

栄養成分表 11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11月01日(月)	465	20.8	26.4	30.6	3.2
2021年11月02日(火)	479	23.4	27.2	36.0	3.0
2021年11月04日(木)	554	26.8	35.1	29.8	4.0
2021年11月05日(金)	585	24.4	31.9	48.0	3.7
2021年11月08日(月)	509	27.5	29.6	28.2	2.9
2021年11月09日(火)	581	22.2	32.4	49.9	3.6
2021年11月10日(水)	510	24.1	29.1	35.8	3.2
2021年11月11日(木)	513	21.1	33.1	31.8	3.0
2021年11月12日(金)	522	22.8	27.0	45.8	3.0
2021年11月15日(月)	593	26.2	26.8	46.7	3.7
2021年11月16日(火)	500	19.7	26.1	41.3	3.7
2021年11月17日(水)	633	31.1	37.6	39.8	3.8
2021年11月18日(木)	547	19.7	30.5	47.6	4.2
2021年11月19日(金)	465	21.2	27.9	32.8	3.2
2021年11月22日(月)	438	18.9	26.3	30.9	4.1
2021年11月24日(水)	491	27.4	21.9	44.8	3.5
2021年11月25日(木)	604	26.6	35.8	43.0	3.0
2021年11月26日(金)	555	19.6	31.0	46.7	3.5
2021年11月29日(月)	593	20.4	30.6	55.3	3.7
2021年11月30日(火)	449	22.2	28.6	24.8	3.8

- 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。