

栄養成分表 10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10月01日(金)	507	19.6	28.1	38.0	3.2
2021年10月04日(月)	507	24.7	33.6	24.4	3.0
2021年10月05日(火)	517	24.0	28.6	39.0	3.3
2021年10月06日(水)	505	27.8	26.2	38.6	3.4
2021年10月07日(木)	533	26.8	27.7	42.3	3.1
2021年10月08日(金)	549	19.2	28.9	50.9	3.7
2021年10月11日(月)	589	25.8	31.6	49.9	3.8
2021年10月12日(火)	443	21.4	28.5	23.7	3.8
2021年10月13日(水)	444	20.2	29.9	24.0	3.3
2021年10月14日(木)	464	23.4	27.1	29.1	3.9
2021年10月15日(金)	498	18.0	29.9	39.1	3.7
2021年10月18日(月)	546	27.2	31.8	37.6	4.2
2021年10月19日(火)	570	25.5	36.5	30.6	3.1
2021年10月20日(水)	477	31.9	20.7	31.6	4.2
2021年10月21日(木)	583	21.7	35.0	41.8	3.1
2021年10月22日(金)	496	20.4	33.4	26.4	4.0
2021年10月25日(月)	446	15.5	25.1	39.1	2.8
2021年10月26日(火)	504	23.7	30.8	29.8	3.3
2021年10月27日(水)	523	19.0	30.6	41.3	4.2
2021年10月28日(木)	581	18.3	28.7	44.0	3.4
2021年10月29日(金)	491	21.4	32.4	26.1	3.0

- 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。