

栄養成分表 1月

日付	エネルギー-KC kcal	たんぱく質 g	脂質 g	炭水化物 g	食塩相当量 g
2019年01月07日(月)	409	21.4	17.9	38.6	4.2
2019年01月08日(火)	412	27.6	18.8	31.8	3.6
2019年01月09日(水)	527	22.3	36.3	26.5	3.6
2019年01月10日(木)	540	19.9	32.2	43.5	4.1
2019年01月11日(金)	571	21.9	35.7	42.0	3.7
2019年01月15日(火)	578	19.6	33.6	47.4	4.2
2019年01月16日(水)	557	17.4	27.6	72.1	3.0
2019年01月17日(木)	583	26.6	38.5	28.5	3.2
2019年01月18日(金)	446	13.7	17.7	66.2	3.8
2019年01月21日(月)	429	23.9	26.5	23.9	3.2
2019年01月22日(火)	420	19.7	25.0	29.4	3.4
2019年01月23日(水)	424	17.6	22.2	46.8	3.0
2019年01月24日(木)	504	19.9	31.5	32.6	3.1
2019年01月25日(金)	427	22.4	24.8	27.3	3.4
2019年01月28日(月)	540	29.0	33.4	31.0	3.6
2019年01月29日(火)	432	22.6	21.6	36.1	4.2
2019年01月30日(水)	412	25.8	17.8	36.5	3.8
2019年01月31日(木)	576	27.0	33.5	38.8	3.9

- 仕入れの関係で内容が変わる場合がございます。予めご了承の上、ご注文いただけますようお願い致します。
- 掲載されている栄養素は、おかずのみです。数値は「五訂食品成分表」に基づいた当社計算数値であり目安として表示させて頂いております。
- ライスのカロリーは、約420kcalです。
- 個袋の調味料は、使用量に個人差があるため、含まれておりません。