

栄養成分表 1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
2024年01月05日(金)	420	27.5	18.3	36.8	3.0
2024年01月09日(火)	600	24.8	27.7	57.7	3.6
2024年01月10日(水)	428	27.9	18.8	36.0	3.3
2024年01月11日(木)	624	19.7	36.7	51.1	3.8
2024年01月12日(金)	447	20.6	24.1	36.3	3.0
2024年01月15日(月)	461	18.9	27.0	33.5	4.2
2024年01月16日(火)	456	23.0	26.9	29.7	4.0
2024年01月17日(水)	601	24.0	36.2	41.1	2.7
2024年01月18日(木)	511	23.6	31.9	30.9	3.2
2024年01月19日(金)	480	19.2	26.1	39.3	3.3
2024年01月22日(月)	535	21.2	35.0	33.0	3.9
2024年01月23日(火)	429	21.8	21.3	34.5	3.3
2024年01月24日(水)	422	22.7	22.7	29.7	3.9
2024年01月25日(木)	440	16.6	26.1	34.6	3.0
2024年01月26日(金)	454	16.6	20.3	51.2	3.3
2024年01月29日(月)	588	22.9	36.8	38.5	2.8
2024年01月30日(火)	493	23.4	27.7	38.4	3.3
2024年01月31日(水)	437	21.6	22.7	31.6	3.4

- 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380kcal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。