

# 低糖質 おせち 2025 二段重〈27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 〈11品〉



糖質 35.24g

※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 黒豆煮	35g	29.75kcal	2.42g	1.30g	4.83g	3.43g	1.40g	79.45g	0.51g
② 赤魚焼き漬	55g	45.65kcal	7.87g	1.54g	0.33g	0.33g	0.00g	161.70g	0.39g
③ 伊達巻	35g	76.65kcal	3.85g	2.17g	10.47g	10.47g	0.00g	154.00g	0.39g
④ 焼帆立	34g	31.62kcal	5.06g	0.58g	1.67g	1.67g	0.00g	122.74g	0.31g
⑤ 海老旨煮	48g	43.20kcal	6.62g	0.10g	7.40g	7.40g	0.00g	346.00g	0.90g
⑥ 大豆きんとん	45g	76.05kcal	3.20g	4.32g	6.44g	5.18g	1.26g	55.35g	0.14g
⑦ 紅白なます	20g	12.20kcal	0.06g	0.02g	3.04g	2.86g	0.18g	47.24g	0.12g
⑧ 紅白日の出巻き	18g	10.44kcal	0.67g	0.13g	1.58g	1.58g	0.00g	58.95g	0.14g
⑨ 若鶏三色巻	35g	87.50kcal	3.78g	7.18g	1.05g	0.88g	0.18g	132.30g	0.35g
⑩ 数の子	13g	10.40kcal	1.66g	0.16g	0.60g	0.60g	0.00g	119.60g	0.30g
⑪ 合鴨スモーク	15g	32.85kcal	2.40g	2.55g	0.08g	0.08g	0.00g	112.50g	0.29g

## 二の重 〈16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
⑫ 笹垣信田巻	27g	5.40kcal	2.08g	4.32g	1.97g	1.97g	0.00g	86.67g	0.22g
⑬ 冬菇椎茸	32g	15.04kcal	0.74g	0.10g	4.83g	4.03g	0.80g	87.36g	0.22g
⑭ きぬさや	3g	1.08kcal	0.09g	0.01g	0.23g	0.14g	0.09g	0.03g	0.00g
⑮ 金時人参	3g	1.35kcal	0.06g	0.01g	0.29g	0.18g	0.11g	0.27g	0.00g
⑯ 糖付旨煮	10g	3.40kcal	0.28g	0.01g	0.56g	0.40g	0.16g	35.70g	0.14g
⑰ 焼き湯葉巻	24g	40.56kcal	3.67g	2.28g	1.13g	0.98g	0.14g	56.88g	0.14g
⑱ 鶏と根菜の煮物	20g	13.60kcal	0.58g	0.24g	2.52g	2.20g	0.32g	82.20g	0.20g
⑲ チキンのバジル風味	25g	59.25kcal	3.63g	4.70g	0.25g	0.25g	0.00g	88.58g	0.23g
⑳ キャロットラペ	20g	24.20kcal	0.12g	1.48g	2.66g	2.26g	0.40g	99.60g	0.26g
㉑ スモークサーモントラウト	17g	32.47kcal	3.38g	1.79g	0.34g	0.34g	0.00g	79.39g	0.20g
㉒ 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
㉓ 豚角煮	38g	136.42kcal	4.98g	11.78g	2.70g	2.70g	0.00g	149.61g	0.38g
㉔ ローストビーフ	89g	127.27kcal	19.67g	4.36g	0.71g	0.71g	0.00g	213.60g	0.53g
㉕ 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
㉖ 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
㉗ 蟹風味新丈	14g	54.04kcal	7.28g	0.08g	6.02g	6.02g	0.00g	548.80g	1.40g