		i.		ni-s	, de	FF.		p			無機質				·		ビタミン	
ジャナじの 栄養成分(推定値) 100g当たり	エネルギー	分	たんぱく質	脂質	炭水化物	灰分	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	レチノール	A β l カロテン当	レチノール活性
	(kcal)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(μ g)	量 (µg)	当 量 (µg)
白身魚ペースト 【規格】 210g(3個)/20	201	65.4	12.1	12.4	9.6	0.5	146	59	2	4	3 0	0.0	0.1	0.01	0.00	1	0	1
銀鮭ペースト 【規格】 210g(3個)/20	200	68.5	12.1	14.6	3.9	0.9	219	96	4	7	73	0.1	0.2	0.01	0.02	9	0	9
さばペースト 【規格】 210g(3個)/20	200	66.6	12.1	13.2	7.3	0.8	217	70	2	6	43	0.2	0.2	0.02	0.01	7	0	7
チキンペースト 【規格】 210g(3個)/20	201	64.8	12.0	12.1	10.3	0.8	191	103	1	8	59	0.1	0.2	0.01	0.01	2	0	2
ポークペースト 【規格】 210g(3個)/20	197	66.4	12.2	12.5	8.0	0.9	232	95	1	7	5 5	0.2	0.5	0.02	0.00	1	0	1
たまごペースト 【規格】 210g(3個)/20	200	68.5	12.1	14.8	4.0	0.6	168	2 3	16	2	58	0.3	0.2	0.01	0.01	42	3	42
金平ごぼうペースト 【規格】 180g(6個)/20×2	232	59.2	5.9	13.8	20.3	0.8	2 4 8	67	13	12	17	0.2	0.2	0.04	0.08	0	0	0
ひじき煮ペースト 【規格】 180g(6個)/20×2	234	61.2	6.0	16.1	15.6	1.1	308	110	16	11	8	0.1	0.0	0.01	0.04	0	375	3 1
いんげんのごま和えペースト 【規格】 180g(6個)/20×2	232	59.2	6.0	14.6	19.1	1.1	245	98	18	2 5	5 2	0.5	0.4	0.10	0.15	0	145	12
切干大根ペースト 【規格】180g(6個)/20×2	232	62.6	6.0	16.4	14.0	1.0	298	93	12	6	12	0.1	0.1	0.01	0.05	0	177	15
小松菜の煮びたしペースト 【規格】180g(6個)/20×2	232	60.8	6.0	15.0	17.2	1.0	251	48	3 9	6	17	0.6	0.1	0.02	0.08	0	775	65
かぼちゃの含め煮ペースト 【規格】180g(6個)/20×2	232	59.8	6.0	14.1	19.4	0.7	162	88	5	6	11	0.1	0.1	0.01	0.03	0	760	62
ポテトサラダペースト 【規格】180g(6個)/20×2	235	58.7	6.0	14.4	19.9	1.0	284	106	2	6	11	0.2	0.1	0.02	0.03	1	1	1
ほうれん草のバター炒めペースト 【規格】180g(6個)/20×2	233	61.1	6.0	15.9	16.1	0.9	283	4 4	2 1	10	10	0.3	0.1	0.02	0.16	3 9	1070	128
	エ	水	た	脂	炭	灰		r	r	7	無機質	r	Г	T	·		ビタミン	
																	Α	
で おかす"セット	ネルギー	分	んぱく質	質	水化物	分	ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウ・	リン	鉄	亜鉛	銅	マンガン	レチノー	A β l カ ロ	レチノー
やさしい おかす"セット 栄養成分(推定値) 1食当たり	ル ギ 1		ん ぱ く		水化物	分	トリウ	リ ウ	ル シ ウ	グネシ		鉄		銅	ン ガ	チノ	β 力	チノ
栄養成分(推定値) 1食当たり 鮭の塩焼き	ル ギ 	分 (g)	ん ぱく質 (g)	質 (g)	水 化 物	分 (g)	ト リ ウ ム (mg)	リ ウ ム (mg)	ル シ ウ ム	グネシウム (mg)	(mg)	(mg)	蚧 (mg)	(mg)	ン ガ ン	チ ノ ー ル	β カロテン当量 (μg)	チノール活性当量 (μg)
栄養成分(推定値) 1食当たり	ル ギ (kcal)	分 (g) 86.2	ん ぱ く 質 (g) 12.2	質 (g) 10.1	水 化 物	分 (g) 1.9	ト リ ウ ム (mg)	リ ウ ム (mg)	ル シ ウ ム (mg)	グネシウム (mg)	(mg) 57	(mg)	(mg) 2.7	(mg)	ンガン (mg) 0.07	チ ノ ト ル (μg)	β カロテン当量 (μg)	チノール活性当量 (μg) 35
栄養成分(推定値) 「食当たり	ル ギ (kcal) 238	(g) 86.2 83.0	ん ぱ く 質 (g) 12.2	質 (g) 10.1 17.4	水 化 物 (g) 24.6 20.0	(g) 1.9	ト リ ウ ム (mg) 525	リ ウ ム (mg) 131	ル シ ウ ム (mg) 107	グネシウム (mg) 9	(mg) 57	(mg) 0.4 0.5	(mg) 2.7 2.8	(mg) 0.03	ンガン (mg) 0.07	チ / l ν (μg) 4	β カロテン 量 (μg) 377	チノール活性当量 (μg) 35
栄養成分(推定値) 1食当たり 1食当たり	ルギ (kcal) 238 285	(g) 86.2 83.0 87.1	ん ば く 質 (g) 12.2 13.0	(g) 10.1 17.4	水 化 物 (g) 24.6 20.0	(g) 1.9 1.6 2.0	トリウム (mg) 525 344 508	リ ウ ム (mg) 131 171	ル シ ウ ム (mg) 107 62	グネシウム (mg) 9 16 14	(mg) 57 61 55	(mg) 0.4 0.5	(mg) 2.7 2.8	(mg) 0.03 0.07	ン ガ ン (mg) 0.07 0.11	チ / l ル (µg) 4 26	β カロテン当量 (μg) 377 655	チノール活性当量 (μg) 35 81
栄養成分(推定値) 「食当たり 能の塩焼き 【規格】 135g×6/4 オムレツのトマトソース 【規格】 135g×6/4 さわらの袖慮焼き 【規格】 135g×6/4	ルギ (keal) 238 285 235 232	(g) 86.2 83.0 87.1 86.7	ん ばく 質 (g) 12.2 13.0 12.4	(g) 10.1 17.4 10.4 9.6	水 化 物 (g) 24.6 20.0 23.1 24.0	(g) 1.9 1.6 2.0 1.9	トリウム (mg) 525 344 508 481	リウム (mg) 131 171 176 159	ルシウム (mg) 107 62 123 89	グネシウム (mg) 9 16 14	(mg) 57 61 55	(mg) 0.4 0.5 0.4 0.4	(mg) 2.7 2.8 2.7	(mg) 0.03 0.07 0.04	ンガン (mg) 0.07 0.11 0.11	チ / (μg) 4 26 1	β カロテン当量 (μg) 377 655 529	チノール活性当量 (μ8) 35 81 46
栄養成分(推定値) 1食当たり 能の塩焼き 【規格】 135g×6/4 オムレツのトマトソース 【規格】 135g×6/4 さわらの抽産焼き 【規格】 135g×6/4 自身魚の煮付け 【規格】 135g×6/4 境前 135g×6/4	ルギ 1 (kcal) 238 285 235 232	(g) 86.2 83.0 87.1 86.7	んばく く質 12.2 13.0 12.4 11.2	(g) 10.1 17.4 10.4 9.6	水 化 物 24.6 20.0 23.1 24.0 26.7	(g) 1.9 1.6 2.0 1.7	(mg) 525 344 508 481	リウム (mg) 131 171 176 159	ルシウム (mg) 107 62 123 89 57	グネシウム (mg) 9 16 14 11	(mg) 57 61 55 42	(mg) 0.4 0.5 0.4 0.3	(mg) 2.7 2.8 2.7 2.7 3.1	(mg) 0.03 0.07 0.04 0.04	ンガン (mg) 0.07 0.11 0.11 0.07	チノリル (μg) 4 26 1 1 0	β カ ロ デ 当量 (μg) 377 655 529 412	チノール活性当量 (μg) 35 81 46 35 73
栄養成分(推定値) 1食当たり (株) 1食当たり (株) 135g×6/4 (大ムレツのトマトソース [規格] 135g×6/4 さおらの樹庵焼き [規格] 135g×6/4 自身魚の煮付け [規格] 135g×6/4 (規格] 140g×6/4 たまごと小松菜のソテー [規格] 135g×6/4	ルギ 1 238 285 232 277 278	(g) 86.2 83.0 87.1 86.7 86.3	んばく (g) 12.2 13.0 12.4 11.2 12.8	(g) 10.1 17.4 10.4 9.6 14.1 15.8	水 化 物 20.0 23.1 24.0 26.7 22.0	(g) 1.9 1.6 2.0 1.9 1.7 1.9	トリウム (mg) 525 344 508 481 477	(mg) 131 171 176 159 133 117	ルシウム (mg) 107 62 123 89 57 127	グネシウム (mg) 9 16 14 14 11 8 8	(mg) 57 61 55 53 42	(mg) 0.4 0.5 0.4 0.4 0.3	(mg) 2.7 2.8 2.7 2.7 3.1	(mg) 0.03 0.07 0.04 0.04	(mg) 0.07 0.11 0.07 0.08	(µg) 4 26 1 0 26	β カロデン 当量 3777 6555 529 412 867	チノール 活性当量 35 81 46 35 73
栄養成分(推定値) 「食当たり」 (全 (((((((((((((ルギ 1 238 285 235 237 277 278 259	(g) 86.2 83.0 87.1 86.7 86.3 82.5	ん ばく く 質 12.2 13.0 12.4 12.8 11.2 12.8	(g) 10.1 17.4 10.4 9.6 14.1 15.8	水 化 物 24.6 20.0 23.1 24.0 26.7 22.0	(g) 1.9 1.6 2.0 1.9 1.7 1.9	(mg) 525 344 508 481 477 431	リウム (mg) 131 171 176 159	ルシウム (mg) 107 62 123 89 57 127 57	グネシウム (mg) 9 16 14 11	(mg) 57 61 55 42	(mg) 0.4 0.5 0.4 0.3	(mg) 2.7 2.8 2.7 2.7 3.1	(mg) 0.03 0.07 0.04 0.04 0.04 0.05	(mg) 0.07 0.11 0.11 0.07 0.08 0.09	チノリル (μg) 4 26 1 1 0	β カロテン 当量 3777 655 529 412 867 1114	チノー ルル活性 基 (μg) 35 81 46 35 73 119 81
栄養成分(推定値) 1食当たり (現格) 135g×6/4 オムレツのトマトソース (規格) 135g×6/4 さわらの抽庵焼き (規格) 135g×6/4 白身魚の煮付け (規格) 135g×6/4 焼削煮 (現格) 135g×6/4 だまごと小松菜のソテー (規格) 135g×6/4 たまごと小松菜のソテー (規格) 135g×6/4 さばのおろし煮 (規格) 135g×6/4	ルギー 1 238 285 235 237 277 278 259 240	(g) 86.2 83.0 87.1 86.7 86.3	んばく (g) 12.2 13.0 12.4 11.2 12.8	(g) 10.1 17.4 10.4 9.6 14.1 15.8	水 化 物 20.0 23.1 24.0 26.7 22.0	(g) 1.9 1.6 2.0 1.9 1.7 1.9	トリウム (mg) 525 344 508 481 477	(mg) 131 171 176 159 133 117	ルシウム (mg) 107 62 123 89 57 127	グネシウム (mg) 9 16 14 14 11 8 8	(mg) 57 61 55 53 42	(mg) 0.4 0.5 0.4 0.4 0.3	(mg) 2.7 2.8 2.7 2.7 3.1	(mg) 0.03 0.07 0.04 0.04	(mg) 0.07 0.11 0.07 0.08	(µg) 4 26 1 0 26	β カロデン 当量 3777 6555 529 412 867	チノール 活性当量 35 81 46 35 73
栄養成分(推定値) 1食当たり (ルギ 1 238 285 235 237 277 278 259	(g) 86.2 83.0 87.1 86.7 86.3 82.5	ん ばく く 質 12.2 13.0 12.4 12.8 11.2 12.8	(g) 10.1 17.4 10.4 9.6 14.1 15.8	水 化 物 24.6 20.0 23.1 24.0 26.7 22.0	(g) 1.9 1.6 2.0 1.9 1.7 1.9	(mg) 525 344 508 481 477 431	(mg) 131 171 176 159 133 117	ルシウム (mg) 107 62 123 89 57 127 57	グネシウム (mg) 9 16 14 11 8	(mg) 57 61 55 53 42 51	(mg) 0.4 0.5 0.4 0.4 0.3 0.5	(mg) 2.7 2.8 2.7 2.7 2.7 2.7	(mg) 0.03 0.07 0.04 0.04 0.04 0.05	(mg) 0.07 0.11 0.11 0.07 0.08 0.09	(µg) 4 26 1 0 26 4	β カロテン 当量 3777 655 529 412 867 1114	チノー ルル活性 基 (μg) 35 81 46 35 73 119 81
栄養成分(推定値) 1食当たり 株の塩焼き 「規格 135g×6/4 オムレツのトマトソース 「規格 135g×6/4 さわらの抽庵焼き 「規格 135g×6/4 自身魚の煮付け 「規格 135g×6/4 「規格 140g×6/4 大まごと小松菜のソテー 「規格 135g×6/4 さばのおろし煮 「規格 135g×6/4 さばのおろし煮 「規格 135g×6/4 には によび によ	ルギー 1 238 285 235 237 277 278 259 240	(g) 86.2 83.0 87.1 86.7 86.3 82.5 84.4	んばく 質 (g) 12.2 13.0 12.4 12.8 11.2 12.8 12.6	(g) 10.1 17.4 10.4 9.6 14.1 15.8 13.0	水(化物) (g) 24.6 20.0 23.1 24.0 26.7 22.0 23.2	(g) 1.9 1.6 2.0 1.9 1.7 1.9 2.0	(mg) 525 344 508 481 477 431 493	(mg) 131 171 176 159 133 117 167	ルシウム (mg) 107 62 123 89 57 127 57 117	グネシウム (mg) 9 16 14 11 8 12	(mg) 57 61 55 53 42 51 57	(mg) 0.4 0.5 0.4 0.3 0.5 0.4 0.7	(mg) 2.7 2.8 2.7 2.7 2.7 2.7	(mg) 0.03 0.07 0.04 0.04 0.04 0.05	(mg) 0.07 0.11 0.11 0.07 0.08 0.09 0.11	(µg) 4 26 1 0 26 4	β ト カ ロ デ ン 当量 (μg) 377 655 529 412 867 1114 906 803	チノリール 活性当量 (μ8) 35 81 46 35 73 119 81 69
栄養成分(推定値) 「食当たり」 「食当たり」 「食当たり」 「食当たり」 「は格」 135g×6/4 「おからの柚庵焼き 「規格」 135g×6/4 「おからの柚庵焼き 「規格」 135g×6/4 「は格」 140g×6/4 「規格」 140g×6/4 「大まごと小松菜のソテー 「規格」 135g×6/4 「規格」 135g×6/4 「は協」 135g×6/4 「規格」 135g×6/4 「規格」 135g×6/4 「規格」 135g×6/4 「規格」 135g×6/4 「規格」 135g×6/4	ルギ 1 238 285 235 232 277 278 259 240 284	(g) 86.2 83.0 87.1 86.7 86.3 82.5 84.4 85.9	ん ばく く 質 12.2 13.0 12.4 12.8 11.2 12.8 12.8 12.8	(g) 10.1 17.4 10.4 9.6 14.1 15.8 13.0 10.7	水(化物) (g) 24.6 20.0 23.1 24.0 26.7 22.0 23.2 23.6 24.3	(g) 1.9 1.6 2.0 1.9 1.7 1.9 1.8 2.0 1.9	トリウム (mg) 525 344 508 481 477 431 493 489	(mg) 131 171 176 159 133 117 167 171 138	ルシウム (mg) 107 62 123 89 57 127 57 117 65	グネシウム (mg) 9 16 14 11 8 12 14	(mg) 57 61 55 53 42 51 57 61	(mg) 0.4 0.5 0.4 0.3 0.5 0.4 0.7 0.4	(mg) 2.7 2.8 2.7 2.7 3.1 2.7 2.7 2.7 2.7	(mg) 0.03 0.07 0.04 0.04 0.05 0.07	(mg) 0.07 0.11 0.07 0.08 0.09 0.11 0.09	(µg) 4 26 1 1 0 26 4 1 26	β カ ロデン 当量 3777 6555 529 412 867 1114 906 803 911	チノー
栄養成分(推定値) 1食当たり (集の塩焼き 「規格】 135g×6/4 オムレツのトマトソース 「規格】 135g×6/4 さわらの相慮焼き 「規格】 135g×6/4 白身魚の煮付け [規格】 135g×6/4 気前煮 【規格】 140g×6/4 たまごと小松菜のソテー 「規格】 135g×6/4 さばのおろし煮 【規格】 135g×6/4 にまごと小松菜のソテー 【規格】 135g×6/4 たまごのおろし煮 【規格】 135g×6/4 たまごの甘酢あん 【規格】 135g×6/4 たまごの甘酢あん 【規格】 135g×6/4 素し鶏のごまソース 【規格】 135g×6/4 素魚のごまソース 【規格】 135g×6/4 ボ魚の生姜煮 【規格】 135g×6/4	ルギー 1 238 285 235 232 277 278 259 240 284 277	(g) 86.2 83.0 87.1 86.7 86.3 82.5 84.4 85.9 80.5	ん ばく く 質 12.2 13.0 12.4 12.8 11.2 12.8 12.8 13.4	(g) 10.1 17.4 10.4 9.6 14.1 15.8 13.0 10.7 15.5	水(化物) (g) 24.6 20.0 23.1 24.0 26.7 22.0 23.6 24.3	(g) 1.9 1.6 2.0 1.9 1.7 1.9 1.8 2.0 1.9 1.6	(mg) 525 344 508 481 477 431 493 489 468	(mg) 131 171 176 159 133 117 167 171 138	ルシウム (mg) 107 62 123 89 57 127 57 117 65 76	グネシウム (mg) 9 16 14 14 11 8 12 14 9 18	(mg) 57 61 55 53 42 51 57 61 49	(mg) 0.4 0.5 0.4 0.3 0.5 0.4 0.7 0.4	第分 (mg) 2.7 2.8 2.7 2.7 2.7 2.7 2.7 2.7	(mg) 0.03 0.07 0.04 0.04 0.05 0.07 0.03	(mg) 0.07 0.11 0.11 0.07 0.08 0.09 0.11 0.09	(μg) 4 26 1 1 0 26 4 1 26 0	β カ ロデン 当量 (μg) 3777 6555 529 412 867 1114 906 803 911 328	チノノール 活性当量 (μg) 35 81 46 35 73 119 81 69 101 28
栄養成分(推定値) 1食当たり (ルギー 1 238 285 235 237 277 278 259 240 284 277 246	(g) 86.2 83.0 87.1 86.7 86.3 82.5 84.4 85.9 80.5	ルばく 質 12.2 13.0 12.4 12.8 11.2 12.8 12.6 12.8 12.6	(g) 10.1 17.4 10.4 9.6 14.1 15.8 13.0 10.7 15.5 15.8	水(化物) (g) 24.6 20.0 23.1 24.0 26.7 22.0 23.2 23.6 24.3 21.6	(g) 1.9 1.6 2.0 1.9 1.7 1.9 1.8 2.0 1.9 1.6 1.9	(mg) 525 344 508 481 477 431 493 489 468 412	(mg) 131 171 176 159 133 117 167 171 138 134 128	ルシウム (mg) 107 62 123 89 57 127 57 117 65 76	グネシウム (mg) 9 16 14 11 8 12 14 11 18 12 14 12 12 12 12 12 12 14 12 12 14 12 14 15 15 16 16 17 18 17 18 17 18 17 18 17 18 17 18 17 18 17 18 17 18 17 18 17 18 17 18 17 18 17 18 17 18 17 18 17 18 18 17 18 18 17 18 18 18 18 18 18 18 18 18 18 18 18 18	(mg) 57 61 55 53 42 51 57 61 49 57	(mg) 0.4 0.5 0.4 0.3 0.5 0.4 0.7 0.4 0.4 0.7	(mg) 2.7 2.8 2.7 2.7 2.7 2.7 2.7 2.7 2.7	(mg) 0.03 0.07 0.04 0.04 0.05 0.07 0.03 0.07	(mg) 0.07 0.11 0.11 0.07 0.08 0.09 0.11 0.07 0.20	(µg) 4 26 1 0 26 4 1 26 0	β カカロテンン当量 (μg) 3777 6555 529 412 867 11114 906 803 911 328 393	チノノ

						ビタミン														
でとさじの ナ カラ 栄養成分(権定値)	D	Е	K	B1	В2	ナイアシン	В6	B12	葉酸	パントテン酸	С	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)
100g当たり													酸	酸						
	(μg)	(mg)	(µg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(μg)	(μg)	(mg)	(mg)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(g)	(g)	(g)	(g)	
白身魚ペースト 【規格】 210g(3個)/20	0.1	1.9	14	0.01	0.03	0.3	0.02	0.4	9	0.04	0	0.85	7.05	3.10	12	-	1	0.3	0.4	小麦・卵・大豆・ゼラチン
銀鮭ペースト 【規格】 210g(3個)/20	3.7	2.1	13	0.04	0.05	1.3	0.08	1.3	3	0.35	0	1.34	7.75	3.78	15	-	-	0.4	0.6	小麦・卵・さけ・大豆・ゼラチン
さばペースト 【規格】 210g(3個)/20	0.9	1.6	11	0.04	0.07	2.2	0.11	2.3	14	0.13	0	1.44	6.19	2.78	11	-	-	0.4	0.6	小麦・卵・さば・大豆・ゼラチン
チキンペースト 【規格】 210g(3個)/20	0.0	1.6	16	0.03	0.04	3.2	0.17	0.1	4	0.51	1	0.84	6.28	2.75	19	-	1	0.3	0.5	小麦・卵・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン
ポークペースト 【規格】 210g(3個)/20	0.0	1.6	13	0.24	0.06	1.6	0.08	0.1	1	0.22	0	1.01	6.56	2.78	8	-	1	0.4	0.6	小麦・卵・大豆・豚肉・ゼラチン
たまごペースト 【規格】 210g(3個)/20	0.6	2.5	18	0.02	0.07	0.1	0.02	0.2	21	0.08	0	1.79	7.92	3.41	128	=	=	0.6	0.4	小麦・卵・大豆・鶏肉・ゼラチン
金平ごぼうペースト 【規格】 180g(6個)/20×2	0.0	2.0	14	0.01	0.01	0.1	0.03	0.0	16	0.06	0	1.17	7.60	3.56	0	-	-	1.6	0.6	小麦・ごま・大豆・ゼラチン
ひじき煮ペースト 【規格】 180g(6個)/20×2	0.0	2.4	27	0.01	0.01	0.1	0.01	0.0	3	0.03	0	1.25	9.20	4.00	0	-	-	1.0	0.8	小麦・大豆・ゼラチン
いんげんのごま和えペースト 【規格】 180g(6個)/20×2	0.0	1.8	25	0.05	0.03	0.5	0.04	0.0	18	0.07	2	1.26	7.14	3.84	0	-	-	1.2	0.6	小麦・ごま・大豆・ゼラチン
切干大根ペースト 【規格】180g(6個)/20×2	0.0	2.4	19	0.01	0.01	0.2	0.01	0.0	6	0.05	1	1.28	9.29	4.12	0	-	-	0.6	0.8	小麦・大豆・ゼラチン
小松菜の煮びたしペースト 【規格】180g(6個)/20×2	0.0	2.5	97	0.01	0.02	0.1	0.02	0.0	23	0.07	5	1.17	8.53	3.72	0	-	I	0.7	0.6	小麦・大豆・ゼラチン
かぼちゃの含め煮ベースト 【規格】180g(6個)/20×2	0.0	2.9	19	0.02	0.02	0.3	0.04	0.0	10	0.09	7	1.11	7.96	3.47	0	-	ı	1.0	0.4	小麦・大豆・ゼラチン
ポテトサラダペースト 【規格】 180g(6個)/20×2	0.0	2.2	18	0.02	0.01	0.3	0.06	0.0	5	0.13	3	1.18	7.82	3.72	4	-	I	1.0	0.7	卵・乳成分・大豆・ゼラチン
ほうれん草のバター炒めベースト 【規格】 180g(6個)/20×2	0.0	2.2	7 4	0.01	0.03	0.1	0.02	0.0	24	0.03	4	3.59	7.38	2.93	11	-	-	0.8	0.7	乳成分・大豆・ゼラチン
		1	I	I	1	ビタミン	1	I	T			&51		4	7	-de	7	4	4	
る やさしい	D	Е	K	B1	B2	ビタミン ナ イ	В6	B12	葉酸	パン	С	飽和脂	一価不	多価不	コレス	水溶性	不溶性	食物繊	食塩相	
やさしい おかす"セット	D	Е	K	B1	B2	ナ	В6	B12	葉酸	ントテ	С	和	不飽和	価不飽和	ν	溶性食物	溶性食物	物繊維総	塩	
栄養成分(推定値)	D	Е	К	B1	B2	ナイア	В6	B12		ント	С	和 脂 肪	不飽	価不飽	レステ	溶性食	溶性食	物繊維	塩相当	アレルギー物質 (28品目中)
	D	Е	К	В1	B2	ナイア	В6	B12		ントテン	С	和 脂 肪	不飽和脂肪	価不飽和脂肪	レステロー	溶性食物繊	溶性食物繊	物繊維総	塩相当	
栄養成分(推定値)						ナイアシン			酸	ントテン酸		和脂肪酸	不飽和脂肪酸	\価不飽和脂肪酸	レステロール	溶性食物繊維	溶性食物繊維	物繊維総量	塩相当量	
栄養成分(推定値) 1食当たり 生の塩焼き	D (μg)	(mg)	K (μg)	(mg)	B2 (mg) 0.09	ナイア	(mg)	B12 (μg) 0.5		ントテン	(mg)	和 脂 肪	不飽和脂肪	価不飽和脂肪	レステロー	溶性食物繊	溶性食物繊	物繊維総	塩相当	(28品目中) (28品目中) 小麦・卵・乳成分・さけ・大豆・
栄養成分(推定値) 1食当たり 1食当たり 鮭の塩焼き 【規格】135g×6/4 オムレツのトマトソース	(µg)	(mg)	(µg)	(mg)	(mg)	ナ イ ア シ ン	(mg)	(µg)	酸 (µg)	ン ト テ ン 酸 (mg)	(mg)	和脂肪酸	不飽和脂肪酸 (g)	↑価不飽和脂肪酸 (g)	レ ス テ ロ I ル	溶性食物繊維	溶性食物繊維	物 繊維総量	塩相当量	(28品目中) 小麦・卵・乳成分・さけ・大豆・ ゼラチン 小麦・卵・乳成分・ごは・
栄養成分(推定値) 1食当たり 1食当たり 鮭の塩焼き 【規格】 135g×6/4 オムレツのトマトソース 【規格】 135g×6/4 さわらの柚庵焼き	(μg) 14.6	(mg)	(μg) 34	(mg) 0.03	(mg)	ナイアシン (mg) 0.7	(mg)	(μg) 0.5	酸 (µg) 15	ン ト テ ン 酸 (mg)	(mg) 3	和脂肪酸 (g)	不飽和脂肪酸 (g) 5.55	\価不飽和脂肪酸 (g) 2.59	レ ス テ ロ I ル	溶性食物繊維 (g)	溶性食物繊維	物 繊維総量 (g) 2.6	塩 相 当 量	(28品目中) 小麦・卵・乳成分・さけ・大豆・ゼラデン 小麦・卵・乳成分・ごま・さば・ 大豆・鶏肉り・パニ・セラデン 小麦・卵・乳成分・大豆・りんご・
栄養成分(推定値) 1食当たり 1食当たり 蛙の塩焼き 【規格】 135g×6/4 オムレツのトマトソース 【規格】 135g×6/4 さわらの柚庵焼き 【規格】 135g×6/4 白身魚の煮付け	(μg) 14.6 13.6	(mg) 1.8 3.2	(µg) 34 24	(mg) 0.03	(mg) 0.09	ナイアシン (mg) 0.7	(mg) 0.05	(μg) 0.5	酸 (µg) 15	ン ト テ ン 酸 (mg) 0.23	(mg) 3	和脂肪酸 (g) 0.86	不飽和脂肪酸 (g) 5.55	(g) 2.59 4.77	レ ス テ ロ I ル (mg)	溶性食物繊維 (g) 一	·溶性食物繊維 (g) —	物 繊維総量 (g) 2.6	塩 相 当 量 (g) 1.3	(28品目中) 小麦・卵・乳成分・さけ・大豆・ゼラチン 小麦・卵・乳成分・ごま・さば・ 大豆・鶏肉・りんご・ゼラチン
栄養成分(推定値) 1食当たり 1食当たり 鮭の塩焼き 【規格】 135g×6/4 オムレンのトマトソース 【規格】 135g×6/4 さわらの抽庵焼き 【規格】 135g×6/4	(μg) 14.6 13.6	(mg) 1.8 3.2	(µg) 34 24 36	(mg) 0.03 0.04 0.03	(mg) 0.09 0.11	ナイアシン (mg) 0.7 0.4	(mg) 0.05 0.07	(μg) 0.5 0.1	酸 (µg) 15 22	ン ト テ ン 酸 (mg) 0.23 0.27	(mg) 3 1	和 脂肪酸 (g) 0.86 1.65	不飽和脂肪酸 (g) 5.55 9.88	(g) 2.59 4.77	レステロリル (mg) 7 45	溶性食物繊維 (g) 一	·溶性食物繊維 (g) —	物 繊維総量 2.6 3.1	塩 相 当 量 (g) 1.3 0.9	(28品目中) 小麦・卵・乳成分・さけ・大豆・ ゼラチン 小麦・卵・乳成分・ごま・さば・ 大豆・鶏肉・りんご・ゼラチン 小麦・卵・乳成分・大豆・りんご・ ゼラチン 小麦・卵・乳成分・大豆・ゼラチン 小麦・卵・乳成分・大豆・ゼラチン
栄養成分(推定値) 1食当たり 鮭の塩焼き 【規格】 135g×6/4 オムレンのトマトソース 【規格】 135g×6/4 さわらの柚庵焼き 【規格】 135g×6/4 自身魚の煮付け 【規格】 135g×6/4 焼稿】 135g×6/4	(μg) 14.6 13.6 13.6 13.1	(mg) 1.8 3.2 1.6 1.6	(µg) 34 24 36 24	(mg) 0.03 0.04 0.03 0.01	(mg) 0.09 0.11 0.12 0.09	ナイファシン (mg) 0.7 0.4 1.1 0.4	(mg) 0.05 0.07 0.07	(μg) 0.5 0.1 0.5 0.4	酸 (µg) 15 22 19	ントテン酸 (mg) 0.23 0.27 0.22 0.11	(mg) 3 1 3	和脂肪酸 (g) 0.86 1.65 0.92	不飽和脂肪酸 (g) 5.55 9.88 5.99	価不飽和脂肪酸 (g) 2.59 4.77 2.67	レステロコール (mg) 7 45 7 11	溶性食物繊維 (g)	溶性食物繊維(g)	物 繊維総量 2.6 3.1 2.7 3.1	塩 相 当 量 (g) 1.3 0.9 1.3	(28品目中) 小麦・卵・乳成分・さけ・大豆・ゼラチン 小麦・卵・乳成分・ごま・さば・ 大豆・鶏肉・りんご・ゼラチン 小麦・卵・乳成分・大豆・りんご・ゼラチン 小麦・卵・乳成分・大豆・ゼラチン
栄養成分(推定値) 1食当たり 1食当たり 1食当たり (規格] 135g×6/4 オムレンのトマトソース [規格] 135g×6/4 さわらの軸座焼き [規格] 135g×6/4 自身魚の煮付け [規格] 135g×6/4 に乗務] 140g×6/4 (規格] 140g×6/4	(µg) 14.6 13.6 13.6 13.1 9.8	(mg) 1.8 3.2 1.6 1.6 2.1	(µg) 34 24 36 24 20	(mg) 0.03 0.04 0.03 0.01	(mg) 0.09 0.11 0.12 0.09	(mg) 0.7 0.4 1.1 0.4	(mg) 0.05 0.07 0.07 0.03	(µg) 0.5 0.1 0.5 0.4 0.0	酸 (µg) 15 22 19 18	ン ト テ ン 酸 0.23 0.27 0.22 0.11	(mg) 3 1 3 1	和脂肪酸 (g) 0.86 1.65 0.92	不飽和脂肪酸 (g) 5.55 9.88 5.99 5.64	価不飽和脂肪酸 (g) 2.59 4.77 2.67 2.61	レステロ III 4	溶性食物繊維(g)----	溶性食物繊維 (g)	物 繊維総量 2.6 3.1 2.7 3.1 3.2	塩 相 当量 1.3 0.9 1.3	(28品目中) 小麦・卵・乳成分・さけ・大豆・ゼラチン 小麦・卵・乳成分・ごま・さば・大豆・鶏肉・肉心で・ゼラチン 小麦・卵・乳成分・大豆・りんご・ゼラチン 小麦・卵・乳成分・大豆・ゼラチン 小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン 小麦・卵・乳成分・ごま・た豆・
栄養成分(推定値) 1食当たり 1食当たり 1食当たり (株) 135g×6/4 オムレツのトマトソース [規格] 135g×6/4 さわらの軸座焼き [規格] 135g×6/4 白身魚の煮付け [規格] 135g×6/4 (規格] 135g×6/4 (規格] 135g×6/4 (規格] 135g×6/4 (規格] 135g×6/4 (規格] 135g×6/4 (規格] 135g×6/4	(µg) 14.6 13.6 13.6 13.1 9.8	(mg) 1.8 3.2 1.6 1.6 2.1	(μg) 34 24 36 24 20 46	(mg) 0.03 0.04 0.03 0.01 0.01	(mg) 0.09 0.11 0.12 0.09 0.07	サイア シン (mg) 0.7 0.4 1.1 0.4 0.7	(mg) 0.05 0.07 0.07 0.03 0.06	(µg) 0.5 0.1 0.5 0.4 0.0	酸 (µg) 15 22 19 18 11 23	ントテテン 酸酸 (mg) 0.23 0.27 0.22 0.11 0.18 0.23	(mg) 3 1 3 1 1 1	和脂肪酸 (g) 0.86 1.65 0.92 1.02	不飽和脂肪酸 (g) 5.55 9.88 5.99 5.64 8.18	価不飽和脂肪酸 (g) 2.59 4.77 2.67 2.61 3.70	レステロ III 4 45	溶性食物繊維 (g) - -	溶性食物繊維	物 機 維 総 量 3.1 2.7 3.1 3.2 2.7	塩 相当量 1.3 0.9 1.3 1.2	(28品目中) 小麦・卵・乳成分・さけ・大豆・ゼラチン 小麦・卵・乳成分・ごま・さば・大豆・鍋肉・りんご・ゼラチン 小麦・卵・乳成分・大豆・りんご・ゼラチン 小麦・卵・乳成分・大豆・ゼラチン 小麦・卵・乳成分・大豆・ゼラチン 小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・鍋肉・豚肉・ゼラチン 小麦・卵・乳成分・ごま・さば・大豆・鍋肉・豚肉・りんご・ゼラチン 小麦・卵・乳成分・ごは・大豆・
栄養成分(推定値) 1食当たり 1食当たり 1食当たり 1食当たり 能の塩焼き [規格] 135g×6/4 オムレツのトマトソース [規格] 135g×6/4 さおらの軸庵焼き [規格] 135g×6/4 自身魚の煮付け [規格] 135g×6/4 境前煮 [規格] 140g×6/4 たまごと小松菜のソテー [規格] 135g×6/4 さばのおろし煮 [規格] 135g×6/4	(µg) 14.6 13.6 13.6 13.1 9.8 13.6	(mg) 1.8 3.2 1.6 1.6 2.1 3.0 2.0	(µg) 34 24 36 24 20 46	(mg) 0.03 0.04 0.03 0.01 0.01 0.03	(mg) 0.09 0.11 0.12 0.09 0.07 0.11	(mg) 0.7 0.4 1.1 0.4 0.7 0.3	(mg) 0.05 0.07 0.07 0.03 0.06 0.04	0.5 0.1 0.5 0.4 0.0	酸 (µg) 15 22 19 18 11 23	ントテテンと酸酸 (mg) 0.23 0.27 0.22 0.11 0.18 0.23 0.19	(mg) 3 1 3 1 1 3 3 3	和脂肪酸 (g) 0.86 1.65 0.92 1.02 1.43	不飽和脂肪酸 (g) 5.55 9.88 5.99 5.64 8.18 9.03	(g) (2) (2) (2) (2) (4) (7) (2) (4) (4) (4) (4) (4) (5) (6) (7) (7) (7) (7) (7) (7) (7) (7) (7) (7	レステアロリルル (mg) 7 45 7 11 4 45 8	溶性食物繊維 (g) - - -	溶性食物繊維	物 繊維総量 2.6 3.1 2.7 3.1 3.2 2.7	塩 相当量 1.3 0.9 1.3 1.2 1.1	(28品目中) 小麦・卵・乳成分・さけ・大豆・ゼラチン 小麦・卵・乳成分・ごま・さば・大豆・鶏肉りんご・ゼラチン 小麦・卵・乳成分・大豆・切んご・ゼラチン 小麦・卵・乳成分・大豆・ゼラチン 小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン 小麦・卵・乳成分・ごま・さば・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン 小麦・卵・乳成分・さば・大豆・カんご・ゼラチン 小麦・卵・乳成分・さば・大豆・カんご・ゼラチン
業養成分(推定値) 1食当たり 1食当たり 1食当たり 1食当たり 1食当たり 雑格] 135g×6/4 オムレツのトマトソース [規格] 135g×6/4 きわらの柚庵焼き [規格] 135g×6/4 自身魚の煮付け [規格] 135g×6/4 [規格] 135g×6/4 (規格] 135g×6/4 (規格] 135g×6/4 さばのおろし者 [規格] 135g×6/4 自身魚の柚子味噌焼き [規格] 135g×6/4 たまごとい松菜のソテー [規格] 135g×6/4 たまごの甘酢あん	(µg) 14.6 13.6 13.1 9.8 13.6 13.1 13.6	(mg) 1.8 3.2 1.6 1.6 2.1 3.0 2.0 1.9	(µg) 34 24 36 24 20 46 20 36	(mg) 0.03 0.04 0.03 0.01 0.01 0.03	(mg) 0.09 0.11 0.12 0.09 0.07 0.11 0.11	(mg) (mg) 0.7 0.4 1.1 0.4 0.7 0.3 1.6	(mg) 0.05 0.07 0.07 0.03 0.06 0.04	0.5 0.1 0.5 0.4 0.0 0.1 1.6	酸 (μg) 15 22 19 18 11 23 16	ントラテン 酸酸 (mg) 0.23 0.27 0.22 0.11 0.18 0.23 0.19 0.14	(mg) 3 1 3 1 1 1 3 3 3 3	和脂肪酸 (g) 0.86 1.65 0.92 0.72 1.02 1.43	不飽和脂肪酸 (g) 5.55 9.88 5.99 5.64 8.18 9.03	(g) 2.59 4.77 2.67 2.61 3.70 4.16 3.50	レステロリー (mg) 7 45 7 11 4 45 8 11	溶性食物繊維(g)---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	溶性食物繊維(g)------	物 機 維 総 量 2.6 3.1 2.7 3.1 2.7 2.6 2.8	塩 相当量 1.3 0.9 1.3 1.2 1.1	(28品目中) 小麦・卵・乳成分・さけ・大豆・ ゼラチン 小麦・卵・乳成分・ごま・さば・ 大豆・鶏肉・別んご・ゼラチン 小麦・卵・乳成分・大豆・リんご・ ゼラチン 小麦・卵・乳成分・大豆・サラチン 小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・水皮・チェー 小麦・卵・乳成分・ごま・さば・ 大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン 小麦・卵・乳成分・さば・大豆・ りんご・ゼラチン 小麦・卵・乳成分・大豆・ゼラチン 小麦・卵・乳成分・大豆・ゼラチン 小麦・卵・乳成分・大豆・ゼラチン 小麦・卵・乳成分・さば・大豆・
業養成分(推定値) 1食当たり 1食当たり 1食当たり 1食当たり (規格) 135g×6/4 オムレツのトマトソース [規格] 135g×6/4 さわらの抽座焼き [規格] 135g×6/4 自身魚の煮付け [規格] 135g×6/4 (規格] 135g×6/4 たまごと小松菜のソテー [規格] 135g×6/4 さばのおろし煮 [規格] 135g×6/4 自身魚の種子味噌焼き [規格] 135g×6/4 自身魚の柚子味噌焼き [規格] 135g×6/4 たまごの甘酢あん [規格] 135g×6/4 煮し鶏のごまソース	(µg) 14.6 13.6 13.6 13.1 9.8 13.6 13.6 13.1	(mg) 1.8 3.2 1.6 1.6 2.1 3.0 2.0 1.9	(µg) 34 24 36 24 20 46 20 36 26	(mg) 0.03 0.04 0.03 0.01 0.03 0.04 0.03	(mg) 0.09 0.11 0.12 0.09 0.01 0.11 0.11	(mg) 0.7 0.4 1.1 0.4 0.7 0.3 1.6 0.4	(mg) 0.05 0.07 0.07 0.03 0.06 0.04 0.11 0.04	(µg) 0.5 0.1 0.5 0.4 0.0 0.1 1.6 0.4	「酸」 (μg) 15 22 19 18 11 23 16 19 18	ントテンン酸酸 (mg) 0.23 0.27 0.22 0.11 0.18 0.23 0.19 0.14 0.24	(mg) 3 1 3 1 1 3 3 3 3 3	和脂肪酸 (g) 0.86 1.65 0.92 0.72 1.02 1.43 1.42 0.81	不飽和脂肪酸 (g) 5.55 9.88 5.99 5.64 8.18 9.03 7.88 6.17	価不飽和脂肪酸 (g) 2.59 4.77 2.67 2.61 3.70 4.16 3.50 2.94	レステアロリール (mg) 7 45 7 11 4 45 8 11 45	溶性食物繊維(g)---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	溶性食物繊維 (g) - -	物 機 維 総 量 2.6 3.1 2.7 3.1 2.7 2.6 2.8 2.7	塩 相当量 1.3 0.9 1.3 1.2 1.1 1.3	(28品目中) 小麦・卵・乳成分・さけ・大豆・ゼラチン 小麦・卵・乳成分・ごま・さば・大豆・鶏肉 りんご・ゼラチン 小麦・卵・乳成分・大豆・りんご・ゼラチン 小麦・卵・乳成分・大豆・ガラチン 小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・ガシ・ご・ゼラチン 小麦・卵・乳成分・ごは・大豆・カケ、・ジャ・乳、水麦・卵・乳成分・ごは・大豆・りんご・ゼラチン 小麦・卵・乳成分・さば・大豆・鶏肉・りんご・ゼラチン 小麦・卵・乳成分・さば・大豆・鶏肉・りんご・ゼラチン 小麦・卵・乳成分・さば・大豆・鶏肉・りんご・ゼラチン 小麦・卵・乳成分・ご・大豆・鶏肉・りんご・ボラチン
	(µg) 14.6 13.6 13.1 9.8 13.6 13.1 13.6 13.1	(mg) 1.8 3.2 1.6 1.6 2.1 3.0 2.0 1.9 3.0	(µg) 34 24 36 24 20 46 20 36 22	(mg) 0.03 0.04 0.03 0.01 0.01 0.03 0.04 0.03	(mg) 0.09 0.11 0.12 0.09 0.07 0.11 0.11 0.09	(mg) 0.7 0.4 1.1 0.4 0.7 0.3 1.6 0.4 0.3	(mg) 0.05 0.07 0.07 0.03 0.06 0.04 0.11 0.04 0.07	(µg) 0.5 0.1 0.5 0.4 0.0 0.1 1.6 0.4 0.1 0.0	一般 (μg) 15 22 19 18 11 23 16 19 18	ントテテン酸酸 (mg) 0.23 0.27 0.22 0.11 0.18 0.23 0.19 0.14 0.24 0.22	(mg) 3 1 3 1 1 3 3 3 3 3 3	和脂肪酸 (g) 0.86 1.65 0.92 0.72 1.02 1.43 1.42 0.81	不飽和脂肪酸 (g) 5.55 9.88 5.99 5.64 8.18 9.03 7.88 6.17 9.11	(g) 2.59 4.77 2.67 2.61 3.70 4.16 3.50 2.94 4.51	レステロリルル (mg) 7 45 7 11 4 45 8 11 45 5	溶性食物繊維(g)---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	溶性食物繊維(g)---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	物 繊維総量 2.6 3.1 2.7 3.1 3.2 2.7 2.6 2.8 2.7	塩 相当量 1.3 0.9 1.3 1.2 1.1 1.2 1.1	(28品目中) 小麦・卵・乳成分・さけ・大豆・ゼラデン 小麦・卵・乳成分・ごま・さば・大豆・麹肉・外元・ゼラチン 小麦・卵・乳成分・大豆・りんご・ゼラチン 小麦・卵・乳成分・大豆・ガラチン 小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン 小麦・卵・乳成分・ごま・さば・大豆・鶏肉・豚肉・がごま・さば・大豆・カルニ・ゼラチン 小麦・卵・乳成分・さば・大豆・カルー・ゼラチン 小麦・卵・乳成分・さば・大豆・鶏肉、肉ん・ゼラチン 小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン 小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・湯肉・豚肉・りんご・ゼラチン 小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・
業養成分(推定値) 1食当たり 1食当たり 1食当たり 1食当たり 1食当たり (規格] 135g×6/4 オムレツのトマトソース [規格] 135g×6/4 さおらの地産焼き [規格] 135g×6/4 (現格] 135g×6/4	(µg) 14.6 13.6 13.1 9.8 13.6 13.1 13.6 13.1 13.6 13.1	(mg) 1.8 3.2 1.6 1.6 2.1 3.0 2.0 1.9 3.0 2.0 1.8	(µg) 34 24 36 24 20 46 20 36 26 22 24	(mg) 0.03 0.04 0.03 0.01 0.03 0.04 0.03 0.04 0.03	(mg) 0.09 0.11 0.12 0.09 0.07 0.11 0.09 0.11 0.09	(mg) 0.7 0.4 1.1 0.4 0.7 0.3 1.6 0.4 0.3	(mg) 0.05 0.07 0.07 0.03 0.06 0.04 0.01 0.04 0.07	(µg) 0.5 0.1 0.5 0.4 0.0 0.1 1.6 0.4 0.1 0.0	一般 (μg) 15 22 19 18 11 23 16 19 18 11	ントテラン酸酸 (mg) 0.23 0.27 0.22 0.11 0.18 0.23 0.19 0.14 0.24 0.11 0.18 0.23 0.19 0.14 0.24 0.22 0.11 0.11 0.11 0.11 0.11 0.11 0.11	(mg) 3 1 3 1 1 3 3 3 3 4	和脂肪酸 (g) 0.86 1.65 0.92 0.72 1.02 1.43 1.42 0.81	不飽和脂肪酸 (g) 5.55 9.88 5.99 5.64 8.18 9.03 7.88 6.17 9.11	価不飽和脂肪酸 (g) 2.59 4.77 2.67 2.61 3.70 4.16 3.50 2.94 4.51	レステロリー (mg) 7 45 7 11 4 45 8 11 45 5 5 5	溶性食物繊維(g)---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	溶性食物繊維(g)---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	物 繊維総 量 2.6 3.1 2.7 3.1 2.7 2.6 2.8 2.7 3.0	塩 相当量 1.3 0.9 1.3 1.2 1.1 1.1 1.3 1.2	(28品目中) 小麦・卵・乳成分・さけ・大豆・ ゼラチン 小麦・卵・乳成分・ごま・さば・ 大豆・鶏肉・りんご・ゼラチン 小麦・卵・乳成分・大豆・りんご・ ゼラチン 小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・ 鶏肉・豚肉・ゼラチン 小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・ 鶏肉・豚肉・がラチン 小麦・卵・乳成分・ごは・大豆・ カルご・ゼラチン 小麦・卵・乳成分・さば・大豆・ カルご・ゼラチン 小麦・卵・乳成分・さば・大豆・ カルご・ゼラチン 小麦・卵・乳成分・さば・大豆・ 鶏肉・りんご・ゼラチン 小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・ 鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン 小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・ カルご・ザラチン 小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・ カルご・ゼラチン 小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・ カルご・ゼラチン 小麦・卵・乳成分・さば・大豆・

	1										無機質						ビタミン	
やさしい おかす"セット 栄養成分(推定値) 1食当たり	エネルギー	水分	たんぱく質	脂質	炭水化物	灰分	ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム	у >	鉄	亜鉛	銅	マンガン	レチノール	A β l カロテン当	レチノール活性
*4=	(kcal)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(µg)	□ 量 (μg)	当 量 (µg)
【規格】 165g×6/4	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
ハンバーグトマトソース 【規格】 160g×6/4	3 0 4	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
ぶりの照焼き 【規格】 165g×6/4	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	7 6
ビーフシチュー 【規格】 175g×6/4	3 4 0	110.8	12.3	19.3	30.5	2.1	523	154	6.5	11	40	0.2	3.9	0.04	0.07	7	882	8 1
鶏肉の卵とじ 【規格】 165g×6/4	3 3 7	102.8	14.4	19.8	26.2	1.8	480	140	7 1	10	56	0.3	3.5	0.03	0.10	10	314	3 5
すき焼き 【規格】 165g×6/4	3 3 2	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	3 5
ハヤシビーフ 【規格】 165g×6/4	353	100.3	14.2	21.1	27.6	1.8	450	137	6 4	8	41	0.3	3.6	0.03	0.07	5	183	20
酢豚 【規格】 165g×6/4	3 2 8	99.8	14.0	16.0	33.2	2.0	516	158	7 3	12	4 5	0.3	3.5	0.03	0.10	0	454	38
鮭のちゃんちゃん焼き 【規格】 165g×6/4	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
牛肉のオイスター炒め 【規格】 160g×6/4	3 3 1	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
チキンのトマト煮 【規格】 160g×6/4	312	100.5	14.1	17.9	25.4	2.1	4 3 4	195	150	16	62	0.5	3.5	0.08	0.11	0	656	5 6
豚の味噌焼き 【規格】 165g×6/4	3 2 2	102.8	14.4	16.8	28.9	2.1	5 4 5	200	89	17	5 4	0.7	3.5	0.07	0.08	0	652	5 4
ポークカレー 【規格】 175g×6/4	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
鶏肉の中華炒め 【規格】 165g×6/4	323	101.8	13.7	16.7	31.0	1.8	474	1 4 4	102	8	48	0.3	3.3	0.03	0.07	2	7 0 1	59
鮭のクリーム煮 【規格】 165g×6/4	281	109.0	13.5	13.5	27.2	1.8	403	180	147	13	76	0.3	3.5	0.03	0.08	2 5	503	66
豚のおろしソースがけ 【規格】 160g×6/4	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	5 1
白身魚のトマトソース 【規格】 165g×6/4	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
鶏の照焼き 【規格】 160g×6/4	317	99.1	14.2	16.3	28.5	1.9	526	155	7 4	13	5 4	0.3	3.4	0.05	0.13	5	618	5 6
いかの甘酢あん 【規格】 160g×6/4	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
さばの味噌煮 【規格】 165g×6/4	310	102.8	14.0	14.7	31.2	2.3	513	216	152	17	7 4	0.8	3.6	0.08	0.10	5	1112	97
ぶり大根 【規格】 165g×6/4	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	5 6
八宝菜 【規格】 165g×6/4	330	101.0	13.7	17.5	31.0	1.8	518	122	69	8	4 1	0.3	3.5	0.03	0.08	7	4 3 1	4 3
いかの味噌炒め 【規格】 160g×6/4	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	5 0
ハンバーグ和風おろし 【規格】 160g×6/4	307	100.6	14.1	16.3	26.9	2.1	5 4 6	197	77	18	59	0.5	3.5	0.06	0.14	0	936	80
さわらの柚子味噌焼き 【規格】 160g×6/4	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	7 0
豚の生姜焼き 【規格】 165g×6/4	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
ホワイトシチュー 【規格】 170g×6/4	318	109.8	12.2	17.7	28.6	1.7	401	185	92	12	58	0.2	3.7	0.03	0.07	2 7	719	87
赤魚のおろし煮 【規格】 160g×6/4	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

						ビタミン														
やさしい おかす"セット ^{栄養成分(推定値)} 1食当たり	D	Е	К	В1	B2	ナイアシン	В6	B12	葉酸	パントテン酸	С	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)
ホイコーロー 【規格】 165g×6/4	(μg) 13.0	(mg)	(μg) 45	(mg) 0.07	(mg) 0.10	(mg) 0.7	(mg) 0.05	(μg) 0.0	(μg) 20	(mg) 0.21	(mg) 5	(g)	(g) 8.75	(g) 4.13	(mg)	(g)	(g) —	(g) 3.3	(g)	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×6/4	10.4	2.6	29	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×6/4	14.0	2.0	38	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×6/4	9.8	2.8	28	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×6/4	13.2	2.8	3 1	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×6/4	13.0	2.6	21	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×6/4	13.0	2.8	28	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×6/4	13.0	2.3	21	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×6/4	14.5	2.1	21	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×6/4	13.0	2.7	46	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×6/4	13.0	2.9	59	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×6/4	13.0	2.3	26	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×6/4	9.8	2.3	23	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×6/4	13.0	2.5	40	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×6/4	14.5	1.8	40	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×6/4	13.0	2.6	27	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×6/4	13.0	2.3	26	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×6/4	13.1	2.6	2 4	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×6/4	13.1	2.2	3 4	0.02	0.10	0.5	0.05	0.3	19	0.18	5	0.91	6.91	3.18	3 4	-	-	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×6/4	13.5	2.5	43	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×6/4	14.0	2.0	45	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×6/4	13.2	2.6	26	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×6/4	13.0	2.1	19	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×6/4	10.4	2.4	24	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×6/4	13.6	2.1	40	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×6/4	13.0	2.5	41	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×6/4	9.9	2.4	2 4	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×6/4	13.3	1.9	24	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

	т.	水	た	脂	炭	灰		r	г	T	無機質	r	r	T	1		ビタミン	
やさい立食	ネル	分	んぱ	質	水化	分	ナト	カ リ	カル	マグ	リ ン	鉄	亜鉛	銅	マン	V	A	V
10020	ギー		く質		物		リ ウ	ウム	シウ	ネシ					ガン	チノ	β 1 カ	チノ
栄養成分(推定値)							Δ		A	ウム						ル	ロ テ	ル
1食(120g) 当たり																	ン当量	活 性 当
	(11)	(-)	(-)	(-)	(-)	(-)	()	()	()	()	()	()	()	()	()	(-)		量
パン粥(MCT入り) 【規格】 120g/30×2	(kcal) 217	(g) 79.6	(g) 4.4	(g) 10.8	(g) 24.4	(g) 0.8	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(μg) 19	(μg) 4	(μg) 19
【規格】120g/30 A2											無機質						ビタミン	
A. Land	エ ネ	水分	たん	脂質	炭水	灰分	ナ	カ	力	マ	у	鉄	亜	銅	マ		Α	 I
やさい主食	ギー		ぱ く 質		化物		ト IJ	リ ウ	ルシ	グネ	ン		鉛		ガ	レ チ	β 	レチ
栄養成分(推定値)			*				ウム	<i>A</i>	ウム	シウム					ン	7 1	カロー	7 1
未受成力(祖是恒) 100g当たり																ル	テン当	活性
																	量	当量
ゼリー粥 1kg	(kcal)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(μg)	(µ g)	(μg)
【規格】 1kg/10	106	76.8	1.5	2.0	19.6	0.1	2	11	1	3	15	0.0	0.4	0.05	0.14	0	0	0
	エネ	水八	た	脂	炭	灰八			[T	無機質	l	Γ	Ι _	1		ビタミン A	
◎◎素材deソフト	イルギ	分	んぱく	質	水化物	分	ナトリ	カリウ	カルシ	マグネ	リン	鉄	亜鉛	銅	マンガ	ν	β	ν
	ì		質		174		ウム	4	ウム	・シウ					ン	チノー	ー カ ロ	チノー
栄養成分(推定値) 100g当たり										٨						ル	テン	- ル 活
																	当量	性当
	(kcal)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(μg)	(μg)	量 (µg)
さわら 【規格】600g(10枚)/16	169	69.9	19.0	9.2	0.4	1.5	9 4	464	12	30	208	0.8	0.9	0.03	0.01	11	0	11
/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
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	2 4 1	0.4	0.6	0.07	0.01	1 2	0	12
ホキ 【規格】600g(10枚)/16	7 4	82.3	14.3	1.1	0.9	1.4	2 4 8	278	17	20	134	0.3	0.3	0.02	0.01	3 6	0	36
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	3 4	133	0.2	0.4	0.02	0.01	4	0	4
赤魚 【規格】600g(10枚)/16	101	79.2	16.3	3.2	0.4	0.9	109	275	2 1	25	161	0.2	0.4	0.02	0.01	19	0	19
ポーク 【規格】600g(10枚)/12	202	65.0	14.6	12.3	6.7	1.4	350	185	13	13	106	0.4	1.2	0.05	0.01	2	0	2
チキン 【規格】600g(10枚)/12	208	61.6	18.8	11.2	6.9	1.5	405	159	12	12	92	0.2	0.3	0.03	0.01	7	0	7
[Mill] GOOG(IGAZ)/IZ	<u> </u>		<u> </u> 		<u> </u> 					<u> </u>	無機質		<u> </u>		<u> </u>		ビタミン	
	エ ネ	水分	たん	脂質	炭 水	灰分	ナ	カ	力	マ	y	鉄	亜	銅	マ		A	 l
でない素材	ルギ		ぱく		化物		ト IJ	リ ウ	ルシ	グネ	ン		鉛		ン ガ	レチ	β 	レチ
N. V. P. V. (10.11)	1		質				ウム	7	ウム	シウ・					ン	ノ 1	カ ロ	ノ 1
栄養成分(推定値) 100g当たり										7						ル	テンツ	活性
																	量	性当量
あじ	(kcal)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(μg)	(μg)	(μg)
【規格】 320g(8個)/12×2	192	65.6	13.7	11.5	7.7	1.5	410	1 3 4	7 4	12	86	0.3	0.4	0.05	0.03	2	0	2
あぶらかれい 【規格】320g(8個)/12×2	185	66.9	13.4	11.2	6.9	1.6	480	119	68	9	7 1	0.3	0.3	0.03	0.03	2	1	2
いか 【規格】320g(8個)/12×2	190	65.6	15.9	11.2	5.8	1.5	410	154	49	21	132	0.2	0.6	0.11	0.04	2	0	2
えび 【規格】320g(8個)/12×2	174	68.0	14.5	9.9	6.2	1.4	402	110	68	15	90	0.6	0.5	0.14	0.07	0	0	0
サーモン 【規格】 320g(8個)/12×2	359	50.8	11.8	32.0	4.0	1.4	3 2 5	148	49	11	9 4	0.2	0.2	0.04	0.05	4	0	4
さば 【規格】320g(8個)/12×2	326	53.5	14.1	27.4	3.6	1.4	3 6 1	167	4 7	14	95	0.5	0.5	0.05	0.02	15	0	15
さわら 【規格】320g(8個)/12×2	295	57.3	13.4	24.8	3.1	1.4	316	222	49	1 4	91	0.3	0.4	0.02	0.03	5	0	5
ほっけ 【規格】320g(8個)/12×2	184	68.0	13.3	11.8	5.5	1.4	395	130	60	12	8 0	0.3	0.4	0.05	0.03	8	0	8
赤魚 【規格】320g(8個)/12×2	216	64.9	13.0	15.6	5.2	1.3	3 8 1	95	59	9	59	0.2	0.2	0.03	0.03	5	0	5
白糸だら 【規格】320g(8個)/12×2	207	65.7	12.9	14.7	5.4	1.3	372	114	56	9	7 4	0.2	0.2	0.03	0.02	0	0	0
白身魚 【規格】 320g(8個)/12×2	175	68.1	13.1	10.5	6.5	1.8	567	117	57	13	59	0.2	0.2	0.03	0.03	2	0	2
			·	·	·			·	·									

						ビタミン							I							
やさい主食 栄養成分(推定値) 1 2 (120g) 当たり	D	Е	К	В1	B2	ナイアシン	В6	B12	葉酸	パントテン酸	С	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)
	(µ g)	(mg)	(µg)	(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	0.0	0.8	6	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
やさい主食 ^{栄養成分(推定値)} 100g当たり	D (μg)	E (mg)	K (μg)	B1 (mg)	B2	ピタミン ナイアシン	B6	B12	葉酸 (µg)	パントテン酸 (mg)	C (mg)	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	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)	アレルギー物質 (28品目中)
ゼリー粥 1kg 【規格】1kg/10	0.0	0.3	2	0.01	0.00	0.1	0.01	0.0	2	0.05	0	0.19	1.11	0.52	0			0.3	0.0	-
New 表材 de ソフト 栄養成分(推定値) 100g当たり	D (µg)	E (mg)	K (μg)	B1 (mg)	B2	ピタミン ナイアシン (mg)	B6	B12	葉 酸 (µg)	パントテン酸 (mg)	C (mg)	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	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)	アレルギー物質 (28品目中)
【規格】600g(10枚)/16	6.6	0.3	0	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
/ルウェーさば 【規格】 600g(10枚)/16	9.4	0.7	0	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	20.4	0.6	0	0.23	0.17	7.4	0.45	4.3	15	1.21	1	1.14	1.97	1.47	5 4	0.0	0.0	0.0	0.3	小麦・卵・さけ・大豆
ホキ 【規格】600g(10枚)/16	0.8	0.8	0	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	0.9	1.2	0	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	2.8	0.9	0	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
ボーク 【規格】 600g(10枚)/12	0.0	0.8	1	0.38	0.12	3.5	0.17	0.2	3	0.52	1	2.40	3.45	2.59	32	0.0	0.0	0.0	0.9	小麦・卵・乳成分・大豆・豚肉・ゼラチン
チキン 【規格】 600g (10枚) /12	0.0	1.0	10	0.04	0.07	4.7	0.24	0.1	8	0.73	1	1.28	2.48	2.95	31	0.0	0.0	0.0	1.0	小麦・卵・乳成分・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン
			I			ビタミン		I		-	I	飽	_	多	2	水	不	食	食	
栄養成分(推定値) 100g当たり	D (μg)	E (mg)	K (μg)	B1 (mg)	B2	ナ イ ア シ ン	B6	B12	葉酸 (µg)	パントテン酸 (mg)	(mg)	和脂肪酸(g)	価不飽和脂肪酸(g)	価不飽和脂肪酸(g)	レ ス テ ロ リ ル	溶性食物繊維	溶性食物繊維(g)	物繊維総量(g)	塩相当量	アレルギー物質 (28品目中)
あじ 【規格】320g(8個)/12×2	2.8	1.7	12	0.04	0.07	1.7	0.10	2.2	6	0.14	0	1.08	6.29	2.99	22	-	-	1.0	1.0	小麦・卵・大豆・ゼラチン
あぶらかれい 【規格】320g(8個)/12×2	2.0	2.0	13	0.04	0.13	0.9	0.06	0.5	7	0.21	0	0.88	6.43	2.93	20		-	1.0	1.2	小麦・卵・大豆・ゼラチン
いか 【規格】320g(8個)/12×2	0.0	2.5	12	0.01	0.02	0.9	0.04	1.0	5	0.14	0	0.86	6.26	2.91	119	-	-	0.7	1.0	小麦・卵・いか・大豆・ゼラチン
えび 【規格】320g(8個)/12×2	0.0	2.0	11	0.01	0.03	1.3	0.05	0.4	17	0.09	0	0.75	5.74	2.55	56	-	-	0.7	1.0	えび・小麦・卵・大豆・ゼラチン
サーモン 【規格】 320g (8個) /12 ×2	7.0	4.7	35	0.08	0.08	2.6	0.16	1.5	8	0.42	0	2.58	18.36	8.20	19	-	-	0.7	0.8	小麦・卵・さけ・大豆・ゼラチン
さば 【規格】320g(8個)/12×2	2.1	3.6	25	0.09	0.17	4.9	0.25	5.3	6	0.28	0	3.41	14.11	6.33	26	-	-	0.9	0.9	小麦・卵・さば・大豆・ゼラチン
さわら 【規格】320g(8個)/12×2	2.8	3.2	25	0.04	0.18	3.8	0.16	2.1	4	0.47	0	2.55	13.65	6.15	25			0.9	0.8	小麦・卵・大豆・ゼラチン
ほっけ 【規格】320g(8個)/12×2	0.9	2.1	12	0.03	0.08	0.8	0.05	3.2	7	0.36	0	0.98	6.55	3.06	22			1.0	1.0	小麦・卵・大豆・ゼラチン
赤魚 【規格】320g(8個)/12×2	0.8	2.5	17	0.01	0.03	0.3	0.02	0.4	5	0.07	0	1.19	9.09	3.95	15			1.0	1.0	小麦・卵・大豆・ゼラチン
白糸だら 【規格】320g(8個)/12×2	0.0	2.4	17	0.00	0.02	0.0	0.00	0.0	4	0.01	0	1.09	8.72	3.86	17	-	-	1.0	0.9	小麦・卵・大豆・ゼラチン
白身魚 【規格】320g(8個)/12×2	0.3	1.9	12	0.03	0.04	0.3	0.02	0.2	6	0.10	0	0.79	6.12	2.72	14	-	-	1.0	1.4	小麦・卵・大豆・ゼラチン
		1	1	1		1		1						1			1	1		I.

	ı		l								無機質						ビタミン	
	エ	水八	た	脂	炭	灰八						[<u> </u>		A	
栄養成分(推定値) 100g当たり	ネルギー	分	んぱく質	質	水化物	分	ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム	ソン	鉄	亜 鉛	銅	マンガン	レチノール	βーカロテン当量	レチノール活性当
	(kcal)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(μg)	(μg)	量 (µg)
チキン(ミニ) 【規格】 300g/20	246	63.8	10.4	20.4	4.5	0.9	2 3 1	98	1	8	58	0.1	0.2	0.01	0.01	2	0	2
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
チキン(ポーション) 【規格】 120g(3個)/30×2	2 4 6	63.8	10.4	20.4	4.5	0.9	2 3 1	98	1	8	58	0.1	0.2	0.01	0.01	2	0	2
ポーク(ポーション) 【規格】 120g(3個)/30×2	250	62.2	10.9	20.2	5.6	1.1	282	110	2	7	6 0	0.3	0.6	0.02	0.00	1	0	1
ビーフ(ポーション) 【規格】 120g(3個)/30×2	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
チキン(プロック) 【規格】 300g(3本)/24	2 4 6	63.8	10.4	20.4	4.5	0.9	2 3 1	98	1	8	58	0.1	0.2	0.01	0.01	2	0	2
ポーク(ブロック) 【規格】 300g(3本)/24	250	62.2	10.9	20.2	5.6	1.1	282	110	2	7	6 0	0.3	0.6	0.02	0.00	1	0	1
ビーフ(ブロック) 【規格】 300g(3本)/24	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
たまご 【規格】 120g(3個)/30×2	303	57.5	11.9	26.1	3.6	0.9	202	47	11	4	51	0.4	0.2	0.04	0.03	26	2	26
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	6 5	0.6	0.3	0.07	0.05	15	0	15
たんぱく21 えび 【規格】 120g(3個)/30×2	<u>154</u>	66.9	22.0	5.6	4.4	1.1	386	123	3 1	1 4	9 4	0.8	0.3	0.09	0.04	0	0	0
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	<u>370</u>	103	9	9	6 5	0.3	0.2	0.05	0.04	4	0	4
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	<u>350</u>	116	6	1 4	8 5	0.2	0.3	0.08	0.04	1	0	1
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
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	<u>353</u>	1 4 4	8	10	78	0.3	0.2	0.05	0.04	3	0	3
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
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
たんぱく21 チキン(ポーション) 【規格】120g(3個)/30×2	271	55.5	22.8	19.3	1.5	0.9	270	69	3	6	5 7	0.3	0.2	0.05	0.03	1	0	1
たんぱく21 ポーク(ポーション) 【規格】120g(3個)/30×2	271	55.4	22.7	19.2	1.9	0.8	253	6 4	3	5	47	0.3	0.3	0.04	0.02	0	0	0
たんぱく21 ビーフ(ポーション) 【規格】120g(3個)/30×2	285	53.6	22.6	20.6	2.3	0.9	293	63	3	5	4 4	0.4	0.7	0.04	0.02	0	0	0
たんぱく21 チキン(プロック) 【規格】 300g(3本)/24	<u>271</u>	<u>55.5</u>	22.8	19.3	1.5	0.9	<u>270</u>	69	3	6	5 7	0.3	0.2	0.05	0.03	1	0	1
たんぱく21 ポーク(ブロック) 【規格】300g(3本)/24	271	55.4	22.7	19.2	1.9	0.8	253	6 4	3	5	4 7	0.3	0.3	0.04	0.02	0	0	0
たんぱく21 ビーフ(プロック) 【規格】300g(3本)/24	285	53.6	22.6	20.6	2.3	0.9	293	63	3	5	4 4	0.4	0.7	0.04	0.02	0	0	0

						ビタミン														
栄養成分 100g当たり	D	Е	К	В1	B2	ナイアシン	В6	B12	葉酸	パントテン酸	С	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)
	(µg)	(mg)	(μg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(μg)	(μg)	(mg)	(mg)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(g)	(g)	(g)	(g)	
チキン(ミニ) 【規格】 300g/20	0.0	2.9	26	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	0.0	2.8	22	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
チキン(ポーション) 【規格】 120g(3個)/30×2	0.0	2.9	26	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
ボーク(ボーション) 【規格】 120g(3個)/30×2	0.0	2.8	22	0.25	0.08	1.7	0.09	0.1	1	0.23	0	1.58	11.32	4.84	18	I	-	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)/30×2	0.0	3.0	2 4	0.02	0.08	1.3	0.08	0.3	3	0.26	0	2.24	12.44	5.01	17	I	-	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(プロック) 【規格】 300g(3本)/24	0.0	2.9	26	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
ボーク(ブロック) 【規格】 300g(3本)/24	0.0	2.8	22	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)/24	0.0	3.0	24	0.02	0.08	1.3	0.08	0.3	3	0.26	0	2.24	12.44	5.01	17	ı	-	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	0.5	4.2	3 1	0.02	0.09	0.0	0.01	0.1	15	0.09	0	2.22	15.14	6.59	66	I	-	0.4	0.5	小麦・卵・さば・大豆・ゼラチン
たんぱく21 ぶり 【規格】 120g (3個) /30×2	34.9	1.4	6	0.07	0.16	2.9	0.13	1.1	16	0.32	1	1.72	4.50	2.52	22	I	-	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	21.5	1.0	11	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	33.2	1.3	8	0.01	0.06	0.3	0.02	0.4	13	0.07	0	0.62	4.52	1.98	12	I	-	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	32.5	1.5	7	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	34.1	1.0	7	0.02	0.15	2.3	0.10	1.2	16	0.28	0	1.03	4.45	2.08	15	1	-	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	32.7	1.4	9	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	36.3	1.2	6	0.04	0.09	1.4	0.08	1.3	10	0.35	0	0.93	4.07	2.20	16	1	-	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	34.0	2.3	16	0.07	0.13	3.6	0.18	3.9	14	0.21	0	2.29	9.16	4.14	19	-1	-	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)/30×2	32.5	2.8	24	0.02	0.03	1.7	0.09	0.0	10	0.28	0	1.37	11.09	4.85	11	1	-	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)/30×2	32.5	2.4	19	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)/30×2	32.5	3.1	25	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)/24	32.5	2.8	24	0.02	0.03	1.7	0.09	0.0	10	0.28	0	1.37	11.09	4.85	1 1	-	-	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)/24	32.5	2.4	19	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)/24	32.5	3.1	25	0.01	0.05	0.7	0.04	0.2	8	0.14	0	1.91	12.76	5.37	9	1	-	0.4	0.7	小麦・卵・牛肉・大豆・鶏肉・豚肉 ・ゼラチン

	x	水	た	脂	炭	灰		r	r	T	無機質	r		T	1		ビタミン	
での素料	- ネルギー	分	んんぱく質	質	水化物	分	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	レチノー	A β l カ ロ	レチノー
栄養成分 100g当たり										Α						ル	テン当量	ル活性当量
温野菜さといも	(kcal)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(μ g)	(μg)	(µ g)
【規格】 300g(3本)/30 温野菜れんこん	132	69.5	3.6	5.3	20.9	0.7	95	173	2 2	10	33	0.2	5.4	0.05	0.20	0	2	0
【規格】300g(3本)/30	163	64.2	2.4	8.9	23.8	0.7	83	118	69	6	36	0.1	5.3	0.02	0.27	0	1	0
温野菜かぼちゃ 【規格】300g(3本)/30	141	64.7	3.1	5.1	26.4	0.7	89	178	53	10	2 4	0.2	6.0	0.02	0.05	2	1178	98
温野菜じゃがいも 【規格】300g(3本)/30	131	70.2	2.5	5.5	21.1	0.7	56	218	3 5	12	4 4	0.2	4.8	0.03	0.05	2	2	2
温野菜さつまいも 【規格】 300g(3本)/30	164	61.4	2.8	6.6	28.2	1.0	7 6	217	163	11	51	0.2	5.4	0.05	0.12	3	9	3
温野菜しいたけ 【規格】300g(3本)/30	153	65.7	4.2	7.8	21.4	0.9	136	129	82	7	38	0.1	4.9	0.03	0.06	0	0	0
温野菜ひじき 【規格】300g(3本)/30	144	66.2	3.9	6.6	21.8	1.5	180	2 4 2	175	22	47	0.2	5.4	0.03	0.05	0	96	8
温野菜こんにゃく 【規格】300g(3本)/30	1 4 5	68.6	3.0	7.7	19.7	1.0	147	72	124	4	20	0.2	4.7	0.02	0.02	0	0	0
温野菜ごぼう 【規格】 300g(3本)/30	165	64.5	2.6	8.5	23.7	0.7	90	105	78	15	23	0.2	4.9	0.06	0.07	0	0	0
温野菜いんげん 【規格】300g(3本)/30	115	68.9	4.1	2.9	22.8	1.3	127	183	179	13	39	0.3	4.8	0.04	0.16	0	2 4 4	20
温野菜にんじん 【規格】300g(3本)/30	160	65.0	3.4	7.4	23.3	0.9	123	164	93	7	30	0.1	4.8	0.03	0.09	0	3656	307
温野菜キャベツ 【規格】300g(3本)/30	126	69.4	3.7	4.7	21.2	1.0	119	172	121	11	49	0.2	4.8	0.02	0.08	0	20	2
温野菜こまつな 【規格】300g(3本)/30	111	69.6	4.0	3.3	21.1	2.0	134	129	473	9	40	0.9	4.8	0.04	0.09	0	1 3 0 1	109
とけないコーン 【規格】300g(10本)/15×2	50	87.8	0.8	0.7	10.4	0.3	53	56	2	6	20	0.1	0.1	0.01	0.03	0	19	2
とけないにんじん 【規格】300g(10本)/15×2	3 7	90.2	0.3	0.4	8.7	0.4	8 2	8 7	10	3	8	0.1	0.1	0.02	0.04	0	2573	214
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	8 4	111	12	5	8	0.1	0.0	0.01	0.02	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	4 7	63	10	4	1 4	0.1	0.1	0.02	0.06	0	0	0
とけないながねぎ 【規格】315g(7本)/15×2	40	89.4	0.6	0.4	9.2	0.4	46	8 1	15	6	11	0.1	0.1	0.02	0.05	0	3 2	3
とけないなす 【規格】180g(6個)/30×2	31	91.8	0.3	0.3	7.2	0.4	87	6 2	6	5	9	0.1	0.1	0.02	0.05	0	2 7	2
とけないピーマン 【規格】180g(6個)/30×2	29	92.5	0.2	0.3	6.8	0.2	4.5	48	4	3	6	0.1	0.0	0.02	0.03	0	96	8
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	8 5	81	29	17	17	0.3	0.2	0.04	0.28	0	1980	165
とけないわかめ 【規格】180g(6個)/30×2	3 2	91.0	0.4	0.4	7.6	0.6	214	1 2	19	9	7	0.1	0.1	0.00	0.00	0	0	3
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	4 5	89	18	4	1 4	0.1	0.1	0.01	0.05	0	3 9	3
とけないえだまめ 【規格】 180g(6個)/30×2	5 7	86.9	2.6	1.7	8.2	0.6	103	132	14	14	38	0.6	0.3	0.09	0.16	0	5 7	5
ミニとけないにんじん 【規格】 500g/10×2	3 2	91.1	0.3	0.0	8.1	0.5	8 2	87	10	3	8	0.1	0.1	0.02	0.03	0	2573	2 1 4
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
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	1 4	0.1	0.1	0.02	0.06	0	0	0
ミニとけないなす 【規格】 500g/10×2	3 2	91.7	0.3	0.4	7.3	0.3	51	6 2	6	5	9	0.1	0.1	0.02	0.04	0	2 7	2
ミニとけないピーマン 【規格】 500g/10×2	3 3	91.6	0.3	0.4	7.4	0.3	6.5	48	4	3	6	0.1	0.0	0.02	0.02	0	96	8
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	8 2	29	17	18	0.3	0.2	0.04	0.28	0	1980	165
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	5 7	89	18	4	1 4	0.1	0.1	0.01	0.04	0	3 9	3
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
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	6.5	2	4	2 1	0.1	0.2	0.02	0.05	0	0	0
[796.187] 300 g/10 ×2	<u> </u>				<u> </u>		<u> </u>	<u> </u>	<u> </u>	<u> </u>		<u> </u>		<u> </u>				

						ビタミン														
栄養成分(推定値)	D	Е	К	В1	В2	ナイアシン	В6	B12	葉酸	パントテン酸	С	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)
100g当たり	(μg)	(mg)	(µg)	(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)/30	0.0	1.0	6	0.03	0.08	0.3	0.05	0.0	9	0.16	2	0.38	3.14	1.37	1	-	-	8.2	0.2	卵·乳成分·大豆
温野菜れんこん 【規格】300g(3本)/30	0.0	1.5	11	0.02	0.05	0.1	0.03	0.0	3	0.20	6	0.63	5.30	2.31	1		-	11.8	0.2	卵·乳成分·大豆
温野菜かぼちゃ 【規格】300g(3本)/30	0.0	2.0	11	0.02	0.09	0.4	0.06	0.0	16	0.17	11	0.47	2.96	1.28	1	-	-	13.7	0.2	卵·乳成分·大豆
温野菜じゃがいも 【規格】300g(3本)/30	0.0	0.8	6	0.04	0.08	0.4	0.09	0.1	8	0.31	4	0.53	3.13	1.35	2	_	-	8.1	0.1	卵·乳成分·大豆
温野菜さつまいも 【規格】300g(3本)/30	0.0	1.4	8	0.04	0.10	0.3	0.09	0.1	15	0.42	8	0.63	3.83	1.65	2		-	11.3	0.2	卵·乳成分·大豆
温野菜しいたけ 【規格】300g(3本)/30	0.1	1.2	9	0.03	0.12	0.6	0.04	0.0	6	0.28	0	0.57	4.59	2.05	1	-	-	10.0	0.3	卵·乳成分·大豆
温野菜ひじき 【規格】300g(3本)/30	0.0	1.0	20	0.02	0.12	0.2	0.02	0.1	4	0.16	0	0.52	3.77	1.77	2	-	-	10.0	0.5	小麦・卵・乳成分・ごま・大豆
温野菜こんにやく 【規格】300g(3本)/30	0.0	1.2	9	0.01	0.08	0.0	0.01	0.0	2	0.06	0	0.55	4.58	1.99	1		-	8.6	0.4	卵·乳成分·大豆
温野菜ごぼう 【規格】300g(3本)/30	0.0	1.5	10	0.01	0.06	0.1	0.03	0.0	21	0.09	0	0.61	5.08	2.23	1	-	-	11.3	0.2	卵·乳成分·大豆
温野菜いんげん 【規格】300g(3本)/30	0.0	0.5	25	0.03	0.13	0.3	0.04	0.0	24	0.14	3	0.22	1.63	0.75	1		-	10.5	0.3	卵·乳成分·大豆
温野菜にんじん 【規格】300g(3本)/30	0.0	1.3	16	0.03	0.10	0.3	0.05	0.0	10	0.17	2	0.54	4.40	1.93	1		-	9.3	0.3	卵·乳成分·大豆
温野菜キャベツ 【規格】300g(3本)/30	0.0	0.7	37	0.03	0.11	0.1	0.05	0.1	32	0.24	17	0.35	2.73	1.19	1		-	8.3	0.3	卵·乳成分·大豆
温野菜こまつな 【規格】300g(3本)/30	0.0	1.1	138	0.02	0.12	0.2	0.03	0.0	38	0.17	9	0.25	1.94	0.86	1		-	10.7	0.3	卵·乳成分·大豆
とけないコーン 【規格】300g(10本)/15 ×2	0.0	0.0	0	0.02	0.02	0.4	0.02	0.0	13	0.09	1	0.07	0.10	0.15	0	-	-	2.0	0.1	乳成分·大豆
とけないにんじん 【規格】300g(10本)/15 ×2	0.0	0.2	6	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	0.0	0.0	0	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	0.0	0.0	0	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	0.0	0.1	3	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	0.0	0.1	3	0.01	0.01	0.1	0.01	0.0	9	0.09	1	0.01	0.00	0.00	0	-	-	1.0	0.2	小麦・乳成分・大豆
とけないピーマン 【規格】180g(6個)/30×2	0.0	0.2	5	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	0.0	0.9	92	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	0.0	0.0	3 4	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	0.0	0.1	23	0.01	0.01	0.2	0.04	0.0	2 4	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	0.0	0.2	7	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	0.0	0.2	6	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	0.0	0.0	0	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	0.0	0.0	0	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	0.0	0.1	3	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	0.0	0.2	5	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	0.0	0.9	92	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
(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
ミニとけないじゃがいも 【規格】500g/10×2	0.0	0.5	4	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
「規格」500g/10 ×2 ミニとけないしいたけ 【規格】500g/10 ×2	0.2	0.0	0	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

	_	-d-	+-	阳	144	55		··	r	,	無機質	·	,		·		ビタミン	
栄養成分(推定値) 100g当たり	エネルギー	水分	たんぱく質	脂質	炭水化物	灰分	ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム	ソン	鉄	鉛	銅	マンガン	レチノール	A β ーカロテン当量	レチノール活性当量
	(kcal)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(μg)	(μg)	<u>Ψ</u> (μg)
きゅうり 【規格】 315g(7本)/12×2	80	78.1	0.4	0.0	21.0	0.5	60	61	68	5	11	3.7	4.7	0.03	0.02	0	99	8
コーン 【規格】 390g(15個)/12×2	102	69.4	0.7	0.4	29.1	0.4	2 5	48	61	5	17	3.3	4.7	0.01	0.02	0	17	1
ブロッコリー 【規格】 390g(15個)/12×2	69	76.0	1.9	0.2	21.3	0.6	19	98	111	8	3 4	8.7	4.8	0.03	0.09	0	384	3 2
トマト 【規格】 390g(15個)/12×2	59	80.3	0.6	0.0	18.4	0.7	36	148	78	8	11	3.5	4.7	0.06	0.06	0	189	16
ほうれんそう 【規格】 390g(15個)/12×2	65	76.5	1.0	0.1	21.3	1.1	114	6 4	257	15	14	10.8	4.8	0.03	0.24	0	1590	132
にんじん 【規格】 390g(15個)/12×2	76	76.9	0.6	0.1	21.7	0.7	67	110	91	5	18	4.3	4.7	0.02	0.07	0	3 4 8 0	292
キャベツ 【規格】 390g(15個)/12×2	53	82.5	0.6	0.1	16.2	0.6	11	8 7	170	6	12	3.8	4.7	0.01	0.07	0	2 2	2
バナナ 【規格】 375g(15個)/12×2	1 4 9	65.4	0.4	4.1	29.7	0.4	10	126	2	11	1 4	0.1	0.1	0.03	0.09	0	20	2
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	8 5	7	5	10	0.1	0.1	0.02	0.02	0	29	3
ゴールデンパイン 【規格】 375g(15個)/12×2	128	66.2	0.2	0.1	33.2	0.3	19	3 3	3	3	2	0.1	0.0	0.03	0.29	0	8	1
いちご 【規格】 375g(15個)/12×2	120	69.1	0.2	0.0	30.4	0.3	23	4 0	4	3	7	0.1	0.0	0.01	0.05	0	4	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
キウイ 【規格】 390g (15個) /12 ×2	100	73.5	0.2	0.0	26.0	0.3	28	7 0	8	3	8	0.1	0.0	0.03	0.03	0	16	1
白桃 【規格】390g(15個)/12×2	106	73.0	0.2	0.0	26.5	0.3	2 3	79	2	3	8	0.0	0.0	0.02	0.02	0	2	0
りんご 【規格】 390g(15個)/12×2	8 5	78.0	0.1	0.0	21.7	0.2	2 3	3 1	1	1	3	0.1	0.0	0.01	0.01	0	4	0
洋なし 【規格】 390g(15個)/12×2	95	76.1	0.1	0.0	23.5	0.3	2 7	2 1	2	2	2	0.0	0.0	0.02	0.01	0	0	0
マンゴー 【規格】 390g(15個)/12×2	144	67.9	0.4	4.5	26.9	0.3	2 4	6 6	6	5	5	0.1	0.0	0.03	0.04	0	237	20
赤メロン 【規格】 390g(15個)/12×2	120	68.8	0.4	0.1	30.4	0.3	2 1	121	3	4	5	0.1	0.1	0.02	0.01	0	1188	99
				mL.		_					無機質						ビタミン	
栄養成分(推定値) 100g当たり	エ ネ ル ギ ー (kcal)	水 分	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	炭水化物	灰 分	ナ ト リ ウ ム (mg)	カ リ ウ ム (mg)	カ ル シ ウ ム	マ グ ネ シ ウ ム (mg)	リ ン (mg)	鉄 (mg)	亜 鉛	銅 (mg)	マ ン ガ ン	レ チ ノ ー ル	A β ーカロテン当量 (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	170	69.4	3.4	12.0	13.8	1.4	455	106	15	6	13	0.1	0.1	0.02	0.05	0	14	1
ほうれん草の白和えムース 【規格】 180g(6個)/20×2	179	68.4	3.8	12.2	14.7	0.9	262	100	10	10	20	0.4	0.1	0.04	0.10	0	349	29
金平ごぼうムース 【規格】 180g(6個)/20×2	166	67.8	2.9	9.2	19.0	1.1	271	1 4 2	17	18	26	0.3	0.3	0.07	0.10	0	662	56
ひじき煮ムース 【規格】 180g(6個)/20×2	168	68.2	3.1	10.4	17.0	1.3	307	194	28	18	18	0.2	0.1	0.03	0.10	0	1347	113
いんげんのごま和えムース 【規格】180g(6個)/20×2	167	69.2	4.1	10.8	14.6	1.3	305	1 4 5	2 1	28	5 7	0.6	0.4	0.11	0.18	0	563	4 7
切干大根ムース 【規格】180g(6個)/20×2	166	69.6	3.0	10.4	15.8	1.2	320	134	1 4	7	17	0.1	0.1	0.02	0.07	0	491	4 1
小松菜の煮びたしムース 【規格】180g(6個)/20×2	169	69.5	3.4	11.5	14.3	1.3	350	99	4 5	9	26	0.7	0.2	0.04	0.12	0	1183	99
かぼちゃの含め煮ムース 【規格】180g(6個)/20×2	168	66.2	3.0	8.9	20.8	1.1	280	164	10	10	19	0.2	0.2	0.02	0.05	0	1137	93
ポテトサラダムース 【規格】 180g(6個)/20×2	167	70.2	2.0	11.6	15.1	1.1	3 1 2	152	4	9	17	0.2	0.1	0.03	0.05	1	2 4 5	2 2
ほうれん草のバター炒めムース 【規格】180g(6個)/20×2	168	70.4	3.4	12.1	13.0	1.1	315	100	3 0	16	20	0.3	0.2	0.04	0.23	2 1	1402	137

_			T			ビタミン			,	Γ	r	Ata		,,	7	ade.	~			
栄養成分(推定値)	D	Е	К	B1	B2	ナイアシン	В6	B12	葉酸	パントテン酸	С	飽和脂肪酸	一価不飽和脂肪	多価不飽和脂肪	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)
インス 100g当たり													酸	酸						
きゅうり	(μg) 0.0	(mg)	(μg) 10	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(μg) 0.0	(μg) 8	(mg) 0.10	(mg)	(g) 0.00	(g) 0.00	(g) 0.00	(mg)	(g)	(g) -	(g) 2.9	(g)	小麦·大豆
【規格】315g(7本)/12×2 コーン	0.0	0.0	0	0.02	0.01	0.4	0.02	0.0	12	0.08	0	0.06	0.09	0.13	0	_	_	10.9	0.1	-
ブロッコリー	0.0	1.3	88	0.03	0.04	0.2	0.06	0.0	56	0.34	25	0.02	0.02	0.04	0	_	_	12.0	0.1	_
	0.0	0.8	3	0.03	0.02	0.5	0.06	0.0	9	0.14	3	0.01	0.00	0.01	0	_		7.5	0.1	-
「	0.0	0.8	90	0.02	0.04	0.1	0.03	0.0	36	0.05	6	0.01	0.00	0.04	0	_	_	12.6	0.3	小麦·乳成分·大豆·鶏肉
【規格】390g(15個)/12×2 にんじん	0.0	0.2	7	0.03	0.03	0.3	0.04	0.0	8	0.13	2	0.01	0.00	0.02	0		_	7.5	0.2	小麦·乳成分·大豆·鶏肉
「規格」390g(15個)/12 ×2 キャベツ	0.0	0.0	34	0.02	0.01	0.1	0.05	0.0	34	0.09	18	0.01	0.00	0.01	0		_	7.5	0.0	
【規格】390g(15個)/12×2 バナナ								0.0	9							_				
「	0.0	0.3	0	0.02	0.01	0.2	0.13			0.15	6	2.88	0.88	0.21	0		_	2.1	0.0	乳成分・大豆・バナナ
「	0.0	0.2	0	0.04	0.01	0.2	0.03	0.0	14	0.14	81	0.01	0.01	0.01	0		_	1.5	0.1	-
「	0.0	0.0	0	0.02	0.00	0.0	0.02	0.0	3	0.05	38	0.00	0.00	0.01	0		_	1.7	0.1	-
	0.0	0.1	0	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	-
【規格】390g(15個)/12×2	0.0	0.0	0	0.02	0.00	0.2	0.05	0.0	1	0.03	0	0.03	0.01	0.03	0		-	0.5	0.1	-
【規格】390g(15個)/12×2	0.0	0.3	0	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
【規格】390g(15個)/12×2	0.0	0.0	0	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	44
【規格】390g(15個)/12×2 洋なし	0.0	0.0	0	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
【規格】 390g(15個)/12×2 マンゴー	0.0	0.1	0	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	-
【規格】390g(15個)/12×2 赤メロン	0.0	0.7	0	0.02	0.02	0.3	0.05	0.0	33	0.09	8	1.17	0.02	0.01	0	-	-	1.0	0.1	乳成分•大豆
ポパロン 【規格】390g(15個)/12×2	0.0	0.1	0	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	D	E (mg)	K	B1 (mg)	B2	<u>ビタミン</u> ナイアシン (mg)	B6	B12	葉酸	パントテン酸	C	飽和脂肪酸	一価不飽和脂肪酸	多価不飽和脂肪酸 (g)	コレステロール	水溶性食物繊維 (g)	不溶性食物繊維	食物繊維総量 (g)	食塩相当量 (g)	アレルギー物質 (28品目中)
キャベツの塩和ラムース	(μg) 0.0	1.6	(μg) 34	0.01	(mg) 0.08	0.1	(mg)	(μg) 0.0	(μg) 23	(mg) 0.07	(mg)	0.95	(g) 6.21	2.70	(mg)	- (8)	(g) -	5.0	1.2	小麦·卵·乳成分·大豆
行うれん苔の白和テムース	0.0	1.6	22	0.01	0.07	0.2	0.02	0.0	13	0.09	1	1.02	6.05	2.86	1	-	-	4.5	0.7	小麦・卵・乳成分・さば・大豆
金平でぼうムース	0.0	1.2	10	0.02	0.06	0.2	0.04	0.0	21	0.10	1	0.81	4.46	2.15	1	-	-	5.9	0.7	小麦・卵・乳成分・ごま・大豆
アトバき者 ムース	0.0	1.4	23	0.01	0.07	0.2	0.02	0.0	7	0.06	1	0.86	5.17	2.34	1	-		5.5	0.8	小麦・卵・乳成分・ごま・大豆
いんげんのごす和さん一ス	0.0	1.2	2 4	0.05	0.09	0.6	0.05	0.0	21	0.09	2	0.97	4.49	2.66	1	-		4.6	0.8	小麦・卵・乳成分・ごま・大豆
切干大槻 ハース	0.0	1.4	12	0.02	0.06	0.2	0.02	0.0	11	0.07	2	0.85	5.26	2.34	1	-	-	3.9	0.8	小麦・卵・乳成分・大豆
小松並の者びたしんース	0.0	1.9	99	0.02	0.08	0.2	0.03	0.0	27	0.10	6	0.91	5.96	2.61	1	-		5.3	0.9	小麦・卵・乳成分・大豆
かげちゃの今め者トース	0.0	2.3	14	0.02	0.08	0.4	0.06	0.0	16	0.14	10	0.74	4.29	1.88	1	-	-	5.9	0.7	小麦・卵・乳成分・大豆
ポテトサラダムース	0.0	1.8	16	0.03	0.04	0.4	0.07	0.0	8	0.17	3	0.89	6.30	3.14	4	-	-	4.9	0.8	小麦・卵・乳成分・大豆
ほうれん草のバター炒めムース	0.0	2.0	90	0.02	0.09	0.2	0.03	0.0	35	0.06	5	2.19	5.49	2.27	7	_	-	5.3	0.8	卵・乳成分・大豆

	T										無機質						ビタミン	
栄養成分(推定値) 100g当たり	エネルギー	水分	たんぱく質	脂質	炭水化物	灰分	ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム	y >	鉄	亜鉛	銅	マンガン	レチノール	A β ーカロテン当量	レチノール活性当量
	(kcal)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(μg)	(μg)	AL (μg)
きゅうりのナムルゼリー 【規格】 180g(6個)/20×2	167	68.7	0.5	10.0	19.8	1.0	3 3 3	4 4	6	4	8	0.1	0.0	0.02	0.02	0	450	38
きゅうりの酢の物ゼリー 【規格】 180g(6個)/20×2	168	68.1	0.5	9.1	21.7	0.6	181	3 2	6	4	7	0.1	0.0	0.02	0.01	0	51	4
コールスローゼリー 【規格】 180g(6個)/20×2	183	68.2	1.1	14.1	15.4	1.2	378	5 3	11	4	11	0.1	0.1	0.01	0.04	2	227	2 1
たまねぎサラダゼリー 【規格】 180g(6個)/20×2	179	65.3	0.7	11.2	21.6	1.2	390	4 6	6	4	10	0.1	0.1	0.01	0.05	0	403	3 4
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	5 7	16	5	68	0.7	0.4	0.05	0.03	3 7	232	58
みためがハンバーグ 【規格】120g(3個)/30	257	60.5	10.6	20.5	6.9	1.5	498	7 2	6	7	53	0.4	0.2	0.06	0.06	1	0	1
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
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
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	6 4	4	6	57	0.5	0.3	0.07	0.05	0	0	0
みためがギョウザ 【規格】 108g(6個)/50	2 4 1	65.1	7.3	19.9	6.7	1.0	281	93	7	7	4 1	0.4	0.2	0.06	0.09	0	1	0
みためが目玉焼き 【規格】140g(4個)/36	210	70.5	6.7	17.6	4.7	0.5	90	78	3 7	5	6 4	0.6	0.4	0.01	0.01	7 6	6	76
ポークムースかつ 【規格】 350g(10個)/16×2	368	43.0	8.8	27.7	18.9	1.6	547	85	2 1	11	7 1	0.6	0.5	0.08	0.15	1	1	1
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	2 3	10	77	0.3	0.2	0.04	0.09	2	0	2
入人なの南大立 栄養成分(推定値) 100g当たり	エネルギー	水分	たんぱく質	脂質	炭水化物	灰分	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	レチノール	A β l カロテ	レチノール
																<i>,</i> , ,	ン当量	活性当量
やわらかオクラレTN!'きのおかか和う	(kcal)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(µg)	当 量 (µg)	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	(kcal)	(g) 83.5	(g)	(g) 0.2	(g)	(g) 2.5	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)		当量	性当量
【規格】500g/12×2 やわらかひじき煮 【規格】500g/12×2	1															(µg)	当 量 (µg)	性 当 量 (µg)
【規格】500g/12×2 やわらかひじき煮 【規格】500g/12×2 やわらか金平ごぼう 【規格】500g/12×2	48	83.5	2.1	0.2	11.7	2.5	520	384	7 2	43	3 7	0.5	0.3	0.05	0.21	(μg) 0	当 量 (µg) 2121	性 当 量 (µg)
【規格】500g/12×2 やわらかびじき煮 【規格】500g/12×2 やわらか金平ごぼう	4 8 5 7	83.5 79.7	2.1	0.2	11.7	2.5	520 697	384 506	7 2 7 7	43	37 21 39 41	0.5	0.3	0.05	0.21	(μg) 0	当量 (µg) 2121 1874 1566 1044	性 当量 (µg) 178
【規格】500g/12×2 やわらかびじき煮 【規格】500g/12×2 やわらか金平ごぼう 【規格】500g/12×2 やわらか切干大根	48 57 114	83.5 79.7 73.1	2.1 1.5	0.2	11.7	2.5	520 697 481	384 506 170	72 77 31	43 49 25	37 21 39	0.5	0.3	0.05	0.21	(μg) 0 0	当量(µg) 2121 1874 1566	性当量 (μg) 178 157 131 88
【規格】500g/12×2 やわらかひじき推 【規格】500g/12×2 やわらか金平ごぼう 【規格】500g/12×2 やわらか金平ごぼう 【規格】500g/12×2 へわらか切甲大根 【規格】500g/12×2 四季の葛まんじゆう 栄養成分(推定値)	48 57 114 77 エネルギ	83.5 79.7 73.1 78.4	2.1 1.5 1.5 2.1 たんぱく	0.2 0.2 3.6 1.1	11.7 15.4 20.1 15.8 炭水化	2.5 3.2 1.7 2.6	520 697 481 557	384 506 170 482 カリウ	72 77 31 68 カルシウ	43 49 25 23 マグネシウ	37 21 39 41 無機質 リ	0.5 0.5 0.5	0.3 0.1 0.4 0.3	0.05 0.02 0.09 0.03	0.21 0.09 0.11 0.11	(μg) 0 0 0 0 0	当量 (µg) 2121 1874 1566 1044 ビタミン A β ロテン 当	性 生 量 (µg) 178 157 131 88
【規格】500g/12×2	48 57 114 77 エネルギー	83.5 79.7 73.1 78.4	2.1 1.5 1.5 2.1 たんぱく質	0.2 0.2 3.6 1.1	11.7 15.4 20.1 15.8 炭水化物	2.5 3.2 1.7 2.6	520 697 481 557 ナトリウム	384 506 170 482 カリウム	72 77 31 68 カルシウム	43 49 25 23 マグネシウム	37 21 39 41 無機質 リン	0.5 0.5 0.5 0.5	0.3 0.1 0.4 0.3	0.05 0.02 0.09 0.03	0.21 0.09 0.11 0.11	(µg) 0 0 0 0 0 1 レ ナ ノ ー ル	当量 (μg) 2121 1874 1566 1044 β カロロテンン当量	性当量 (μg) 178 157 131 888
「規格】500g/12×2 やわらかびじき推 【規格】500g/12×2 やわらか金平ごぼう 【規格】500g/12×2 やわらか切干大根 【規格】500g/12×2 でわらか切干大根 【規格】500g/12×2 四季の葛まんじゆう 栄養成分(推定値) 100g当たり	48 57 114 77 エネルギー	83.5 79.7 73.1 78.4 水分	2.1 1.5 1.5 2.1 たんぱく質	0.2 0.2 3.6 1.1 脂質	11.7 15.4 20.1 15.8 炭水化物	2.5 3.2 1.7 2.6 灰分	520 697 481 557 ナトリウム	384 506 170 482 カリウム	72 77 31 68 カルシウム (mg)	43 49 25 23 マグネシウム (mg)	37 21 39 41 無機質 リン	0.5 0.5 0.5 0.5	0.3 0.1 0.4 0.3 垂 第	0.05 0.02 0.09 0.03	0.21 0.09 0.11 0.11 v ガ ン (mg)	(μg) 0 0 0 0 V	当量 (μg) 2121 1874 1566 1044 β	性当量 (μg) 178 157 131 88 レチノール活性当量 (μg)
【規格】500g/12×2	48 57 114 77 エネルギー 1 (kcal)	83.5 79.7 73.1 78.4 水分 (g)	2.1 1.5 1.5 2.1 たんぱく質 (g)	0.2 0.2 3.6 1.1 脂質 (g)	11.7 15.4 20.1 15.8 炭 水 化 物	2.5 3.2 1.7 2.6 灰分	520 697 481 557 + h y d (mg) 6	384 506 170 482 カリウム (mg)	72 77 31 68 カルシウム (mg)	43 49 25 23 マグタネシウム (mg) 9	37 21 39 41 無機質 リン	0.5 0.5 0.5 0.5 鉄 (mg)	0.3 0.1 0.4 0.3 亜 鈴	0.05 0.02 0.09 0.03 銅 (mg) 0.02	0.21 0.09 0.11 0.11 v H v (mg) 0.14	(µg) 0 0 0 0 0 1 ル (µg)	当量 (μg) 2121 1874 1566 1044 ドタシン A β カローテンン当量 (μg) 0	性当量 (μg) 178 157 131 88

						ビタミン														
栄養成分(推定値)	D	Е	K	В1	B2	ナイアシン	В6	B12	葉酸	パントテン酸	С	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)
100g当たり	(μg)	(mg)	(µg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(µg)	(μg)	(mg)	(mg)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(g)	(g)	(g)	(g)	
きゅうりのナムルゼリー 【規格】 180g(6個)/20×2	0.0	1.3	15	0.01	0.01	0.1	0.01	0.0	5	0.07	2	0.85	5.44	2.86	0	-	-	3.1	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	0.0	1.4	19	0.01	0.01	0.0	0.01	0.0	4	0.05	2	0.64	5.44	2.37	0	-	-	3.6	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	0.0	2.3	35	0.01	0.01	0.1	0.03	0.0	17	0.07	8	1.15	7.60	3.93	10	-	-	5.0	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	0.0	1.7	14	0.01	0.01	0.1	0.03	0.0	4	0.05	1	0.78	6.61	2.88	0	-	-	6.9	1.0	小麦·乳成分·大豆
彩りたまごムース 【規格】 120g(3個)/20	0.5	3.2	28	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)/30	0.0	2.6	21	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	0.0	2.8	22	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	0.0	3.3	26	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	0.0	3.1	2 4	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	0.0	1.1	10	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)/36	1.9	1.6	3 4	0.03	0.18	0.0	0.03	0.4	18	0.37	0	3.08	4.57	8.23	136	-	-	0.0	0.2	卵・大豆・ゼラチン
ボークムースかつ 【規格】350g(10個)/16 ×2	0.0	2.3	45	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	0.0	2.3	48	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
						When						T								
入人なの南大立 ^{栄養成分(推定値)} 100g当たり	D	Е	К	В1	B2	ナイアシン	B6	B12	葉酸	パントテン酸	С	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)
栄養成分(推定値)	D (μg)	E (mg)	K (μg)	B1	B2	ナイアシ	B6	B12		ントテン	C (mg)	和 脂 肪	不飽和脂肪	価不飽和脂肪	レステロー	溶性食物繊	溶性食物繊	物繊維総	塩相当	
栄養成分(推定値)						ナイアシン			酸	ントテン酸		和脂肪酸	不飽和脂肪酸	価不飽和脂肪酸	レステロール	溶性食物繊維	溶性食物繊維	物繊維総量	塩相当量	
栄養成分(推定値) 100g当たり	(µ g)	(mg)	(µg)	(mg)	(mg)	ナ イ ア シ ン	(mg)	(µg)	酸 (µg)	ン ト テ ン 酸 (mg)	(mg)	和脂肪酸	不飽和脂肪酸 (g)	価不飽和脂肪酸 (g)	レ ス テ ロ ー ル (mg)	溶性食物繊維 (g)	溶性食物繊維	物繊維総量	塩相当量	(28品目中)
栄養成分(推定値) 100g当たり やわらかオクラとひじきのおかか和え 【規格】500g/12 22	(μg) 0.0	(mg) 0.6	(μg) 48	(mg)	(mg) 0.06	ナイアシン (mg) 0.8	(mg) 0.05	(µg)	酸 (µg) 41	ン ト テ ン 酸 (mg)	(mg) 3	和脂肪酸 (g)	不飽和脂肪酸 (g) 0.02	価不飽和脂肪酸 (g) 0.04	レ ス テ ロ リ ル	溶性食物繊維 (g)	溶性食物繊維	物繊維総量 (g) 4.1	塩 相 当 量 (g)	(28品目中) 小麦·大豆
栄養成分(推定値) 100g当たり でわらかオクラとひじきのおかか和え 【規格】500g/12 ×2 でわらかひじき煮 【規格】500g/12 ×2 でわらか金平ごぼう	(µg) 0.0	(mg) 0.6 0.4	(μg) 48 44	(mg) 0.05	(mg) 0.06 0.05	ナイアシン (mg) 0.8	(mg) 0.05	(µg) 0.1 0.0	酸 (µg) 41	ン ト テ ン 酸 (mg) 0.20	(mg) 3	和脂肪酸 (g) 0.04	不飽和脂肪酸 (g) 0.02	価不飽和脂肪酸 (g) 0.04	レステロ I ル (mg) 1	溶性食物繊維 (g)	溶性食物繊維 (g) -	物 繊維総量 (g) 4.1	塩相 当量 (g) 1.3	(28品目中) 小麦・大豆 小麦・大豆 小麦・大豆 小麦・大豆・
栄養成分(権定値) 100g当たり 100g当たり やわらかオクラとひじきのおかか和え 【規格】500g/12×2 やわらかひじき煮 【規格】500g/12×2 やわらかを単ごぼう 【規格】500g/12×2 やわらか切干大根	(μg) 0.0 0.0	(mg) 0.6 0.4	(μg) 48 44	(mg) 0.05 0.02	(mg) 0.06 0.05	サイファシン (mg) 0.8 0.4 0.3	(mg) 0.05 0.02	(μg) 0.1 0.0	酸 (µg) 41 11 36	ント テン酸 (mg) 0.20 0.08	(mg) 3 1	和脂肪酸 (g) 0.04 0.04 0.34	不飽和脂肪酸 (g) 0.02 0.03	価不飽和脂肪酸 (g) 0.04 0.05	レステロリル (mg) 1 0	溶性食物繊維 (g) - 1.5 0.7	溶性食物繊維 (g) - - 2.1	物 繊維総量 (g) 4.1 4.1 3.6 3.0	塩 相 当量 (g) 1.3 1.8	(28品目中) 小麦・大豆 小麦・大豆 小麦・大豆 小麦・ブラチン
栄養成分(権定値) 100g当たり 100g当たり やわらかオクラとひじきのおかか和え 【規格】500g/12×2 やわらかひじき煮 【規格】500g/12×2 やわらかを単ごぼう 【規格】500g/12×2 やわらか切干大根	(μg) 0.0 0.0	(mg) 0.6 0.4	(μg) 48 44	(mg) 0.05 0.02	(mg) 0.06 0.05	(mg) 0.8 0.4 0.3	(mg) 0.05 0.02	(μg) 0.1 0.0	酸 (µg) 41 11 36	ント テン酸 (mg) 0.20 0.08	(mg) 3 1	和脂肪酸 (g) 0.04 0.04	不飽和脂肪酸 (g) 0.02 0.03	価不飽和脂肪酸 (g) 0.04 0.05 1.11	レステロロ I ルル (mg) 1 0 0 1	溶性食物繊維 (g) -	溶性食物繊維 (g) - - 2.1	物 繊維総 量 (g) 4.1 4.1	塩 相 当 量 (g) 1.3 1.8	(28品目中) 小麦・大豆 小麦・大豆 小麦・大豆 小麦・ブラチン
栄養成分(権定値) 100g当たり やわらかオクラとひじきのおかか和え 【規格】500g/12×2 やわらかひじき煮 【規格】500g/12×2 やわらか必卑子(ぼう) 【規格】500g/12×2 やわらか切干大根 【規格】500g/12×2 でわらか切干大根 【規格】500g/12×2	(μg) 0.0 0.0 0.0	(mg) 0.6 0.4 0.8	(µg) 48 44 6	(mg) 0.05 0.02 0.03	(mg) 0.06 0.05 0.03	ナイアアシン (mg) 0.8 0.4 0.3 0.8	(mg) 0.05 0.02 0.07	(µg) 0.1 0.0 0.0 0.0	酸 (µg) 41 11 36 30	ントテテン 酸 (mg) 0.20 0.08 0.17 0.20	(mg) 3 1 1 4	和脂肪酸 (g) 0.04 0.04 0.34	不飽和脂肪酸 (g) 0.02 0.03 1.90 0.23	価不飽和脂肪酸 (g) 0.04 0.05 1.11 0.59	レステロリルル (mg) 1 0 0 1 コレスステロリル	溶性食物繊維 (g) - 1.5 0.7	溶性食物繊維 (g) 2.1 2.3 不溶性食物繊	物繊維総量 (g) 4.1 4.1 3.6 3.0	塩相当量 (g) 1.3 1.8 1.2 食塩相当	(28品目中) 小麦・大豆 小麦・大豆 小麦・大豆・鶏肉・ ゼラチン 小麦・大豆 アレルギー物質
栄養成分(権定値) 100g当たり やわらかオクラとひじきのおかか和え 【規格】500g/12×2 やわらかひじき煮 【規格】500g/12×2 やわらか必卑子(ぼう) 【規格】500g/12×2 やわらか切干大根 【規格】500g/12×2 でわらか切干大根 【規格】500g/12×2	0.0 0.0 0.0 0.0	(mg) 0.6 0.4 0.8 0.2	(µg) 48 44 6	(mg) 0.05 0.02 0.03 0.05	(mg) 0.06 0.05 0.03 0.04	ナイアシン (mg) 0.8 0.4 0.3 0.8 ピグミン	(mg) 0.05 0.02 0.07 0.05	(µg) 0.1 0.0 0.0 0.0	酸 (µg) 41 11 36 30	ントテテン酸 (mg) 0.20 0.08 0.17 0.20	(mg) 3 1 1 4	和脂肪酸 (g) 0.04 0.04 0.34 0.16	- 不飽和脂肪酸 (g) 0.02 0.03 1.90 0.23 - 価不飽和脂肪酸	価不飽和脂肪酸 (g) 0.04 0.05 1.11 0.59	レステロールル (mg) 1 0 0 1 コレステロールル	溶性食物繊維 (g) - 1.5 0.7 水溶性食物繊維	溶性食物繊維 (g) 2.1 2.3 不溶性食物繊維	物繊維総量 4.1 4.1 3.6 3.0	塩相当量 (g) 1.3 1.8 食塩相当量	(28品目中) 小麦・大豆 小麦・大豆 小麦・丁・大豆・鶏肉・ ゼラチン 小麦・大豆 アレルギー物質
	0.0 0.0 0.0 0.0	(mg) 0.6 0.4 0.8 0.2	(µg) 48 44 6 4	(mg) 0.05 0.02 0.03 0.05	(mg) 0.06 0.05 0.03 0.04	ナイアシン (mg) 0.8 0.4 0.3 0.8 ピタミン ナイアシン ソート・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	(mg) 0.05 0.02 0.07 0.05	(дg) 0.1 0.0 0.0 0.0	酸 (µg) 41 11 36 30	ントテンン酸 (mg) 0.20 0.08 0.17 0.20 が シトテンン酸 (mg)	(mg) 3 1 1 4	和脂肪酸 (g) 0.04 0.04 0.16	- 不飽和脂肪酸 (g) 0.02 0.03 1.90 0.23 - 価不飽和脂肪酸 (g)	価不飽和脂肪酸 (g) 0.04 0.05 1.11 0.59 多価不飽和脂肪酸	レステロリルル (mg) 1 0 0 1 コレスステロリルル	溶性食物繊維 (g) 1.5 0.7 水溶性食物繊維 (g)	溶性食物繊維 (g) 2.1 2.3 不溶性食物繊維	物繊維総量 (g) 4.1 4.1 3.6 3.0	塩相当量 (g) 1.3 1.8 1.2 1.4	(28品目中) 小麦・大豆 小麦・大豆 小麦・ごま・大豆・鶏肉・ゼラチン 小麦・大豆 アレルギー物質 (28品目中)
栄養成分(権定値) 100g当たり やわらかオクラとひじきのおかか和え 【規格】500g/12 ×2 やわらかびじき煮 【規格】500g/12 ×2 やわらか毎平ごぼう 【規格】500g/12 ×2 やわらか切干大根 【規格】500g/12 ×2 でわらか切干大根 【規格】500g/12 ×2 でわらか切干大根 【規格】500g/12 ×2 でもらか切干大根 【規格】500g/12 ×2 でもらか切干大根 【規格】400g/12 ×2 「現格】400g/12 ×2 「現格】400g/12 ×2 「現格】400g/12 ×2 「現格】400g/12 ×2	0.0 0.0 0.0 0.0	(mg) 0.6 0.4 0.8 0.2	(µg) 48 44 6 4	(mg) 0.05 0.02 0.03 0.05	(mg) 0.06 0.05 0.03 0.04	ナイアシン (mg) 0.8 0.4 0.3 0.8 ゲダミン (mg) 0.0	(mg) 0.05 0.02 0.07 0.05	(дg) 0.1 0.0 0.0 0.0	酸 (µg) 41 11 36 30	ントテンン酸 (mg) 0.20 0.08 0.17 0.20 が シトテンン酸 (mg)	(mg) 3 1 4 C (mg) 0	和脂肪酸 (g) 0.04 0.04 0.34 0.16	- 不飽和脂肪酸 (g) 0.02 0.03 1.90 0.23 - 価不飽和脂肪酸 (g)	価不飽和脂肪酸 (g) 0.04 0.05 1.11 0.59 多価不飽和脂肪酸	レステロリルル (mg) 1 0 0 1 コレスステロリルル	溶性食物繊維 (g) 1.5 0.7 水溶性食物繊維 (g)	溶性食物繊維 (g) 2.1 2.3 不溶性食物繊維	物繊維総量 (g) 4.1 4.1 3.6 3.0 食物繊維総量	塩相当量 1.3 1.8 1.2 1.4	(28品目中) 小麦・大豆 小麦・大豆 小麦・ごま・大豆・鶏肉・ゼラチン 小麦・大豆 アレルギー物質 (28品目中)