

栄養成分表 11月

日付	エネルギーKJ kcal	たんぱく質 g	脂質 g	炭水化物 g	食塩相当量 g
2022年11月01日(火)	452	25.5	20.9	40.5	3.4
2022年11月02日(水)	582	24.8	38.7	31.0	3.2
2022年11月04日(金)	562	25.9	29.1	42.0	3.3
2022年11月07日(月)	435	26.3	21.3	30.1	3.1
2022年11月08日(火)	487	16.5	28.8	40.3	2.9
2022年11月09日(水)	584	23.9	34.6	40.1	3.8
2022年11月10日(木)	489	19.3	30.0	34.5	3.0
2022年11月11日(金)	559	25.3	34.1	36.1	3.9
2022年11月14日(月)	448	24.7	14.4	56.0	3.7
2022年11月15日(火)	515	18.0	28.2	46.9	2.7
2022年11月16日(水)	627	28.1	40.4	35.8	3.6
2022年11月17日(木)	588	17.3	36.2	46.4	3.1
2022年11月18日(金)	461	23.0	23.3	38.9	3.4
2022年11月21日(月)	472	21.7	28.3	31.6	2.8
2022年11月22日(火)	442	21.8	21.1	39.5	2.8
2022年11月24日(木)	592	25.2	33.8	42.2	2.9
2022年11月25日(金)	491	17.1	24.5	48.3	3.2
2022年11月28日(月)	485	18.5	27.2	40.0	2.6
2022年11月29日(火)	455	24.3	27.9	26.9	4.3
2022年11月30日(水)	436	21.4	22.3	36.6	3.0

- 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。