



## 【1人前セット】の栄養成分とアレルギー(改定版)

1週目と2週目の栄養成分表(ムース食とソースのみ計算)

2018年2月改定

栄養成分 1パック当り (五訂増補に基づく自社計算値)	エネルギー (kcal)	一般成分					無機質								ビタミン						食物繊維総量 (g)	食塩相当量 (g)	アレルギー		
		水分 (g)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	灰分 (g)	ナトリウム (mg)	カリウム (mg)	カルシウム (mg)	マグネシウム (mg)	リン (mg)	鉄 (mg)	亜鉛 (mg)	銅 (mg)	ビタミンA (μg)		ビタミンD (μg)	ビタミンK (μg)	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)				ビタミンC (mg)	
															レチノール (μg)	レチノール当量 (μg)									
品名	(kcal)	(g)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(μg)	(μg)	(μg)	(μg)	(mg)	(mg)	(mg)	(g)	(g)		
1週目	-1	662	213.0	13.0	45.4	48.7	3.0	1,768	282	25	22	142	0.6	0.5	0.11	5	72	2.7	92	0.07	0.17	5	1.2	4.2	卵・小麦・乳成分・大豆・豚肉・鶏肉・えび・さけ・りんご・ごま
	-2	675	219.7	12.8	51.6	39.2	3.6	1,854	300	22	19	120	0.5	0.5	0.06	14	72	1.4	76	0.10	0.24	2	1.0	4.6	卵・小麦・乳成分・大豆・牛肉・豚肉・鶏肉・りんご
	-3	663	218.1	12.2	48.3	43.3	3.4	1,807	256	47	28	126	0.7	0.6	0.07	3	78	1.4	88	0.05	0.16	4	1.1	4.4	卵・小麦・乳成分・大豆・牛肉・豚肉・鶏肉・ごま・ゼラチン
	-4	620	226.1	13.2	44.5	38.9	2.6	1,623	244	16	23	125	0.7	0.7	0.05	50	64	1.1	83	0.05	0.18	19	0.8	4.0	卵・小麦・乳成分・大豆・鶏肉・牛肉・りんご・ごま・さば
	-5	680	215.1	12.3	48.1	47.5	3.6	2,075	232	14	22	135	0.7	0.8	0.09	3	5	0.2	70	0.09	0.15	4	0.8	5.0	卵・小麦・乳成分・大豆・豚肉・いか・ごま
	-6	698	210.8	13.6	49.6	47.9	2.8	1,775	286	39	20	136	0.7	0.7	0.07	128	130	1.9	74	0.15	0.25	3	1.4	4.7	卵・小麦・乳成分・大豆・牛肉・豚肉・鶏肉・ごま・りんご
	-7	752	207.0	14.0	55.2	47.1	2.8	1,824	314	19	23	133	0.4	0.6	0.05	8	72	1.2	110	0.12	0.20	9	1.1	4.7	卵・小麦・乳成分・大豆・鶏肉・ごま
平均	679	215.7	13.0	49.0	44.7	3.1	1,818	274	26	22	131	0.6	0.6	0.07	30	71	1.4	85	0.09	0.19	6	1.0	4.5		
2週目	-1	640	222.7	12.0	46.6	42.4	3.0	1,759	258	27	20	129	0.9	0.7	0.06	3	33	2.5	84	0.09	0.18	17	0.9	4.2	卵・小麦・乳成分・大豆・豚肉・鶏肉・さけ・りんご・ゼラチン
	-2	714	207.4	12.9	52.0	47.6	3.7	1,964	306	25	18	118	0.6	0.4	0.05	14	25	0.9	89	0.07	0.23	7	0.9	4.9	卵・小麦・乳成分・大豆・豚肉・鶏肉・りんご・ごま
	-3	668	217.2	14.0	47.8	44.4	3.3	1,702	276	38	28	156	4.9	1.1	0.10	5	67	1.2	91	0.07	0.16	8	1.1	4.2	卵・小麦・乳成分・大豆・牛肉・豚肉・鶏肉・りんご
	-4	658	219.6	13.0	48.3	40.7	3.4	1,933	285	33	26	133	0.9	0.6	0.06	6	30	1.9	90	0.07	0.19	5	0.9	4.9	卵・小麦・乳成分・大豆・牛肉・豚肉・鶏肉・さば・ゼラチン
	-5	708	214.4	12.9	52.4	43.6	3.7	1,923	282	39	21	131	0.6	0.7	0.06	12	38	1.1	89	0.15	0.21	5	0.7	4.9	卵・小麦・乳成分・大豆・牛肉・豚肉・鶏肉・ごま・りんご
	-6	700	214.3	12.8	50.4	46.7	3.0	1,674	263	24	19	131	0.4	0.4	0.04	49	79	0.4	96	0.06	0.15	8	1.5	4.2	卵・小麦・乳成分・大豆・牛肉・豚肉・鶏肉・ごま
	-7	688	211.9	12.8	48.6	48.7	3.2	1,945	285	14	18	130	0.7	0.6	0.08	2	7	0.7	75	0.15	0.16	3	1.2	4.8	卵・小麦・乳成分・大豆・豚肉・鶏肉・大豆
平均	682	215.4	12.9	49.4	44.9	3.3	1,843	279	29	21	133	1.3	0.6	0.06	13	40	1.3	88	0.09	0.18	8	1.0	4.6		



## 【1人前セット】の栄養成分とアレルゲン(改定版)

3週目と4週目の栄養成分表(ムース食とソースのみ計算)

2018年2月改定

栄養成分	エネルギー	一般成分					無機質								ビタミン						食物繊維総量	食塩相当量	アレルゲン		
		水分	たんぱく質	脂質	炭水化物	灰分	ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛	銅	ビタミンA		ビタミンD	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2				ビタミンC	
															レチノール	レチノール当量									
品名	(kcal)	(g)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(μg)	(μg)	(μg)	(μg)	(mg)	(mg)	(mg)	(g)	(g)		
3週目	-1	589	229.6	13.0	41.9	37.8	2.6	1,687	288	25	30	140	0.3	0.7	0.13	47	112	2.7	97	0.06	0.18	7	1.1	4.0	卵・小麦・乳成分・えび・大豆・鶏肉・さけ・さば・ごま
	-2	719	207.4	12.4	51.1	50.5	3.3	1,885	275	30	24	119	0.7	0.6	0.07	121	209	2.2	73	0.11	0.21	18	0.9	4.8	卵・小麦・乳成分・大豆・牛肉・ごま
	-3	653	220.9	11.8	47.9	42.3	3.6	1,956	238	40	20	108	0.8	0.5	0.08	11	95	0.3	100	0.05	0.20	9	1.0	4.9	卵・小麦・乳成分・大豆・牛肉・鶏肉・豚肉・いか・ごま・りんご・セラチン
	-4	697	214.0	13.0	52.2	43.4	3.2	1,793	308	14	20	132	0.4	0.7	0.05	4	15	2.6	75	0.10	0.22	16	0.6	4.4	卵・小麦・乳成分・大豆・鶏肉・豚肉・りんご
	-5	706	209.8	13.5	48.7	51.8	3.7	1,946	293	22	24	149	0.5	0.6	0.14	2	28	0.4	75	0.11	0.12	5	1.5	4.9	卵・えび・小麦・乳成分・大豆・豚肉・ごま
	-6	641	224.6	14.3	47.3	36.9	3.1	1,767	243	35	24	155	4.9	1.2	0.09	5	53	1.4	96	0.07	0.18	17	1.1	4.3	卵・小麦・乳成分・大豆・牛肉・りんご・ごま・さば
	-7	745	207.4	12.7	54.1	49.6	2.8	1,751	243	13	18	132	0.6	0.6	0.06	6	13	1.2	87	0.06	0.16	2	0.9	4.5	卵・小麦・乳成分・大豆・鶏肉・さば・ごま
平均	679	216.2	12.9	49.0	44.6	3.2	1,826	270	25	23	134	1.2	0.7	0.09	28	75	1.5	86	0.08	0.18	11	1.0	4.5		
4週目	-1	670	219.7	12.2	49.5	42.7	2.8	1,674	326	32	29	124	0.7	0.8	0.10	53	99	0.7	106	0.07	0.22	7	1.3	4.1	卵・小麦・乳成分・鶏肉・大豆・ごま
	-2	659	214.4	15.8	46.0	43.4	3.1	1,819	308	34	20	158	0.8	0.6	0.10	121	180	2.6	80	0.14	0.25	8	1.6	4.5	卵・小麦・乳成分・大豆・牛肉・豚肉・鶏肉・さば・りんご・ごま
	-3	706	214.5	12.9	52.9	42.6	3.7	1,904	238	35	23	129	4.6	0.9	0.10	13	22	0.6	78	0.09	0.21	2	0.5	4.8	卵・小麦・乳成分・大豆・牛肉・豚肉・鶏肉・りんご
	-4	671	218.5	12.1	49.8	41.9	2.6	1,632	222	25	27	132	0.5	0.6	0.10	3	6	2.4	83	0.07	0.14	3	1.0	4.0	卵・小麦・乳成分・大豆・鶏肉・豚肉・いか・さけ・ごま・りんご
	-5	678	218.9	11.1	50.8	42.7	3.3	1,775	271	39	20	102	0.6	0.6	0.10	3	94	1.5	117	0.03	0.18	20	1.4	4.4	卵・小麦・乳成分・大豆・牛肉・鶏肉・いか・りんご・ごま
	-6	746	207.0	14.2	55.4	45.1	3.1	1,861	321	25	21	132	0.6	0.7	0.10	7	61	1.4	80	0.15	0.19	5	1.2	4.7	卵・小麦・乳成分・大豆・牛肉・豚肉・鶏肉・さば・ごま・セラチン
	-7	713	212.3	12.5	52.8	46.1	3.4	1,858	243	36	18	117	0.8	0.4	0.10	5	38	0.8	104	0.09	0.17	20	1.3	4.7	卵・小麦・乳成分・大豆・牛肉・豚肉・鶏肉・ごま・りんご
平均	692	215.0	13.0	51.0	43.5	3.1	1,789	276	32	23	128	1.2	0.7	0.10	29	71	1.4	93	0.09	0.19	9	1.2	4.5		
総平均	683	215.6	13.0	49.6	44.4	3.2	1,819	274	28	22	131	1.1	0.7	0.08	25	64	1.4	88	0.09	0.19	8	1.1	4.5		