

栄養成分表詳細

五訂増補に基づく自社計算値

ムース食の栄養成分

商品 コード	栄養成分 (1パック当り)	エネルギー (kcal)	一般成分					無機質								ビタミン														脂肪酸				食物繊維			食塩 相当量 (g)							
			水分 (g)	たんばく 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)	マン ガン (mg)	ビタミンA					ビタミンE					K (mg)	B1 (mg)	B2 (mg)	ナイ アシン (mg)	B6 (mg)	B12 (μg)	葉酸 (μg)	パン トテ ン酸 (mg)	C (mg)	飽和 (g)		一価 不飽和 (g)	多価 不飽和 (g)	コレ ステ ロール (mg)	水溶 性 (g)	不溶 性 (g)	総量 (g)	
																	レチ ノール (μg)	αカ ロテ ン (μg)	βカ ロテ ン (μg)	ク リ ン チ ン (μg)	βカ ロテ ン 当 量 (μg)	レチ ノール 当 量 (μg)	β トコ フェ ル (mg)	α トコ フェ ル (mg)	γ トコ フェ ル (mg)	δ トコ フェ ル (mg)																		
																	401	ブリの照煮	296	82	5.4	22.1	18.1	2.1	660	134																		12
402	鶏の味噌焼き	232	90	5.0	15.4	17.8	1.8	567	119	28	10	48	0.6	0.1	0.04	0.05	78	0	458	4	458	116	0.0	0.8	0.0	1.6	0.2	69	0.02	0.09	1.0	0.06	0.3	23	0.24	4	1.86	6.70	5.82	12	0.2	0.7	0.9	1.4
403	海老チリソース	247	79	5.3	18.2	15.3	2.1	661	92	11	9	62	0.2	0.2	0.07	0.02	4	0	74	0	74	10	0.1	1.3	0.0	2.8	0.4	40	0.02	0.09	0.3	0.02	0.2	16	0.19	5	1.73	7.84	6.71	25	0.1	0.3	0.4	1.7
404	タラの味噌煮	299	82	6.8	21.7	17.1	2.7	829	129	12	9	84	0.2	0.3	0.02	0.05	8	236	653	0	771	72	0.3	2.3	0.1	4.8	0.6	33	0.07	0.12	4.3	0.05	1.9	9	0.43	4	2.08	9.82	8.31	39	0.1	0.3	0.5	2.1
405	牛肉のデミソース	281	83	7.1	19.3	18.3	2.5	746	111	8	9	66	0.4	0.6	0.03	0.03	7	1	0	0	0	8	0.4	0.7	0.0	1.7	0.2	26	0.02	0.14	0.9	0.08	0.2	8	0.28	0	2.70	7.94	5.97	24	0.0	0.4	0.4	1.9
406	イカの中華甘酢	284	84	5.1	20.4	17.8	2.4	645	175	17	17	53	0.2	0.4	0.09	0.10	1	0	920	9	927	77	0.0	2.5	0.1	4.3	0.5	71	0.02	0.08	0.4	0.04	0.2	20	0.16	5	1.90	9.40	7.72	29	0.2	0.7	0.4	1.5
407	煮豚	283	83	5.9	18.8	20.1	2.3	714	103	8	9	60	0.3	0.3	0.01	0.08	1	232	642	0	759	64	0.0	0.5	0.0	1.2	0.1	23	0.08	0.09	0.7	0.06	0.0	5	0.16	0	2.80	7.64	6.12	8	0.1	0.1	0.7	1.8
408	鯉の中華あんかけ	257	87	5.7	17.8	17.5	2.0	495	152	10	10	63	0.2	0.2	0.05	0.09	4	0	33	1	34	7	2.5	1.5	0.0	3.0	0.3	29	0.06	0.09	1.2	0.10	1.1	24	0.37	4	2.08	8.05	6.47	11	0.1	0.4	0.6	1.3
409	焼き鳥	272	85	5.0	19.4	18.3	2.1	583	134	18	11	49	0.3	0.3	0.03	0.04	8	232	913	2	1,030	93	0.0	1.5	0.1	3.8	0.5	62	0.03	0.08	1.1	0.07	0.1	15	0.34	5	2.26	9.06	6.72	15	0.2	0.5	0.7	1.5
410	シイラのゴマ焼き	286	84	6.2	20.7	16.3	2.5	700	164	14	11	59	0.3	0.2	0.03	0.06	4	0	659	5	659	59	0.8	1.7	0.1	3.8	0.4	70	0.04	0.13	1.2	0.07	0.3	18	0.21	2	2.02	9.25	7.70	17	0.1	0.7	0.4	1.7
411	和風ハンバーグ	272	85	5.0	19.0	19.1	2.1	551	129	8	10	43	0.3	0.2	0.04	0.06	5	6	67	0	70	10	0.0	1.3	0.0	3.4	0.5	30	0.03	0.07	0.7	0.08	0.0	9	0.22	2	2.19	8.36	7.09	9	0.2	0.6	0.9	1.4
412	カレイの煮付け	272	85	5.7	19.8	17.1	2.0	659	130	24	17	65	0.2	0.3	0.04	0.06	1	2	2	4	5	1	1.5	1.6	0.1	4.2	0.6	31	0.02	0.11	0.5	0.04	0.4	15	0.17	0	1.90	9.01	7.53	10	0.3	0.6	1.0	1.7
413	うなぎ蒲焼	288	82	7.3	20.0	17.0	2.2	724	139	31	12	92	0.4	0.6	0.04	0.07	146	0	391	6	401	179	2.1	2.3	0.0	3.2	0.5	30	0.12	0.17	3.3	0.05	1.2	13	0.42	5	2.27	8.90	7.39	42	0.1	0.4	0.5	1.8
414	肉団子の甘酢	273	84	5.0	18.8	20.4	2.2	559	149	28	14	51	0.5	0.2	0.04	0.09	4	2	409	8	412	38	0.0	1.2	0.0	3.0	0.4	70	0.03	0.09	0.8	0.10	0.0	24	0.28	4	2.22	8.40	6.93	8	0.3	0.7	1.0	1.4
415	サバの柚庵煮	283	85	5.4	21.0	16.2	2.3	644	141	7	9	58	0.3	0.3	0.04	0.06	2	0	291	5	299	27	1.4	1.8	0.1	3.8	0.4	37	0.04	0.13	1.6	0.09	1.1	23	0.32	4	2.19	9.40	7.81	8	0.1	0.9	1.0	1.7
416	鶏肉のゴマ炒め	258	88	6.2	18.9	15.1	2.2	672	107	8	8	47	0.2	0.2	0.02	0.05	83	4	75	0	77	89	0.1	1.0	0.0	2.5	0.3	44	0.02	0.12	0.9	0.06	0.3	20	0.33	5	2.27	8.09	6.79	27	0.1	0.3	0.4	1.8
417	海老の中華あんかけ	279	85	5.6	20.2	17.4	2.3	638	144	27	14	66	0.2	0.3	0.09	0.09	1	0	701	8	708	59	0.0	1.9	0.1	4.0	0.6	60	0.02	0.07	0.3	0.04	0.2	18	0.13	4	1.94	8.98	7.84	16	0.1	0.5	0.4	1.5
418	イカの中華チリ煮	294	81	5.5	20.3	20.8	2.7	698	292	38	22	66	0.7	0.4	0.09	0.09	2	0	9	0	9	2	0.3	1.7	0.1	4.1	0.5	31	0.04	0.10	0.9	0.05	0.2	11	0.35	1	2.10	9.43	7.60	31	0.3	1.6	1.9	1.8
419	ミートボール	280	84	5.3	20.1	18.9	2.0	463	149	11	12	47	0.3	0.2	0.04	0.08	4	0	421	7	433	39	0.0	1.6	0.0	3.0	0.4	35	0.03	0.09	0.9	0.10	0.0	27	0.27	5	2.28	8.64	7.23	8	0.3	0.7	1.0	1.2
420	ブリのゴマ焼き	277	86	5.3	21.1	15.7	2.1	607	122	28	10	45	0.5	0.2	0.04	0.06	5	0	437	4	438	42	0.8	1.8	0.1	3.7	0.4	75	0.04	0.12	1.1	0.07	0.4	33	0.22	4	2.22	9.15	7.64	9	0.3	0.6	1.0	1.6
421	シイラの中華あんかけ	288	83	6.0	20.4	18.2	2.1	649	104	21	9	58	0.2	0.2	0.03	0.07	1	232	642	0	759	64	0.5	1.5	0.1	4.4	0.6	32	0.03	0.08	0.9	0.06	0.3	4	0.09	0	1.96	9.14	7.72	8	0.1	0.2	0.7	1.6
422	酢豚	313	76	5.4	20.5	25.3	2.9	725	401	53	24	68	1.0	0.4	0.04	0.15	1	0	312	4	319	27	0.0	1.1	0.0	2.2	0.3	28	0.11	0.11	1.2	0.09	0.0	16	0.29	4	3.05	9.01	7.11	8	0.4	1.8	2.3	1.8
423	鯛の煮付け	301	82	5.5	20.8	19.9	2.3	637	135	8	10	53	0.1	0.1	0.02	0.08	1	232	643	0	759	64	0.5	1.7	0.1	4.2	0.5	32	0.03	0.07	0.8	0.06	0.1	7	0.17	1	2.02	9.46	7.78	9	0.2	0.3	0.9	1.6
424	サーモンのチリソース煮	251	90	5.4	18.9	13.8	1.9	617	93	7	7	62	0.1	0.1	0.01	0.01	6	0	9	0	9	7	2.6	1.3	0.0	3.0	0.4	26	0.04	0.09	0.8	0.06	1.1	3	0.25	0	1.87	8.03	6.61	18	0.0	0.1	0.1	1.6
425	牛の味噌焼き	268	84	7.6	17.8	18.2	2.7	864	151	10	11	88	0.5	0.8	0.05	0.06	4	0	82	1	83	11	0.4	1.5	0.0	1.8	0.3	29	0.09	0.14	4.9	0.10	1.7	26	0.50	5	2.59	7.77	6.05	38	0.1	0.3	0.5	2.2
426	タラのボン酢かけ	275	85	5.0	19.1	18.5	2.3	626	178	17	12	59	0.3	0.2	0.04	0.10	6	0	442	4	442	42	0.2	1.7	0.1	3.7	0.4	56	0.03	0.10	0.4	0.06	0.4	18	0.29	5	1.81	8.75	7.36	9	0.1	0.8	0.7	1.5
427	デミハンバーグ	292	80	5.7	19.9	21.8	2.1	516	112	5	9	41	0.2	0.2	0.03	0.06	5	8	17	4	23	7	0.0	1.1	0.0	3.3	0.5	30	0.03	0.08	0.7	0.07	0.0	10	0.22	1	2.22	8.40	7.18	9	0.1	0.4	1.0	1.3
428	カレイの中華あんかけ	267	85	5.6	18.3	18.9	2.0	535	137	26	11	55	0.3	0.2	0.04	0.09	2	0	274	2	274	25	1.5	1.6	0.1	3.5	0.4	55	0.03	0.11	0.6	0.06	0.4	16	0.25	5	2.04	8.47						