

栄養成分表 12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12月01日(木)	529	22.1	33.2	33.5	3.1
2022年12月02日(金)	469	20.6	23.6	38.3	3.0
2022年12月05日(月)	414	23.5	19.0	39.8	2.8
2022年12月06日(火)	506	17.8	26.1	42.8	4.3
2022年12月07日(水)	484	27.9	25.6	33.5	3.3
2022年12月08日(木)	539	25.3	36.6	23.7	3.6
2022年12月09日(金)	476	20.4	25.4	40.5	3.9
2022年12月12日(月)	555	15.7	32.6	47.5	3.7
2022年12月13日(火)	522	19.5	30.6	31.3	2.9
2022年12月14日(水)	463	19.6	27.6	32.7	2.9
2022年12月15日(木)	471	18.7	26.7	38.2	2.7
2022年12月16日(金)	534	23.4	30.2	39.8	3.5
2022年12月19日(月)	661	21.0	43.0	47.3	3.1
2022年12月20日(火)	449	22.2	28.5	24.8	3.8
2022年12月21日(水)	571	15.2	32.7	53.1	3.9
2022年12月22日(木)	460	16.1	24.2	44.7	3.5
2022年12月23日(金)	449	19.2	22.1	41.5	3.4
2022年12月26日(月)	588	22.9	33.4	49.0	3.0
2022年12月27日(火)	448	14.2	24.1	42.7	4.2
2022年12月28日(水)	464	23.0	22.4	41.6	3.5

- 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。