

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
2024年10月01日(火)	510	20.5	31.4	29.7	3.2
2024年10月02日(水)	443	21.8	24.2	31.7	3.0
2024年10月03日(木)	485	18.4	24.6	46.5	3.2
2024年10月04日(金)	609	23.4	35.8	45.1	3.4
2024年10月07日(月)	459	21.8	28.8	25.5	3.0
2024年10月08日(火)	489	20.5	21.7	48.1	3.8
2024年10月09日(水)	423	18.8	21.1	40.7	2.9
2024年10月10日(木)	470	15.0	24.9	45.5	3.2
2024年10月11日(金)	582	16.5	36.7	44.5	3.6
2024年10月15日(火)	422	19.6	19.9	41.7	3.8
2024年10月16日(水)	484	22.9	26.8	40.1	3.7
2024年10月17日(木)	506	21.1	30.8	36.5	2.7
2024年10月18日(金)	421	21.6	21.4	34.5	4.2
2024年10月21日(月)	417	17.3	21.1	38.3	3.6
2024年10月22日(火)	559	23.4	37.1	31.2	3.7
2024年10月23日(水)	566	20.1	35.8	38.8	2.6
2024年10月24日(木)	442	20.0	21.6	39.7	3.2
2024年10月25日(金)	441	23.2	26.5	27.7	3.7
2024年10月28日(月)	482	21.5	27.4	37.1	3.2
2024年10月29日(火)	501	16.9	27.7	46.1	3.0
2024年10月30日(水)	457	16.2	25.8	40.3	3.1
2024年10月31日(木)	564	18.3	33.8	43.2	3.3

- 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。