

栄養成分表 6月

| 日付             | エネルギーKCal<br>kcal | たんぱく質<br>g | 脂質<br>g | 炭水化物<br>g | 食塩相当量<br>g |
|----------------|-------------------|------------|---------|-----------|------------|
| 2024年06月03日(月) | 515               | 15.0       | 33.9    | 37.2      | 3.7        |
| 2024年06月04日(火) | 481               | 21.8       | 31.8    | 23.5      | 3.5        |
| 2024年06月05日(水) | 461               | 18.0       | 28.0    | 32.4      | 2.6        |
| 2024年06月06日(木) | 530               | 20.6       | 26.0    | 51.0      | 3.5        |
| 2024年06月07日(金) | 505               | 16.9       | 25.6    | 48.6      | 3.4        |
| 2024年06月10日(月) | 562               | 23.7       | 34.9    | 34.4      | 3.5        |
| 2024年06月11日(火) | 459               | 22.5       | 24.8    | 33.5      | 3.6        |
| 2024年06月12日(水) | 435               | 20.6       | 24.1    | 35.6      | 3.7        |
| 2024年06月13日(木) | 449               | 14.3       | 27.7    | 35.0      | 3.0        |
| 2024年06月14日(金) | 540               | 22.1       | 33.2    | 34.0      | 4.4        |
| 2024年06月17日(月) | 467               | 20.3       | 27.9    | 32.5      | 2.9        |
| 2024年06月18日(火) | 563               | 21.0       | 30.5    | 48.6      | 3.3        |
| 2024年06月19日(水) | 443               | 19.5       | 24.1    | 37.3      | 3.3        |
| 2024年06月20日(木) | 542               | 18.6       | 27.6    | 44.2      | 3.8        |
| 2024年06月21日(金) | 495               | 19.5       | 32.6    | 30.2      | 3.9        |
| 2024年06月24日(月) | 583               | 22.5       | 31.3    | 51.6      | 2.6        |
| 2024年06月25日(火) | 444               | 26.4       | 21.0    | 38.2      | 3.7        |
| 2024年06月26日(水) | 442               | 22.7       | 26.3    | 27.5      | 4.1        |
| 2024年06月27日(木) | 454               | 19.9       | 18.9    | 50.8      | 4.1        |
| 2024年06月28日(金) | 609               | 29.1       | 41.1    | 29.7      | 3.6        |

- 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。