

糖質制限 おせち 2024 二段重〈33品〉栄養成分表示

全量あたりの糖質量 68.11g

※エリスリトールを除く ※成分値は5訂食品標準成分表から算出しております。

一の重
〈14品〉



糖質 35.24g

※エリスリトールを除く

二の重
〈19品〉



糖質 32.87g
※エリスリトールを除く

品目	重量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	糖質	食物繊維	ナトリウム	食塩相当量
1 牛肉笹包み	11g	19.69kcal	2.26g	0.36g	1.84g	1.84g	0.00g	84.92g	0.22g
2 蟹風味新丈	32g	24.64kcal	3.33g	0.03g	2.75g	0.00g	0.00g	252.80g	0.64g
3 赤魚西京焼	31g	35.34kcal	5.12g	1.02g	1.02g	1.02g	0.00g	52.70g	0.12g
4 伊達巻	38g	83.22kcal	4.18g	2.36g	11.36g	11.36g	0.00g	167.20g	0.42g
5 田作り煮	6g	18.36kcal	1.92g	0.16g	2.26g	2.26g	0.00g	70.50g	0.08g
6 黒豆煮	45g	76.50kcal	6.35g	3.42g	5.40g	2.34g	3.06g	25.20g	0.41g
7 海老旨煮	47g	46.06kcal	7.85g	0.14g	2.82g	2.82g	0.00g	162.62g	0.42g
8 大豆きんとん	50g	84.50kcal	3.55g	4.80g	7.15g	5.75g	1.40g	61.50g	0.15g
9 紅白なます	30g	18.30kcal	0.09g	0.03g	4.56g	4.29g	0.27g	70.86g	0.18g
10 しょうが砧巻	13g	2.47kcal	0.05g	0.03g	0.57g	0.47g	0.10g	46.06g	0.12g
11 数の子	13g	15.60kcal	2.35g	0.22g	1.05g	1.05g	0.00g	75.40g	0.20g
12 焼帆立	18g	16.74kcal	2.88g	0.31g	0.88g	0.88g	0.00g	46.06g	0.16g
13 サーモン錦糸巻	10g	19.30kcal	1.62g	1.15g	0.44g	0.44g	0.00g	0.09g	0.09g
14 くらげ酢の物中華風	15g	18.15kcal	0.87g	0.60g	2.31g	2.31g	0.00g	206.70g	0.53g

品目	重量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	糖質	食物繊維	ナトリウム	食塩相当量
15 穂付冬筍旨煮	18g	6.12kcal	0.50g	0.02g	1.01g	0.72g	0.29g	64.26g	0.25g
16 きぬさや	2g	0.72kcal	0.06g	0.00g	0.15g	0.09g	0.06g	0.02g	0.00g
17 冬菇椎茸	17g	7.99kcal	0.39g	0.05g	2.57g	2.14g	0.43g	46.41g	0.12g
18 笹垣信田巻	27g	5.40kcal	2.08g	4.32g	1.97g	1.97g	0.00g	86.67g	0.22g
19 金時人参	3g	1.35kcal	0.06g	0.01g	0.29g	0.18g	0.11g	0.27g	0.00g
20 鶏と根菜の煮物	20g	13.60kcal	0.58g	0.24g	2.52g	2.20g	0.32g	82.20g	0.20g
21 若鶏三色巻	37g	92.50kcal	4.00g	7.59g	1.11g	0.93g	0.19g	139.86g	0.37g
22 焼湯葉巻き	25g	42.25kcal	3.83g	2.38g	1.18g	1.03g	0.15g	59.25g	0.15g
23 合鴨スマーケ	26g	56.94kcal	4.16g	4.42g	0.13g	0.13g	0.00g	195.00g	0.49g
24 スマーケサーモントラウト	20g	38.20kcal	3.98g	2.10g	0.40g	0.40g	0.00g	93.40g	0.24g
25 キャロットラペ	20g	24.20kcal	0.12g	1.48g	2.66g	2.26g	0.40g	99.60g	0.26g
26 海老とブロッコリーのテリーヌ	22g	46.86kcal	2.00g	3.76g	1.14g	1.06g	0.09g	121.22g	0.31g
27 サーモンキャロットテリーヌ	21g	44.10kcal	1.81g	3.36g	1.53g	1.45g	0.08g	107.52g	0.27g
28 キノコとブロッコリーのバジルマリネ	15g	31.80kcal	0.59g	2.94g	1.13g	1.05g	0.08g	149.85g	0.38g
29 豚角煮	33g	118.47kcal	4.32g	10.23g	2.34g	2.34g	0.00g	129.92g	0.33g
30 杏煮	10g	15.30kcal	0.18g	0.01g	3.98g	3.98g	0.00g	0.30g	0.00g
31 チキンバジル風味	30g	71.10kcal	4.35g	5.64g	0.30g	0.30g	0.00g	106.29g	0.27g
32 糸昆布甘酢炊き	20g	32.80kcal	0.94g	0.20g	11.46g	7.12g	4.34g	440.94g	1.12g
33 ローストビーフ	88g	110.88kcal	9.68g	6.42g	3.52g	3.52g	0.00g	190.96g	0.53g