

栄養成分一覧表

| 商 品 名         |                      | 栄 養 価           |            |              |            |             |            |               |              | 原 材 料                                                                                                                   |
|---------------|----------------------|-----------------|------------|--------------|------------|-------------|------------|---------------|--------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|               |                      | エネルギー<br>(kcal) | 水 分<br>(g) | たんぱく質<br>(g) | 脂 質<br>(g) | 炭水化物<br>(g) | 灰 分<br>(g) | ナトリウム<br>(mg) | 食塩<br>相当量(g) |                                                                                                                         |
| 鯖の味噌煮         | 60g<br>(1カップ)<br>あたり | 119             | 37.3       | 6.3          | 6.2        | 9.5         | 0.7        | 162           | 0.4          | 鯖、大豆加工品、味噌、砂糖、醤油、生姜、昆布エキス、調味料(アミノ酸等)、ゲル化剤(デキストリン、増粘多糖類)、(原材料の一部に小麦、大豆、鯖を含む)                                             |
|               | 100g<br>あたり          | 198             | 62.1       | 10.5         | 10.3       | 15.9        | 1.2        | 270           | 0.7          |                                                                                                                         |
| 鮭の塩焼き         | 60g<br>(1カップ)<br>あたり | 76              | 45.0       | 8.5          | 4.0        | 1.7         | 0.9        | 216           | 0.5          | 鮭、大豆加工品、植物油、醤油、食塩、調味料(アミノ酸等)、ゲル化剤(デキストリン、増粘多糖類)、(原材料の一部に小麦、大豆、鮭を含む)                                                     |
|               | 100g<br>あたり          | 127             | 75.0       | 14.1         | 6.6        | 2.8         | 1.5        | 360           | 0.9          |                                                                                                                         |
| 赤魚の<br>西京焼き   | 60g<br>(1カップ)<br>あたり | 99              | 42.2       | 7.1          | 6.3        | 3.5         | 0.8        | 144           | 0.4          | 赤魚、大豆加工品、味噌、砂糖、植物油、味醂、鰹エキス、調味料(アミノ酸等)、ゲル化剤(デキストリン、増粘多糖類)、(原材料の一部に小麦、大豆を含む)                                              |
|               | 100g<br>あたり          | 165             | 70.4       | 11.8         | 10.5       | 5.9         | 1.4        | 240           | 0.6          |                                                                                                                         |
| 豚肉の<br>生姜焼き   | 60g<br>(1カップ)<br>あたり | 128             | 38.6       | 7.8          | 9.2        | 3.7         | 0.8        | 192           | 0.5          | 豚肉、大豆加工品、醤油、砂糖、植物油、生姜、調味料(アミノ酸等)、ゲル化剤(デキストリン、増粘多糖類)、(原材料の一部に小麦、大豆、豚肉を含む)                                                |
|               | 100g<br>あたり          | 214             | 64.3       | 13.0         | 15.3       | 6.1         | 1.3        | 320           | 0.8          |                                                                                                                         |
| 焼き肉           | 60g<br>(1カップ)<br>あたり | 139             | 37.4       | 7.8          | 10.4       | 3.7         | 0.8        | 234           | 0.6          | 豚肉、大豆加工品、植物油、果実類(りんご、桃、梅)、醤油、砂糖、にんにく、玉ねぎ、蜂蜜、りんご酢、ごま、ごま油、香辛料、食塩、調味料(アミノ酸等)、ゲル化剤(デキストリン、増粘多糖類)、(原材料の一部に小麦、大豆、豚肉、りんご、桃を含む) |
|               | 100g<br>あたり          | 232             | 62.3       | 13.0         | 17.3       | 6.1         | 1.3        | 390           | 1.0          |                                                                                                                         |
| 鶏の照り焼き        | 60g<br>(1カップ)<br>あたり | 84              | 43.9       | 7.6          | 4.5        | 3.2         | 0.8        | 174           | 0.4          | 鶏肉、大豆加工品、醤油、砂糖、植物油、生姜、調味料(アミノ酸等)、りんご酢、ゲル化剤(デキストリン、増粘多糖類)、(原材料の一部に小麦、大豆、鶏肉、りんごを含む)                                       |
|               | 100g<br>あたり          | 140             | 73.1       | 12.6         | 7.5        | 5.4         | 1.4        | 290           | 0.7          |                                                                                                                         |
| 磯風味<br>しんじょ   | 60g<br>(1カップ)<br>あたり | 75              | 44.5       | 4.6          | 3.5        | 6.4         | 1.1        | 294           | 0.7          | いとよりだいすり身、大豆加工品、枝豆、植物油、味噌、砂糖、食塩、鰹エキス、青のり、調味料(アミノ酸等)、ゲル化剤(デキストリン、増粘多糖類)、クエン酸Na、リン酸塩(原材料の一部に小麦、大豆を含む)                     |
|               | 100g<br>あたり          | 125             | 74.1       | 7.6          | 5.8        | 10.6        | 1.9        | 490           | 1.2          |                                                                                                                         |
| 白身魚の<br>テリーヌ  | 60g<br>(1カップ)<br>あたり | 80              | 44.9       | 4.0          | 4.9        | 4.9         | 1.3        | 348           | 0.9          | いとよりだいすり身、まぐろ、鶏卵、牛乳、生クリーム、植物油、砂糖、パセリ、調味料(アミノ酸類)、ゲル化剤(デキストリン、増粘多糖類)、クエン酸Na、リン酸塩(原材料の一部に卵、乳を含む)                           |
|               | 100g<br>あたり          | 133             | 74.8       | 6.7          | 8.1        | 8.2         | 2.2        | 580           | 1.5          |                                                                                                                         |
| いかと厚揚げ<br>の煮物 | 60g<br>(1カップ)<br>あたり | 84              | 43.6       | 5.1          | 4.4        | 5.9         | 1.0        | 216           | 0.5          | 大豆、大豆加工品、いか、醤油、砂糖、植物油、食塩、生姜、鰹エキス、調味料(アミノ酸等)、塩化マグネシウム、ゲル化剤(デキストリン、増粘多糖類)、(原材料の一部に小麦、大豆、いかを含む)                            |
|               | 100g<br>あたり          | 140             | 72.6       | 8.5          | 7.4        | 9.9         | 1.6        | 360           | 0.9          |                                                                                                                         |
| 出し巻き玉子        | 60g<br>(1カップ)<br>あたり | 80              | 45.5       | 4.1          | 5.2        | 4.3         | 0.8        | 210           | 0.5          | 鶏卵、大豆加工品、醤油、砂糖、鰹エキス、調味料(アミノ酸等)、食塩、ゲル化剤(デキストリン、増粘多糖類)、(原材料の一部に卵、小麦、大豆を含む)                                                |
|               | 100g<br>あたり          | 134             | 75.9       | 6.9          | 8.6        | 7.2         | 1.4        | 350           | 0.9          |                                                                                                                         |
| 黒ごまどうふ        | 60g<br>(1カップ)<br>あたり | 60              | 49.6       | 3.5          | 4.1        | 2.4         | 0.5        | 6.6           | 0.0          | 大豆加工品、白ごま、黒ごま、ゲル化剤(デキストリン、増粘多糖類)、(原材料の一部に大豆を含む)                                                                         |
|               | 100g<br>あたり          | 100             | 82.6       | 5.8          | 6.8        | 4.0         | 0.8        | 11            | 0.0          |                                                                                                                         |
| えんどうの<br>玉子とじ | 60g<br>(1カップ)<br>あたり | 68              | 48.0       | 3.1          | 4.5        | 3.7         | 0.7        | 186           | 0.5          | スナップエンドウ、鶏卵、大豆加工品、牛乳、植物油、醤油、砂糖、食塩、鰹エキス、調味料(アミノ酸等)、ゲル化剤(デキストリン、増粘多糖類)、(原材料の一部に卵、乳、小麦、大豆を含む)                              |
|               | 100g<br>あたり          | 113             | 80.0       | 5.1          | 7.5        | 6.2         | 1.2        | 310           | 0.8          |                                                                                                                         |
| 菜花の<br>ごま和え   | 60g<br>(1カップ)<br>あたり | 84              | 44.5       | 1.9          | 5.2        | 7.5         | 0.9        | 174           | 0.4          | 菜花、大豆加工品、ごま、植物油、醤油、砂糖、鰹エキス、調味料(アミノ酸等)、ゲル化剤(デキストリン、増粘多糖類)、(原材料の一部に小麦、大豆を含む)                                              |
|               | 100g<br>あたり          | 140             | 74.2       | 3.2          | 8.6        | 12.5        | 1.5        | 290           | 0.7          |                                                                                                                         |
| 筍の<br>おかか煮    | 60g<br>(1カップ)<br>あたり | 71              | 46.9       | 3.1          | 4.3        | 5.0         | 0.8        | 228           | 0.6          | 筍、大豆、植物油、醤油、砂糖、鰹節、昆布エキス、鰹エキス、調味料(アミノ酸等)、塩化マグネシウム、ゲル化剤(デキストリン、増粘多糖類)、(原材料の一部に小麦、大豆を含む)                                   |
|               | 100g<br>あたり          | 118             | 78.1       | 5.1          | 7.1        | 8.3         | 1.4        | 380           | 1.0          |                                                                                                                         |
| 金平ごぼう         | 60g<br>(1カップ)<br>あたり | 47              | 49.3       | 1.3          | 1.3        | 7.0         | 0.8        | 228           | 0.6          | ごぼう、人参、大豆加工品、醤油、砂糖、植物油、ごま、ごま油、鰹エキス、唐辛子、調味料(アミノ酸等)、ゲル化剤(デキストリン、増粘多糖類)、(原材料の一部に小麦、大豆を含む)                                  |
|               | 100g<br>あたり          | 79              | 82.2       | 2.2          | 2.6        | 11.6        | 1.4        | 380           | 1.0          |                                                                                                                         |

| 商 品 名            |                      | 栄 養 価           |            |              |            |             |            |               |              | 原 材 料                                                                                                                        |
|------------------|----------------------|-----------------|------------|--------------|------------|-------------|------------|---------------|--------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                  |                      | エネルギー<br>(kcal) | 水 分<br>(g) | たんぱく質<br>(g) | 脂 質<br>(g) | 炭水化物<br>(g) | 灰 分<br>(g) | ナトリウム<br>(mg) | 食塩<br>相当量(g) |                                                                                                                              |
| 玉子サラダ            | 60g<br>(1カップ)<br>あたり | 104             | 43.6       | 3.5          | 8.5        | 3.4         | 1.0        | 258           | 0.7          | 鶏卵、半固体状ドレッシング、植物油、醸造酢、食塩、砂糖、パセリ、調味料(アミノ酸等)、ゲル化剤(デキストリン、増粘多糖類)、(原材料の一部に卵を含む)                                                  |
|                  | 100g<br>あたり          | 173             | 72.6       | 5.9          | 14.1       | 5.7         | 1.7        | 430           | 1.1          |                                                                                                                              |
| ごぼうサラダ           | 60g<br>(1カップ)<br>あたり | 83              | 44.6       | 2.2          | 4.8        | 7.7         | 0.7        | 204           | 0.5          | ごぼう、半固体状ドレッシング、ごま、砂糖、鰹節、鰹エキス、醸造酢、七味唐辛子、調味料(アミノ酸等)、ゲル化剤(デキストリン、増粘多糖類)、(原材料の一部に小麦、大豆、卵を含む)                                     |
|                  | 100g<br>あたり          | 138             | 74.4       | 3.6          | 8.0        | 12.8        | 1.2        | 340           | 0.9          |                                                                                                                              |
| ひじきの<br>白和え      | 60g<br>(1カップ)<br>あたり | 93              | 42.5       | 3.3          | 5.4        | 7.7         | 1.1        | 168           | 0.4          | ひじき、大豆、人参、大豆加工品、植物油、醤油、砂糖、ごま、鰹エキス、調味料(アミノ酸等)、塩化マグネシウム、ゲル化剤(デキストリン、増粘多糖類)、(原材料の一部に小麦、大豆を含む)                                   |
|                  | 100g<br>あたり          | 155             | 70.8       | 5.5          | 9.0        | 12.9        | 1.8        | 280           | 0.7          |                                                                                                                              |
| 大豆と<br>昆布の煮物     | 60g<br>(1カップ)<br>あたり | 75              | 45.1       | 3.9          | 3.8        | 6.4         | 0.9        | 180           | 0.5          | 大豆、大豆加工品、昆布、人参、椎茸、醤油、砂糖、植物油、鰹エキス、ごま、調味料(アミノ酸等)、ゲル化剤(デキストリン、増粘多糖類)、(原材料の一部に小麦、大豆を含む)                                          |
|                  | 100g<br>あたり          | 125             | 75.1       | 6.5          | 6.3        | 10.6        | 1.5        | 300           | 0.8          |                                                                                                                              |
| えんどうの<br>白煮      | 60g<br>(1カップ)<br>あたり | 53              | 50.5       | 1.6          | 3.5        | 3.8         | 0.6        | 138           | 0.4          | スナップエンドウ、牛乳、植物油、食塩、ゲル化剤(デキストリン、増粘多糖類)、(原材料の一部に乳を含む)                                                                          |
|                  | 100g<br>あたり          | 89              | 84.1       | 2.7          | 5.9        | 6.3         | 1.0        | 230           | 0.6          |                                                                                                                              |
| 焼きなす<br>(うす味)    | 60g<br>(1カップ)<br>あたり | 40              | 52.6       | 0.7          | 2.5        | 3.8         | 0.4        | 66            | 0.2          | なす、植物油、醤油、食塩、鰹エキス、調味料(アミノ酸等)、ゲル化剤(デキストリン、増粘多糖類)、(原材料の一部に小麦、大豆を含む)                                                            |
|                  | 100g<br>あたり          | 67              | 87.7       | 1.1          | 4.2        | 6.3         | 0.7        | 110           | 0.3          |                                                                                                                              |
| じゃが芋<br>(うす味)    | 60g<br>(1カップ)<br>あたり | 76              | 46.3       | 1.1          | 4.6        | 7.6         | 0.5        | 66            | 0.2          | じゃが芋、植物油、醤油、砂糖、食塩、鰹エキス、調味料(アミノ酸等)、ピロリン酸Na、酸化防止剤(ビタミンC)、ゲル化剤(デキストリン、増粘多糖類)、酵素(デキストリン、でんぷん、 $\alpha$ -アミラーゼ)、(原材料の一部に小麦、大豆を含む) |
|                  | 100g<br>あたり          | 126             | 77.2       | 1.8          | 7.6        | 12.6        | 0.8        | 110           | 0.3          |                                                                                                                              |
| かぼちゃ<br>(うす味)    | 60g<br>(1カップ)<br>あたり | 58              | 48.9       | 0.6          | 2.9        | 7.2         | 0.4        | 46.2          | 0.1          | かぼちゃ、植物油、醤油、砂糖、食塩、鰹エキス、調味料(アミノ酸等)、ゲル化剤(デキストリン、増粘多糖類)、(原材料の一部に小麦、大豆を含む)                                                       |
|                  | 100g<br>あたり          | 96              | 81.5       | 1.0          | 4.9        | 12.0        | 0.6        | 77            | 0.2          |                                                                                                                              |
| 里芋<br>(うす味)      | 60g<br>(1カップ)<br>あたり | 54              | 49.2       | 0.8          | 2.6        | 6.8         | 0.5        | 51.6          | 0.1          | 里芋、植物油、醤油、砂糖、食塩、鰹エキス、調味料、(アミノ酸等)、ゲル化剤(デキストリン、増粘多糖類)、酵素(デキストリン、でんぷん、 $\alpha$ -アミラーゼ)、(原材料の一部に小麦、大豆を含む)                       |
|                  | 100g<br>あたり          | 90              | 82.0       | 1.4          | 4.3        | 11.4        | 0.9        | 86            | 0.2          |                                                                                                                              |
| 長芋<br>(うす味)      | 60g<br>(1カップ)<br>あたり | 49              | 49.7       | 1.0          | 1.9        | 7.0         | 0.5        | 72            | 0.2          | 長芋、植物油、醤油、砂糖、食塩、鰹エキス、調味料(アミノ酸等)、ゲル化剤(デキストリン、増粘多糖類)、酵素(デキストリン、でんぷん、 $\alpha$ -アミラーゼ)、(原材料の一部に小麦、大豆を含む)                        |
|                  | 100g<br>あたり          | 82              | 82.8       | 1.6          | 3.2        | 11.6        | 0.8        | 120           | 0.3          |                                                                                                                              |
| 彩り素材<br>人参(うす味)  | 60g<br>(1カップ)<br>あたり | 49              | 53.8       | 0.8          | 3.1        | 4.5         | 0.6        | 120           | 0.3          | 人参、大豆加工品、植物油、食塩、ゲル化剤(デキストリン、増粘多糖類)、(原材料の一部に大豆を含む)                                                                            |
|                  | 100g<br>あたり          | 82              | 89.7       | 1.3          | 5.2        | 7.5         | 1.0        | 200           | 0.5          |                                                                                                                              |
| 彩り素材<br>コーン(うす味) | 60g<br>(1カップ)<br>あたり | 69              | 50.0       | 2.0          | 4.0        | 6.3         | 0.6        | 102           | 0.3          | どうもろこし、大豆加工品、植物油、食塩、ゲル化剤(デキストリン、増粘多糖類)、(原材料の一部に大豆を含む)                                                                        |
|                  | 100g<br>あたり          | 115             | 83.3       | 3.3          | 6.6        | 10.5        | 1.0        | 170           | 0.4          |                                                                                                                              |
| 彩り素材<br>枝豆(うす味)  | 60g<br>(1カップ)<br>あたり | 67              | 47.9       | 3.5          | 4.2        | 3.7         | 0.7        | 132           | 0.3          | 枝豆、大豆加工品、植物油、食塩、ゲル化剤(デキストリン、増粘多糖類)、(原材料の一部に大豆を含む)                                                                            |
|                  | 100g<br>あたり          | 111             | 79.8       | 5.8          | 7.0        | 6.2         | 1.2        | 220           | 0.6          |                                                                                                                              |
| 彩り素材<br>オクラ(うす味) | 60g<br>(1カップ)<br>あたり | 42              | 55.4       | 0.8          | 2.9        | 3.1         | 0.6        | 102           | 0.3          | オクラ、植物油、食塩、ゲル化剤(デキストリン、増粘多糖類)                                                                                                |
|                  | 100g<br>あたり          | 70              | 92.3       | 1.4          | 4.8        | 5.2         | 1.0        | 170           | 0.4          |                                                                                                                              |
| 彩り素材<br>しいたけの煮物  | 60g<br>(1カップ)<br>あたり | 47              | 47.2       | 1.7          | 0.2        | 9.7         | 1.3        | 372           | 0.9          | 椎茸、大豆加工品、醤油、砂糖、発酵調味料、調味料(アミノ酸等)、鰹エキス、ゲル化剤(デキストリン、増粘多糖類)、(原材料の一部に小麦、大豆を含む)                                                    |
|                  | 100g<br>あたり          | 79              | 78.6       | 2.8          | 0.3        | 16.2        | 2.1        | 620           | 1.6          |                                                                                                                              |