

栄養成分表 3月

日付	エネルギーKCal kcal	たんぱく質 g	脂質 g	炭水化物 g	食塩相当量 g
2020年03月02日(月)	509	25.0	26.0	42.0	4.3
2020年03月03日(火)	417	19.0	18.6	44.4	2.7
2020年03月04日(水)	542	25.2	32.8	37.5	4.6
2020年03月05日(木)	482	22.6	28.0	32.0	3.0
2020年03月06日(金)	542	26.7	28.0	43.5	4.3
2020年03月09日(月)	451	20.0	22.9	40.4	3.7
2020年03月10日(火)	425	28.2	22.0	28.7	3.2
2020年03月11日(水)	488	18.0	27.3	43.0	4.5
2020年03月12日(木)	514	23.2	32.5	29.6	3.3
2020年03月13日(金)	607	24.9	37.6	42.2	3.9
2020年03月16日(月)	538	19.2	35.9	33.3	3.7
2020年03月17日(火)	534	23.7	30.3	39.8	3.0
2020年03月18日(水)	419	29.5	24.6	17.5	3.1
2020年03月19日(木)	414	23.5	18.2	34.6	3.1
2020年03月23日(月)	569	25.1	36.0	34.3	4.5
2020年03月24日(火)	514	18.6	31.0	38.3	3.2
2020年03月25日(水)	397	25.9	18.9	28.6	3.0
2020年03月26日(木)	417	20.1	21.8	35.0	4.3
2020年03月27日(金)	542	21.3	32.0	42.8	3.9
2020年03月30日(月)	386	16.5	18.8	38.1	3.8
2020年03月31日(火)	403	15.3	22.6	34.2	3.3

- 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。