

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
2022年10月03日(月)	441	14.9	25.6	36.4	2.9
2022年10月04日(火)	548	21.4	30.9	45.0	4.2
2022年10月05日(水)	446	20.6	22.6	34.4	2.7
2022年10月06日(木)	517	20.0	25.7	50.8	3.3
2022年10月07日(金)	447	16.1	22.3	44.2	3.1
2022年10月11日(火)	541	21.3	27.0	44.0	3.7
2022年10月12日(水)	468	12.5	22.0	50.4	3.5
2022年10月13日(木)	586	26.4	38.2	29.2	3.5
2022年10月14日(金)	644	21.4	40.9	45.9	2.9
2022年10月17日(月)	453	26.0	23.9	34.8	4.2
2022年10月18日(火)	591	24.9	40.5	29.6	2.9
2022年10月19日(水)	506	21.1	30.5	38.1	3.7
2022年10月20日(木)	506	21.0	30.6	35.4	2.7
2022年10月21日(金)	579	21.2	34.4	44.0	3.1
2022年10月24日(月)	459	15.9	26.8	38.7	2.8
2022年10月25日(火)	552	25.5	32.6	36.7	3.4
2022年10月26日(水)	492	20.2	26.9	38.0	2.9
2022年10月27日(木)	513	21.6	27.9	45.0	3.3
2022年10月28日(金)	448	22.7	26.8	29.0	3.8
2022年10月31日(月)	449	22.5	27.2	28.3	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。