

栄養成分表 8月

| 日付             | エネルギーKCal<br>kcal | たんぱく質<br>g | 脂質<br>g | 炭水化物<br>g | 食塩相当量<br>g |
|----------------|-------------------|------------|---------|-----------|------------|
| 2022年08月01日(月) | 458               | 16.4       | 27.9    | 35.4      | 3.1        |
| 2022年08月02日(火) | 551               | 24.0       | 28.6    | 47.4      | 4.0        |
| 2022年08月03日(水) | 471               | 15.6       | 29.1    | 31.2      | 2.7        |
| 2022年08月04日(木) | 525               | 19.9       | 30.2    | 42.8      | 3.2        |
| 2022年08月05日(金) | 479               | 19.8       | 31.5    | 27.3      | 3.0        |
| 2022年08月08日(月) | 498               | 16.6       | 29.3    | 41.3      | 2.7        |
| 2022年08月09日(火) | 423               | 17.2       | 20.8    | 31.6      | 3.9        |
| 2022年08月10日(水) | 606               | 24.6       | 34.5    | 48.7      | 2.7        |
| 2022年08月16日(火) | 490               | 26.0       | 31.0    | 26.1      | 3.3        |
| 2022年08月17日(水) | 521               | 22.4       | 30.8    | 37.8      | 3.2        |
| 2022年08月18日(木) | 546               | 21.4       | 33.5    | 38.8      | 2.8        |
| 2022年08月19日(金) | 441               | 17.5       | 23.9    | 40.6      | 2.8        |
| 2022年08月22日(月) | 579               | 22.4       | 33.6    | 45.2      | 3.2        |
| 2022年08月23日(火) | 424               | 20.4       | 25.0    | 28.3      | 4.1        |
| 2022年08月24日(水) | 540               | 20.9       | 34.6    | 35.0      | 3.3        |
| 2022年08月25日(木) | 486               | 20.1       | 25.3    | 42.7      | 4.2        |
| 2022年08月26日(金) | 627               | 27.7       | 38.0    | 40.7      | 3.5        |
| 2022年08月29日(月) | 420               | 24.8       | 22.0    | 28.7      | 4.0        |
| 2022年08月30日(火) | 430               | 20.9       | 24.4    | 30.6      | 3.1        |
| 2022年08月31日(水) | 579               | 22.7       | 33.0    | 46.1      | 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。