



【ムーミーくんの おかずセット】商品内容 & 栄養成分

2019年6月現在

日本ケアミール(株)

分類	商品コード	商品名	メニュー内容			栄養成分(五訂増補に基づく自社計算)					アレルギー物質	
			メイン料理 65~75g		小鉢料理① 20~25g	小鉢料理② 15~20g	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物		
			メニュー	味付け			(kcal)	(g)	(g)	(g)		
肉類	50010		肉じゃが	肉じゃが	煮物ダレ	サラダ(トマト、ブロッコリー)	玉子焼き	247	5.3	18.1	14.0	1.5 卵・小麦・乳成分・大豆・牛肉・りんご
	50020		豚角煮	豚角煮	角煮ダレ	大根キムチ	うずら豆	245	5.0	15.7	18.8	1.3 卵・小麦・乳成分・エビ・大豆・豚肉・りんご・魚介類
	50030		ハンバーグ デミソース	ハンバーグ(デミソース)	デミグラスソース	煮物(ゴボウ、里芋)	ポテトサラダ	242	4.0	17.3	15.8	1.1 卵・小麦・乳成分・大豆・鶏肉・豚肉・牛肉・りんご・ごま
	50040		鶏の炭火焼き	鶏の炭火焼き	焼き鳥ダレ	煮浸し(ゴボウ、ほうれん草)	カレイの子煮	244	5.6	16.9	15.5	1.8 卵・小麦・乳成分・大豆・鶏肉・牛肉
	50050		豚肉中華炒め	豚肉のオイスター ソース炒め	オイスター ソース	サラダ(トマト・コーン)	カボチャの煮物	265	5.2	19.5	15.6	2.2 卵・小麦・乳成分・大豆・豚肉
	50140		筑前煮	筑前煮	煮物ダレ	ギョウザ	うぐいす豆	227	4.8	15.8	14.2	1.2 卵・小麦・乳成分・大豆・鶏肉・豚肉・ごま
	50150		ビーフカレー	ビーフカレー	カレーソース	さば南蛮漬け	ポテトサラダ	242	5.3	17.4	14.9	1.2 卵・小麦・乳成分・大豆・牛肉・さば
魚類	50060		鮭の照り焼き	鮭の照り焼き	照り焼きダレ	紅白なます(大根、人参)	玉子焼き	224	5.0	15.5	15.3	1.6 卵・小麦・乳成分・大豆・さけ・牛肉・りんご
	50070		カレイのムニエル	カレイのムニエル	ホワイトソース	ホウレン草ゴマ和え	豆腐	240	6.2	18.5	10.8	0.9 卵・小麦・乳成分・ごま・大豆・鶏肉
	50080		鯛の塩焼き	鯛の塩焼き	塩ダレ	ギョウザ	煮物(かぼちゃ・椎茸)	250	4.5	19.6	12.0	1.6 卵・小麦・乳成分・大豆・豚肉・ごま
	50090		海老旨煮	海老旨煮	旨煮ダレ	ナムル(大根、人参)	シュウマイ	248	4.6	18.7	14.4	1.5 卵・小麦・乳成分・エビ・大豆・鶏肉・豚肉・ごま・ゼラチン
	50100		イカのチリ炒め	イカのチリ炒め	チリソース	ごま豆腐	玉子焼き、小松菜	233	4.9	17.4	13.8	2.0 卵・小麦・乳成分・大豆・ごま・イカ・りんご
	50120		うなぎの蒲焼き	うなぎの蒲焼き	うなぎのタレ	紅白なます(大根、人参)	さつま芋	243	5.3	15.0	21.0	1.5 卵・小麦・乳成分・大豆
	50130		ぶり大根	ぶり大根	煮魚ダレ	サラダ(ブロッコリー、アスパラ)	ごま豆腐	264	4.4	20.9	13.5	1.2 卵・小麦・乳成分・大豆・ごま
						(平均)	244	5.0	17.6	15.0	1.5	