

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
2022年03月01日(火)	593	25.7	30.1	46.6	4.3
2022年03月02日(水)	507	18.7	28.5	43.0	3.4
2022年03月03日(木)	470	24.5	26.0	30.6	2.9
2022年03月04日(金)	570	24.6	33.1	42.2	2.7
2022年03月07日(月)	445	27.8	24.2	29.4	3.6
2022年03月08日(火)	562	28.7	37.1	26.8	3.4
2022年03月09日(水)	599	24.6	35.9	42.1	3.4
2022年03月10日(木)	594	25.0	36.0	40.8	2.9
2022年03月11日(金)	580	22.0	34.7	44.9	3.6
2022年03月14日(月)	591	17.5	38.7	35.6	3.2
2022年03月15日(火)	553	25.6	32.2	38.4	3.1
2022年03月16日(水)	546	25.0	36.0	29.0	3.6
2022年03月17日(木)	460	21.0	27.7	29.8	3.6
2022年03月18日(金)	552	23.8	32.0	42.2	3.1
2022年03月22日(火)	574	25.9	32.6	42.1	3.3
2022年03月23日(水)	506	20.6	29.2	35.4	2.7
2022年03月24日(木)	583	18.8	35.7	45.8	3.5
2022年03月25日(金)	444	21.2	23.6	35.4	4.3
2022年03月28日(月)	501	15.1	25.6	49.5	4.0
2022年03月29日(火)	460	26.9	26.5	26.9	3.1
2022年03月30日(水)	463	23.1	26.8	32.1	3.2
2022年03月31日(木)	462	12.1	27.8	41.1	2.8

- 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。