

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
2021年03月01日(月)	635	23.2	38.8	44.9	4.3
2021年03月02日(火)	536	23.2	35.2	34.5	4.2
2021年03月03日(水)	510	21.8	25.9	49.1	3.3
2021年03月04日(木)	619	23.2	40.4	37.3	3.0
2021年03月05日(金)	488	25.0	25.2	38.5	4.3
2021年03月08日(月)	514	25.6	28.2	40.1	4.5
2021年03月09日(火)	510	24.5	33.5	24.4	3.1
2021年03月10日(水)	492	24.5	27.6	35.0	4.5
2021年03月11日(木)	593	28.9	36.7	35.2	4.6
2021年03月12日(金)	578	23.2	35.0	42.9	3.3
2021年03月15日(月)	417	16.6	21.9	37.1	3.1
2021年03月16日(火)	411	20.0	23.8	28.2	2.9
2021年03月17日(水)	531	25.4	32.8	32.0	4.2
2021年03月18日(木)	537	28.7	36.0	24.5	3.5
2021年03月19日(金)	457	21.8	25.3	34.7	3.1
2021年03月22日(月)	532	18.6	32.4	39.8	3.5
2021年03月23日(火)	611	28.2	40.6	30.2	3.7
2021年03月24日(水)	461	26.9	20.9	40.3	4.3
2021年03月25日(木)	445	16.4	28.3	31.1	4.5
2021年03月26日(金)	466	21.1	26.6	33.1	3.4
2021年03月29日(月)	465	15.8	28.1	42.9	3.9
2021年03月30日(火)	519	21.7	29.2	24.7	3.9
2021年03月31日(水)	427	27.8	24.6	26.4	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。