

栄養成分表 4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 |
|----------------|-------------------|------------|---------|-----------|------------|
| 2023年04月03日(月) | 454 | 22.1 | 29.3 | 23.5 | 3.3 |
| 2023年04月04日(火) | 585 | 13.3 | 39.1 | 36.4 | 2.6 |
| 2023年04月05日(水) | 484 | 18.6 | 28.7 | 39.4 | 3.8 |
| 2023年04月06日(木) | 581 | 26.1 | 34.6 | 42.5 | 3.8 |
| 2023年04月07日(金) | 650 | 21.4 | 36.7 | 57.3 | 4.3 |
| 2023年04月10日(月) | 441 | 27.7 | 21.3 | 34.2 | 3.1 |
| 2023年04月11日(火) | 454 | 13.8 | 27.1 | 39.9 | 3.4 |
| 2023年04月12日(水) | 511 | 16.1 | 24.2 | 44.7 | 4.0 |
| 2023年04月13日(木) | 536 | 21.8 | 33.5 | 38.2 | 2.6 |
| 2023年04月14日(金) | 439 | 17.2 | 24.9 | 35.7 | 2.8 |
| 2023年04月17日(月) | 438 | 19.6 | 23.2 | 38.0 | 3.8 |
| 2023年04月18日(火) | 576 | 27.3 | 38.9 | 25.8 | 3.4 |
| 2023年04月19日(水) | 654 | 26.9 | 43.0 | 27.7 | 3.9 |
| 2023年04月20日(木) | 441 | 18.0 | 27.7 | 28.4 | 2.6 |
| 2023年04月21日(金) | 527 | 20.7 | 34.4 | 31.9 | 4.0 |
| 2023年04月24日(月) | 454 | 16.6 | 21.0 | 49.7 | 3.8 |
| 2023年04月25日(火) | 435 | 18.3 | 22.0 | 41.9 | 3.6 |
| 2023年04月26日(水) | 555 | 21.4 | 30.1 | 48.8 | 3.5 |
| 2023年04月27日(木) | 483 | 23.7 | 34.0 | 18.7 | 3.7 |
| 2023年04月28日(金) | 492 | 19.0 | 31.3 | 32.5 | 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。