g(3本)/20	0.03	0.08	0.3	0.05	0.0	9	0.16	2	0.42	3.49	1.53	1	-	-	7.9	0.3	卵・乳成分・大豆・ゼラチン
温野菜れんこん 【規格】300g(3本)/20	0.02	0.04	0.1	0.03	0.0	3	0.20	6	0.72	6.08	2.64	1	-	-	11.3	0.2	卵・乳成分・大豆・ゼラチン
温野菜かぼちゃ 【規格】300g(3本)/20	0.02	0.08	0.4	0.06	0.0	16	0.17	11	0.60	4.09	1.77	1	-	-	13.2	0.2	卵・乳成分・大豆
温野菜じゃがいも 【規格】300g(3本)/20	0.03	0.07	0.3	0.07	0.1	9	0.32	6	0.52	3.15	1.36	2	-	-	7.6	0.1	卵・乳成分・大豆・ゼラチン
温野菜さつまいも 【規格】300g(3本)/20	0.04	0.09	0.3	0.09	0.1	15	0.42	8	0.71	4.55	1.96	2	-	-	10.9	0.2	卵・乳成分・大豆・ゼラチン
温野菜しいたけ 【規格】300g(3本)/20	0.03	0.11	0.6	0.04	0.0	6	0.28	0	0.56	4.56	2.04	1	8.2	1.3	9.5	0.4	卵・乳成分・大豆・ゼラチン
温野菜ひじき 【規格】300g(3本)/20	0.02	0.11	0.2	0.02	0.1	4	0.16	0	0.55	3.99	1.88	2	-	-	9.5	0.5	小麦・卵・乳成分・ごま・大豆 ゼラチン
温野菜こんにやく 【規格】300g(3本)/20	0.01	0.06	0.0	0.01	0.0	1	0.06	0	0.55	4.56	1.98	1	7.5	0.7	8.2	0.4	卵・乳成分・大豆・ゼラチン
温野菜ごぼう 【規格】300g(3本)/20	0.01	0.05	0.1	0.03	0.0	20	0.09	0	0.62	5.16	2.26	1	-	-	10.9	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	0.03	0.12	0.2	0.03	0.0	23	0.14	3	0.26	1.93	0.88	1	9.2	0.8	10.0	0.3	卵・乳成分・大豆・ゼラチン
温野菜にんじん 【規格】300g(3本)/20	0.03	0.08	0.3	0.05	0.0	9	0.17	2	0.55	4.56	2.00	1	-	-	9.0	0.3	卵・乳成分・大豆・ゼラチン
温野菜キャベツ 【規格】300g(3本)/20	0.03	0.10	0.1	0.05	0.1	32	0.24	17	0.33	2.54	1.11	1	7.4	0.6	8.0	0.3	卵・乳成分・大豆・ゼラチン
温野菜こまつな 【規格】300g(3本)/20	0.02	0.10	0.2	0.03	0.0	37	0.17	9	0.24	1.93	0.86	1	-	-	10.2	0.3	卵・乳成分・大豆・ゼラチン

 栄養成分(推定値) 100g当たり	エネルギー (kcal)	水分 (g)	たんばく質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	灰分 (g)	無機質									ビタミン					
							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			D (μg)	E (mg)	K (μg)
																レチノール (μg)	βカロテン 当量 (μg)	レチノール 活性 当量 (μg)			
とけないコーン 【規格】300g(10本)/15×2	46	88.3	0.5	0.5	10.3	0.4	122	43	2	5	13	0.1	0.1	0.01	0.02	0	14	1	0.0	0.0	0
とけないにんじん 【規格】300g(10本)/15×2	37	90.2	0.3	0.4	8.7	0.4	82	87	10	3	8	0.1	0.1	0.02	0.04	0	2573	214	0.0	0.2	6
とけないだいこん 【規格】360g(8個)/12×2	30	91.9	0.2	0.2	7.2	0.5	84	111	12	5	8	0.1	0.0	0.01	0.02	0	0	0	0.0	0.0	0
とけないたまねぎ 【規格】360g(8個)/12×2	36	90.6	0.4	0.3	8.4	0.3	47	63	10	4	14	0.1	0.1	0.02	0.06	0	0	0	0.0	0.0	0
とけないがねぎ 【規格】315g(7本)/15×2	40	89.4	0.6	0.4	9.2	0.4	46	81	15	6	11	0.1	0.1	0.02	0.05	0	32	3	0.0	0.1	3
とけないなす 【規格】180g(6個)/30×2	30	92.2	0.3	0.3	6.9	0.3	50	62	6	5	9	0.1	0.1	0.02	0.05	0	27	2	0.0	0.1	3
とけないピーマン 【規格】180g(6個)/30×2	33	91.5	0.2	0.4	7.7	0.2	45	48	4	3	6	0.1	0.0	0.02	0.03	0	96	8	0.0	0.2	5
とけないほうれんそう 【規格】180g(6個)/30×2	31	91.6	1.1	0.4	6.4	0.5	85	81	29	17	17	0.3	0.2	0.04	0.28	0	1980	165	0.0	0.9	92
とけないわかめ 【規格】180g(6個)/30×2	32	91.0	0.4	0.4	7.6	0.6	214	12	19	9	7	0.1	0.1	0.00	0.00	0	0	3	0.0	0.0	34
とけないはくさい 【規格】180g(6個)/30×2	30	92.1	0.3	0.4	6.8	0.4	45	89	18	4	14	0.1	0.1	0.01	0.05	0	39	3	0.0	0.1	23
とけないえだまめ 【規格】180g(6個)/30×2	57	86.9	2.6	1.7	8.2	0.6	103	132	14	14	38	0.6	0.3	0.09	0.16	0	57	5	0.0	0.2	7
ミニとけないにんじん 【規格】500g/10×2	32	91.1	0.3	0.0	8.1	0.5	82	87	10	3	8	0.1	0.1	0.02	0.03	0	2573	214	0.0	0.2	6
ミニとけないだいこん 【規格】500g/10×2	29	91.9	0.2	0.1	7.3	0.5	86	111	12	5	8	0.1	0.0	0.01	0.02	0	0	0	0.0	0.0	0
ミニとけないたまねぎ 【規格】500g/10×2	36	90.0	0.5	0.1	9.0	0.4	58	63	10	4	14	0.1	0.1	0.02	0.06	0	0	0	0.0	0.0	0
ミニとけないなす 【規格】500g/10×2	32	91.7	0.3	0.4	7.3	0.3	51	62	6	5	9	0.1	0.1	0.02	0.04	0	27	2	0.0	0.1	3
ミニとけないピーマン 【規格】500g/10×2	33	91.6	0.3	0.4	7.4	0.3	65	48	4	3	6	0.1	0.0	0.02	0.02	0	96	8	0.0	0.2	5
ミニとけないほうれんそう 【規格】500g/10×2	30	91.9	1.1	0.4	6.1	0.5	90	82	29	17	18	0.3	0.2	0.04	0.28	0	1980	165	0.0	0.9	92
ミニとけないはくさい 【規格】500g/10×2	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
ミニとけないじゃがいも 【規格】500g/10×2	91	80.7	0.4	3.0	15.4	0.5	108	88	1	5	6	0.1	0.1	0.02	0.04	0	0	0	0.0	0.5	4
ミニとけないしいたけ 【規格】500g/10×2	30	91.2	0.8	0.5	7.1	0.4	63	65	2	4	21	0.1	0.2	0.02	0.05	0	0	0	0.2	0.0	0
きゅうり 【規格】315g(7本)/12×2	80	77.5	0.4	0.0	21.5	0.6	70	61	68	5	14	3.4	4.5	0.03	0.02	0	99	8	0.0	0.1	10
コーン 【規格】390g(15個)/12×2	102	67.2	0.7	0.4	31.3	0.4	16	48	61	5	20	3.4	4.5	0.01	0.02	0	17	1	0.0	0.0	0
ブロッコリー 【規格】390g(15個)/12×2	70	73.8	1.9	0.2	23.5	0.6	9	100	110	8	42	8.7	4.6	0.03	0.09	0	386	32	0.0	1.3	88
トマト 【規格】390g(15個)/12×2	52	80.8	0.6	0.0	17.9	0.7	25	148	75	8	14	3.5	4.5	0.06	0.06	0	189	16	0.0	0.8	3
ほうれんそう 【規格】390g(15個)/12×2	66	73.8	1.0	0.1	23.9	1.2	88	65	256	16	23	10.3	4.6	0.03	0.24	0	1590	132	0.0	0.8	90
にんじん 【規格】390g(15個)/12×2	76	75.7	0.7	0.4	22.5	0.7	85	104	89	5	22	4.3	4.5	0.02	0.06	2	4472	376	0.0	0.3	3
キャベツ 【規格】390g(15個)/12×2	53	80.7	0.6	0.1	17.9	0.7	13	88	169	6	15	3.4	4.5	0.01	0.07	0	22	2	0.0	0.0	34


 栄養成分(推定値) 100g当たり	エネルギー (kcal)	水分 (g)	たんばく質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	灰分 (g)	無機質									ビタミン					
							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			D (μg)	E (mg)	K (μg)
																レチノール (μg)	βカロテン 当量 (μg)	レチノール 活性 当量 (μg)			
バナナ 【規格】375g(15個)/12×2	149	65.4	0.4	4.1	29.7	0.4	10	126	2	11	14	0.1	0.1	0.03	0.09	0	20	2	0.0	0.3	0
バレンシアオレンジ 【規格】375g(15個)/12×2	123	67.4	0.4	0.1	31.8	0.3	19	85	7	5	10	0.1	0.1	0.02	0.02	0	29	3	0.0	0.2	0
ゴールデンパイナップル 【規格】375g(15個)/12×2	128	66.2	0.2	0.1	33.2	0.3	19	33	3	3	2	0.1	0.0	0.03	0.29	0	8	1	0.0	0.0	0
いちご 【規格】375g(15個)/12×2	120	69.1	0.2	0.0	30.4	0.3	23	40	4	3	7	0.1	0.0	0.01	0.05	0	4	0	0.0	0.1	0
赤ぶどう 【規格】390g(15個)/12×2	129	66.5	0.3	0.3	32.7	0.2	19	20	4	7	6	0.3	0.0	0.02	0.06	0	0	0	0.0	0.0	0
キウイ 【規格】390g(15個)/12×2	100	73.5	0.2	0.0	26.0	0.3	28	70	8	3	8	0.1	0.0	0.03	0.03	0	16	1	0.0	0.3	0
白桃 【規格】390g(15個)/12×2	106	73.0	0.2	0.0	26.5	0.3	23	79	2	3	8	0.0	0.0	0.02	0.02	0	2	0	0.0	0.0	0
りんご 【規格】390g(15個)/12×2	85	78.0	0.1	0.0	21.7	0.2	23	31	1	1	3	0.1	0.0	0.01	0.01	0	4	0	0.0	0.0	0
洋なし 【規格】390g(15個)/12×2	95	76.1	0.1	0.0	23.5	0.3	27	21	2	2	2	0.0	0.0	0.02	0.01	0	0	0	0.0	0.1	0
マンゴー 【規格】390g(15個)/12×2	144	67.9	0.4	4.5	26.9	0.3	24	66	6	5	5	0.1	0.0	0.03	0.04	0	237	20	0.0	0.7	0
赤メロン 【規格】390g(15個)/12×2	120	68.8	0.4	0.1	30.4	0.3	21	121	3	4	5	0.1	0.1	0.02	0.01	0	1188	99	0.0	0.1	0


 栄養成分(推定値) 100g当たり	ビタミン								飽和脂肪酸	一価不飽和脂肪酸	多価不飽和脂肪酸	コレステロール	水溶性食物繊維	不溶性食物繊維	食物繊維総量	食塩相当量	アレルギー物質 (28品目中)
	B1	B2	ナイアシン	B6	B12	葉酸	パントテン酸	C									
	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(μg)	(μg)	(mg)	(mg)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(g)	(g)	(g)	(g)	
とけないコーン 【規格】300g(10本)/15×2	0.01	0.01	0.2	0.01	0.0	5	0.09	1	0.02	0.04	0.06	0	-	-	0.8	0.3	乳成分・大豆
とけないにんじん 【規格】300g(10本)/15×2	0.02	0.02	0.2	0.03	0.0	7	0.10	2	0.00	0.00	0.01	0	-	-	1.1	0.2	小麦・乳成分・大豆
とけないだいこん 【規格】360g(8個)/12×2	0.01	0.00	0.1	0.02	0.0	16	0.05	5	0.00	0.00	0.01	0	-	-	1.0	0.2	小麦・乳成分・大豆
とけないたまねぎ 【規格】360g(8個)/12×2	0.01	0.00	0.0	0.06	0.0	7	0.08	3	0.00	0.00	0.01	0	-	-	0.9	0.1	小麦・乳成分・大豆
とけないながねぎ 【規格】315g(7本)/15×2	0.02	0.02	0.2	0.05	0.0	28	0.07	5	0.01	0.00	0.01	1	-	-	1.3	0.1	小麦・乳成分・大豆
とけないなす 【規格】180g(6個)/30×2	0.01	0.01	0.1	0.01	0.0	9	0.09	1	0.01	0.00	0.00	0	-	-	1.0	0.1	小麦・乳成分・大豆
とけないピーマン 【規格】180g(6個)/30×2	0.01	0.01	0.1	0.05	0.0	6	0.07	18	0.00	0.00	0.01	0	-	-	1.0	0.1	乳成分・大豆
とけないほうれんそう 【規格】180g(6個)/30×2	0.02	0.05	0.2	0.04	0.0	43	0.06	7	0.01	0.00	0.03	0	-	-	1.4	0.2	小麦・乳成分・大豆
とけないわかめ 【規格】180g(6個)/30×2	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0	0.00	0	0.01	0.00	0.03	0	-	-	1.1	0.5	小麦・乳成分・大豆
とけないはくさい 【規格】180g(6個)/30×2	0.01	0.01	0.2	0.04	0.0	24	0.10	7	0.00	0.00	0.01	0	-	-	0.8	0.1	小麦・乳成分・大豆
とけないえだまめ 【規格】180g(6個)/30×2	0.07	0.03	0.4	0.03	0.0	70	0.12	6	0.18	0.41	0.61	0	-	-	1.4	0.3	小麦・乳成分・大豆
ミニとけないにんじん 【規格】500g/10×2	0.02	0.02	0.2	0.03	0.0	7	0.10	2	0.00	0.00	0.01	0	-	-	1.1	0.2	小麦・大豆
ミニとけないだいこん 【規格】500g/10×2	0.01	0.00	0.1	0.02	0.0	16	0.05	5	0.00	0.00	0.01	0	-	-	1.0	0.2	小麦・大豆
ミニとけないたまねぎ 【規格】500g/10×2	0.01	0.00	0.0	0.06	0.0	7	0.08	3	0.00	0.00	0.01	0	-	-	1.0	0.1	小麦・大豆・鶏肉
ミニとけないなす 【規格】500g/10×2	0.01	0.01	0.1	0.01	0.0	9	0.09	1	0.01	0.00	0.00	0	-	-	1.0	0.1	小麦・乳成分・大豆
ミニとけないピーマン 【規格】500g/10×2	0.01	0.01	0.1	0.05	0.0	6	0.07	18	0.00	0.00	0.01	0	-	-	1.1	0.2	乳成分・大豆・鶏肉
ミニとけないほうれんそう 【規格】500g/10×2	0.02	0.05	0.2	0.04	0.0	43	0.06	7	0.01	0.00	0.03	0	-	-	1.4	0.2	小麦・乳成分・大豆・鶏肉
ミニとけないはくさい 【規格】500g/10×2	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
ミニとけないじゃがいも 【規格】500g/10×2	0.01	0.01	0.2	0.05	0.0	6	0.14	4	0.21	1.80	0.79	0	-	-	0.9	0.3	乳成分・大豆
ミニとけないしいたけ 【規格】500g/10×2	0.02	0.03	0.6	0.04	0.0	4	0.22	0	0.02	0.00	0.06	0	-	-	1.8	0.2	小麦・乳成分・大豆
きゅうり 【規格】315g(7本)/12×2	0.01	0.01	0.1	0.02	0.0	8	0.10	4	0.00	0.00	0.00	0	-	-	2.9	0.2	小麦・乳成分・大豆
コーン 【規格】390g(15個)/12×2	0.02	0.01	0.4	0.02	0.0	12	0.08	0	0.06	0.09	0.13	0	-	-	10.9	0.04	乳成分
ブロッコリー 【規格】390g(15個)/12×2	0.03	0.04	0.2	0.07	0.0	56	0.35	26	0.04	0.03	0.04	0	-	-	11.7	0.02	乳成分
トマト 【規格】390g(15個)/12×2	0.03	0.02	0.5	0.06	0.0	9	0.14	3	0.01	0.00	0.01	0	-	-	7.4	0.1	乳成分
ほうれんそう 【規格】390g(15個)/12×2	0.02	0.04	0.1	0.03	0.0	36	0.05	6	0.03	0.01	0.04	0	-	-	12.2	0.2	小麦・乳成分・大豆・鶏肉
にんじん 【規格】390g(15個)/12×2	0.02	0.02	0.2	0.04	0.0	9	0.15	2	0.21	0.09	0.04	1	-	-	8.0	0.2	小麦・乳成分・大豆・鶏肉
キャベツ 【規格】390g(15個)/12×2	0.02	0.01	0.1	0.05	0.0	34	0.10	18	0.01	0.00	0.01	0	-	-	7.5	0.03	乳成分

 栄養成分(推定値) 100g当たり	ビタミン								飽和脂肪酸	一価不飽和脂肪酸	多価不飽和脂肪酸	コレステロール	水溶性食物繊維	不溶性食物繊維	食物繊維総量	食塩相当量	アレルギー物質 (28品目中)
	B1	B2	ナイアシン	B6	B12	葉酸	パントテン酸	C									
	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(μg)	(μg)	(mg)	(mg)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(g)	(g)	(g)	(g)	
バナナ 【規格】375g(15個)/12×2	0.02	0.01	0.2	0.13	0.0	9	0.15	6	2.88	0.88	0.21	0	-	-	2.1	0.03	乳成分・大豆・バナナ
バレンシアオレンジ 【規格】375g(15個)/12×2	0.04	0.01	0.2	0.03	0.0	14	0.14	81	0.01	0.01	0.01	0	-	-	1.5	0.05	オレンジ
ゴールデンパイ 【規格】375g(15個)/12×2	0.02	0.00	0.0	0.02	0.0	3	0.05	38	0.00	0.00	0.01	0	-	-	1.7	0.05	-
いちご 【規格】375g(15個)/12×2	0.01	0.00	0.1	0.01	0.0	21	0.08	14	0.00	0.00	0.01	0	-	-	0.8	0.1	-
赤ぶどう 【規格】390g(15個)/12×2	0.02	0.00	0.2	0.05	0.0	1	0.03	0	0.03	0.01	0.03	0	-	-	0.5	0.05	-
キウイ 【規格】390g(15個)/12×2	0.00	0.00	0.1	0.03	0.0	9	0.07	17	0.00	0.00	0.01	0	-	-	1.1	0.1	キウイフルーツ
白桃 【規格】390g(15個)/12×2	0.00	0.00	0.3	0.01	0.0	2	0.06	4	0.00	0.01	0.01	0	-	-	1.0	0.1	もも
りんご 【規格】390g(15個)/12×2	0.01	0.00	0.0	0.01	0.0	1	0.05	1	0.00	0.00	0.01	0	-	-	0.7	0.1	りんご
洋なし 【規格】390g(15個)/12×2	0.00	0.01	0.1	0.00	0.0	2	0.00	0	0.00	0.01	0.01	0	-	-	0.9	0.1	-
マンゴー 【規格】390g(15個)/12×2	0.02	0.02	0.3	0.05	0.0	33	0.09	8	1.17	0.02	0.01	0	-	-	1.0	0.06	乳成分・大豆
赤メロン 【規格】390g(15個)/12×2	0.02	0.01	0.3	0.04	0.0	8	0.06	8	0.02	0.01	0.00	0	-	-	0.6	0.1	乳成分・りんご

 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					
							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			D (μg)	E (mg)	K (μg)
																レチノール (μg)	βカロテン当量 (μg)	レチノール活性当量 (μg)			
キャベツの梅和えムース 【規格】180g(6個)/20×2	169	68.6	3.1	12	14.9	1.4	463	101	15	6	12	0.1	0.1	0.01	0.05	0	14	1	0	1.6	33
ほうれん草の白和えムース 【規格】180g(6個)/20×2	178	67.6	3.3	12.4	15.7	1	288	45	6	3	5	0.1	0	0.01	0.03	0	340	28	0	1.6	21
金平ごぼうムース 【規格】180g(6個)/20×2	166	67.2	2.5	9.8	19.4	1.1	282	136	17	17	25	0.3	0.3	0.06	0.06	0	676	56	0.0	1.3	10
ひじき煮ムース 【規格】180g(6個)/20×2	168	66.5	2.5	10.1	19.6	1.3	323	180	29	18	18	0.3	0.1	0.03	0.05	0	1443	119	0.0	1.4	20
いんげんのごま和えムース 【規格】180g(6個)/20×2	166	68.3	3.5	10.5	16.4	1.3	296	138	20	27	55	0.5	0.4	0.10	0.20	0	545	45	0.0	0.9	24
切干大根ムース 【規格】180g(6個)/20×2	166	68.7	2.5	10.5	17.1	1.2	333	131	14	7	14	0.1	0.1	0.01	0.03	0	473	39	0.0	1.4	12
小松菜の煮びたしムース 【規格】180g(6個)/20×2	169	67.9	2.8	11.3	16.6	1.4	356	190	50	8	23	0.9	0.1	0.02	0.04	0	1167	98	0.0	1.7	69
かぼちゃの含め煮ムース 【規格】180g(6個)/20×2	168	64.6	2.7	8.5	23.1	1.1	285	160	10	10	19	0.2	0.2	0.02	0.05	0	1136	93	0.0	2.2	13
ポテトサラダムース 【規格】180g(6個)/20×2	167	68.5	1.8	11.4	17.2	1.1	329	125	4	7	12	0.1	0.1	0.03	0.05	1	232	21	0.0	1.8	15
ほうれん草のバター炒めムース 【規格】180g(6個)/20×2	168	68.9	2.9	12.1	15.0	1.1	328	92	29	15	17	0.4	0.2	0.03	0.22	21	1400	137	0.0	2.0	89
きゅうりのナムルゼリー 【規格】180g(6個)/20×2	167	68.5	0.5	10.0	19.9	1.1	333	45	6	4	8	0.1	0.0	0.02	0.02	0	431	36	0.0	1.3	15
きゅうりの酢の物ゼリー 【規格】180g(6個)/20×2	168	67.7	0.5	9.1	22.1	0.6	182	32	6	4	7	0.1	0.0	0.02	0.01	0	50	4	0.0	1.4	19
コールスローゼリー 【規格】180g(6個)/20×2	183	67.8	1.1	14.1	15.8	1.2	375	54	11	4	11	0.1	0.1	0.01	0.04	2	217	20	0.0	2.3	35
たまねぎサラダゼリー 【規格】180g(6個)/20×2	179	64.5	0.7	11.2	22.4	1.2	389	47	5	4	10	0.1	0.1	0.01	0.05	0	384	32	0.0	1.7	14
彩りたまごムース 【規格】120g(3個)/20	284	58.1	11.9	23.2	5.5	1.3	359	57	16	5	68	0.7	0.4	0.05	0.03	37	232	58	0.5	3.2	28
みためがハンバーグ 【規格】120g(3個)/20	257	60.5	10.6	20.5	6.9	1.5	498	72	6	7	53	0.4	0.2	0.06	0.06	1	0	1	0.0	2.6	21
みためがハム 【規格】90g(6枚)/30×2	283	58.2	11.7	23.0	5.7	1.4	478	48	1	3	27	0.1	0.3	0.01	0.00	0	0	0	0.0	2.8	22
みためがウインナー 【規格】120g(3個)/30×2	326	53.8	13.0	27.8	4.2	1.2	358	59	4	6	61	0.5	0.4	0.07	0.05	0	0	0	0.0	3.3	26
みためがシューマイ 【規格】160g(10個)/40	260	61.5	10.3	21.5	5.4	1.3	417	64	4	6	57	0.5	0.3	0.07	0.05	0	0	0	0.0	3.1	24
みためがギョウザ 【規格】108g(6個)/50	241	65.1	7.3	19.9	6.7	1.0	281	93	7	7	41	0.4	0.2	0.06	0.09	0	1	0	0.0	1.1	10
みためが目玉焼き 【規格】140g(4個)/16×2	208	70.9	6.7	17.5	4.4	0.5	78	74	21	5	71	0.7	0.5	0.03	0.01	53	6	54	0.7	1.8	33
ポーコムースかつ 【規格】350g(10個)/16×2	368	43.0	8.8	27.7	18.9	1.6	547	85	21	11	71	0.6	0.5	0.08	0.15	1	1	1	0.0	2.3	45
チキンムース唐揚げ 【規格】350g(10個)/16×2	304	51.7	8.7	22.1	15.9	1.6	504	115	23	10	77	0.3	0.2	0.04	0.09	2	0	2	0.0	2.3	48

 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					
							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			D (μg)	E (mg)	K (μg)
																レチノール (μg)	βカロテン当量 (μg)	レチノール活性当量 (μg)			
やわらかオクラとひじきのおかか和え 【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
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
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
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

 栄養成分(推定値) 100g当たり	ビタミン								飽和脂肪酸	一価不飽和脂肪酸	多価不飽和脂肪酸	コレステロール	水溶性食物繊維	不溶性食物繊維	食物繊維総量	食塩相当量	アレルギー物質 (28品目中)
	B1	B2	ナイアシン	B6	B12	葉酸	パントテン酸	C									
	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(μg)	(μg)	(mg)	(mg)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(g)	(g)	(g)	(g)	
キャベツの梅和えムース 【規格】180g(6個)/20×2	0.01	0.07	0.1	0.03	0	22	0.06	11	1.01	6.03	2.62	1	-	-	4.7	1.2	小麦・卵・乳成分・大豆
ほうれん草の白和えムース 【規格】180g(6個)/20×2	0.01	0.05	0.1	0.01	0	5	0.02	1	1	5.77	2.51	1	-	-	4.1	0.7	小麦・卵・乳成分・さば・大豆
金平ごぼうムース 【規格】180g(6個)/20×2	0.02	0.06	0.2	0.04	0.0	21	0.10	1	0.83	4.70	2.22	1	-	-	5.7	0.7	小麦・卵・乳成分・ごま・大豆
ひじき煮ムース 【規格】180g(6個)/20×2	0.01	0.06	0.2	0.02	0.0	7	0.07	1	0.83	4.86	2.21	1	-	-	5.4	0.8	小麦・卵・乳成分・ごま・大豆
いんげんのごま和えムース 【規格】180g(6個)/20×2	0.05	0.08	0.6	0.05	0.0	21	0.08	2	1.04	4.47	2.75	1	-	-	4.4	0.8	小麦・卵・乳成分・ごま・大豆
切干大根ムース 【規格】180g(6個)/20×2	0.01	0.06	0.2	0.02	0.0	11	0.06	3	0.83	5.23	2.29	1	-	-	3.6	0.8	小麦・卵・乳成分・大豆
小松菜の煮びたしムース 【規格】180g(6個)/20×2	0.03	0.09	0.4	0.04	0.0	33	0.12	11	0.87	5.75	2.49	1	-	-	4.8	0.9	小麦・卵・乳成分・大豆
かぼちゃの含め煮ムース 【規格】180g(6個)/20×2	0.02	0.07	0.4	0.06	0.0	16	0.14	10	0.70	3.98	1.71	1	-	-	5.8	0.7	小麦・卵・乳成分・大豆
ポテトサラダムース 【規格】180g(6個)/20×2	0.02	0.04	0.3	0.06	0.0	8	0.18	5	0.84	6.08	3.00	4	-	-	4.6	0.8	小麦・卵・乳成分・大豆
ほうれん草のバター炒めムース 【規格】180g(6個)/20×2	0.02	0.08	0.1	0.03	0.0	33	0.05	5	2.16	5.36	2.18	7	-	-	5.0	0.8	卵・乳成分・大豆
きゅうりのナムルゼリー 【規格】180g(6個)/20×2	0.01	0.01	0.1	0.01	0.0	5	0.07	2	0.85	5.44	2.86	0	-	-	2.5	0.8	小麦・乳成分・ごま・大豆
きゅうりの酢の物ゼリー 【規格】180g(6個)/20×2	0.01	0.01	0.0	0.01	0.0	4	0.05	2	0.64	5.44	2.37	0	-	-	3.0	0.5	小麦・乳成分・大豆
コールスローゼリー 【規格】180g(6個)/20×2	0.01	0.01	0.1	0.03	0.0	17	0.08	8	1.15	7.60	3.93	10	-	-	4.4	1.0	小麦・卵・乳成分・大豆
たまねぎサラダゼリー 【規格】180g(6個)/20×2	0.01	0.01	0.1	0.03	0.0	4	0.05	1	0.78	6.61	2.88	0	-	-	6.1	1.0	小麦・乳成分・大豆
彩りたまごムース 【規格】120g(3個)/20	0.02	0.13	0.2	0.03	0.2	28	0.40	1	2.39	12.73	5.56	143	-	-	0.4	0.9	小麦・卵・乳成分・大豆・鶏肉・ゼラチン
みためがハンバーグ 【規格】120g(3個)/20	0.04	0.04	1.1	0.07	0.0	12	0.20	1	1.36	10.18	4.51	7	-	-	0.5	1.3	小麦・卵・乳成分・牛肉・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン
みためがハム 【規格】90g(6枚)/30×2	0.12	0.03	0.8	0.04	0.0	0	0.11	0	2.88	12.79	5.20	12	0.0	0.0	0.0	1.2	乳成分・牛肉・大豆・豚肉・ゼラチン
みためがウインナー 【規格】120g(3個)/30×2	0.12	0.04	0.8	0.04	0.0	11	0.12	0	3.90	15.53	6.24	14	0.1	0.2	0.3	0.9	卵・大豆・豚肉・ゼラチン
みためがシューマイ 【規格】160g(10個)/40	0.11	0.05	0.7	0.04	0.0	11	0.11	1	1.75	12.46	5.67	8	-	-	0.4	1.1	小麦・卵・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン
みためがギョウザ 【規格】108g(6個)/50	0.04	0.06	0.3	0.02	0.0	12	0.10	2	5.44	9.48	3.46	14	-	-	0.6	0.7	小麦・卵・ごま・大豆・豚肉・やまいも・ゼラチン
みためが目玉焼き 【規格】140g(4個)/16×2	0.02	0.20	0.0	0.03	0.3	17	0.53	0	3.07	4.47	8.20	159	-	-	0.0	0.2	卵・大豆・ゼラチン
ポーコムースかつ 【規格】350g(10個)/16×2	0.15	0.04	1.1	0.05	0.1	16	0.23	1	5.64	6.96	12.78	11	0.3	0.5	0.8	1.4	小麦・卵・大豆・豚肉・ゼラチン
チキンムース唐揚げ 【規格】350g(10個)/16×2	0.03	0.04	2.6	0.14	0.0	9	0.46	1	3.32	4.87	11.98	15	-	-	0.4	1.3	小麦・卵・大豆・鶏肉・ゼラチン

 栄養成分(推定値) 100g当たり	ビタミン								飽和脂肪酸	一価不飽和脂肪酸	多価不飽和脂肪酸	コレステロール	水溶性食物繊維	不溶性食物繊維	食物繊維総量	食塩相当量	アレルギー物質 (28品目中)
	B1	B2	ナイアシン	B6	B12	葉酸	パントテン酸	C									
	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(μg)	(μg)	(mg)	(mg)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(g)	(g)	(g)	(g)	
やわらかオクラとひじきのおかか和え 【規格】500g/12×2	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
やわらかひじき煮 【規格】500g/12×2	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
やわらか金平ごぼう 【規格】500g/12×2	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
やわらか切干大根 【規格】500g/12×2	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

四季の葛まんじゅう 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				
							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			D (μg)	E (mg)	K (μg)
																レチノール (μg)	β-カロテン当量 (μg)	レチノール活性当量 (μg)			
さくら風味 【規格】440g(20個)/10×2	142	63.5	1.8	0.2	34.4	0.1	6	11	11	9	14	0.5	0.2	0.02	0.14	0	0	0	0.0	0.0	1
抹茶 【規格】440g(20個)/10×2	142	63.4	1.9	0.2	34.4	0.1	3	10	11	9	14	0.5	0.2	0.02	0.14	0	0	0	0.0	0.0	1
ゆず 【規格】440g(20個)/10×2	143	63.5	1.8	0.2	34.4	0.1	3	12	12	9	14	0.5	0.2	0.02	0.14	0	2	0	0.0	0.0	1
あずき 【規格】440g(20個)/10×2	141	63.7	1.8	0.2	34.2	0.1	3	10	11	8	14	0.5	0.1	0.02	0.14	0	0	0	0.0	0.0	1

簡単!おいしく! やわらか食 栄養成分(推定値) 1個当たり	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				
							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			D (μg)	E (mg)	K (μg)
																レチノール (μg)	β-カロテン当量 (μg)	レチノール活性当量 (μg)			
【終売商品】赤魚入りムース煮付け 【規格】150g(3個)/10	80	34.0	9.0	3.7	2.6	0.7	210	46	4	5	28	0.2	0.1	0.02	0.03	2	0	2	13.3	0.6	4
【終売商品】チキンムース和風照焼き 【規格】150g(3個)/10	102	34.2	2.0	7.9	5.1	0.8	250	41	2	4	19	0.1	0.1	0.01	0.03	1	0	1	0.0	1.2	10
【終売商品】ポークムースかつ和風煮 【規格】150g(3個)/10	108	32.0	1.8	7.2	8.2	0.8	261	32	3	4	16	0.2	0.1	0.02	0.04	0	0	0	0.0	1.1	8
【終売商品】鮭入りムースクリーム煮 【規格】150g(3個)/10	111	33.4	4.9	9.1	2.2	0.4	79	48	7	3	25	0.1	0.1	0.01	0.00	7	1	7	0.6	0.0	10
【終売商品】ハンバーグムース洋風ソースがけ 【規格】150g(3個)/10	104	33.0	4.1	7.7	4.3	0.9	302	39	3	4	21	0.2	0.1	0.03	0.03	1	9	1	0.0	1.0	8

※赤字は分析値の平均値になります。

※商品の仕様およびパッケージは変更される場合があります。

※2022年3月現在の情報です。

四季の葛まんじゅう 栄養成分(推定値) 100g当たり	ビタミン								飽和脂肪酸	一価不飽和脂肪酸	多価不飽和脂肪酸	コレステロール	水溶性食物繊維	不溶性食物繊維	食物繊維総量	食塩相当量	アレルギー物質 (28品目中)
	B1	B2	ナイアシン	B6	B12	葉酸	パントテン酸	C									
	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(μg)	(μg)	(mg)	(mg)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(g)	(g)	(g)	(g)	
さくら風味 【規格】440g(20個)/10×2	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	3	0.01	0	0.02	0.02	0.06	0	-	-	2.1	0.0	-
抹茶 【規格】440g(20個)/10×2	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	3	0.01	0	0.02	0.02	0.06	0	-	-	2.1	0.0	-
ゆず 【規格】440g(20個)/10×2	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	3	0.02	2	0.02	0.02	0.06	0	-	-	2.2	0.0	-
あずき 【規格】440g(20個)/10×2	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	3	0.01	0	0.02	0.01	0.06	0	-	-	2.1	0.0	-

簡単!おいしく! やわらか食 栄養成分(推定値) 1個当たり	ビタミン								飽和脂肪酸	一価不飽和脂肪酸	多価不飽和脂肪酸	コレステロール	水溶性食物繊維	不溶性食物繊維	食物繊維総量	食塩相当量	アレルギー物質 (28品目中)
	B1	B2	ナイアシン	B6	B12	葉酸	パントテン酸	C									
	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(μg)	(μg)	(mg)	(mg)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(g)	(g)	(g)	(g)	
【終売商品】赤魚入りムース煮付け 【規格】150g(3個)/10	0.01	0.03	0.2	0.01	0.2	6	0.04	0	0.29	2.11	0.93	5	-	-	0.2	0.5	小麦・卵・大豆・ゼラチン
【終売商品】チキンムース和風照焼き 【規格】150g(3個)/10	0.01	0.01	0.7	0.04	0.0	3	0.14	1	0.61	4.55	2.03	4	0.1	0.1	0.2	0.6	小麦・卵・ごま・さば・大豆・鶏肉・やまいも
【終売商品】ポークムースかつ和風煮 【規格】150g(3個)/10	0.04	0.01	0.3	0.02	0.0	4	0.07	1	0.68	4.16	1.83	2	0.1	0.2	0.3	0.7	小麦・卵・さば・大豆・鶏肉・豚肉・やまいも
【終売商品】鮭入りムースクリーム煮 【規格】150g(3個)/10	0.01	0.04	0.3	0.02	0.4	2	0.10	0	1.00	4.93	2.17	7	-	-	0.1	0.2	小麦・卵・乳成分・さけ・大豆・鶏肉・ゼラチン
【終売商品】ハンバーグムース洋風ソースがけ 【規格】150g(3個)/10	0.02	0.02	0.5	0.03	0.0	6	0.09	1	0.51	3.81	1.70	3	0.1	0.2	0.3	0.8	小麦・卵・乳成分・牛肉・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン

※赤字は分析値の平均値になります。

※商品の仕様およびパッケージは変更される場合があります。

※2022年3月現在の情報です。