

栄養成分表 1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
2022年01月05日(水)	553	26.9	31.3	34.0	3.3
2022年01月06日(木)	612	26.5	38.3	38.0	3.9
2022年01月07日(金)	538	23.9	33.5	33.3	3.6
2022年01月11日(火)	599	23.4	33.1	49.2	3.4
2022年01月12日(水)	473	22.3	26.4	35.5	3.0
2022年01月13日(木)	623	20.6	35.0	55.4	3.3
2022年01月14日(金)	535	24.0	32.3	34.5	3.8
2022年01月17日(月)	450	15.0	30.4	28.1	2.7
2022年01月18日(火)	502	23.2	29.4	35.6	4.2
2022年01月19日(水)	572	27.7	38.4	27.1	4.4
2022年01月20日(木)	588	25.8	37.9	33.5	3.5
2022年01月21日(金)	422	21.6	17.3	40.3	2.9
2022年01月24日(月)	500	25.4	32.3	24.9	4.0
2022年01月25日(火)	480	18.1	27.9	27.3	4.3
2022年01月26日(水)	536	28.3	34.7	25.3	3.8
2022年01月27日(木)	444	16.7	25.0	36.8	3.2
2022年01月28日(金)	454	17.0	28.4	30.8	2.8
2022年01月31日(月)	548	17.8	32.3	34.0	3.1

- 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。