

# 4月1週目 栄養成分値

株式会社ティー・エフ・ピー

日付	基本食	エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	カルシウム	鉄	食塩相当量	トランス脂肪酸
		(kcal)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(mg)	(g)	(g)
1(月)	朝 和定食	509	22.3	13.4	73.4	323	2.7	2.3	
	昼 ご飯定食	557	17.6	13.5	89.4	461	3.8	3.2	
	夕 夕食	572	20.6	13.9	89.9	105	2.5	3.0	
	一日の合計	1638	60.5	40.8	252.7	889	9.0	8.5	0
2(火)	朝 和定食	482	20.6	13.2	69.0	422	3.4	2.0	
	昼 ご飯定食	513	20.7	16.2	70.9	93	3.0	2.9	
	夕 夕食	550	24.7	18.2	71.1	97	2.7	2.7	
	一日の合計	1545	66.0	47.6	211.0	612	9.1	7.6	0
3(水)	朝 和定食	451	17.8	10.5	69.2	280	2.1	2.4	
	昼 ご飯定食	523	24.9	18.7	64.4	124	2.9	2.4	
	夕 夕食	532	21.0	17.6	71.1	126	1.8	2.7	
	一日の合計	1506	63.7	46.8	204.7	530	6.8	7.5	0
4(木)	朝 和定食	532	22.6	16.9	70.6	311	2.8	2.1	
	昼 ご飯定食	545	22.5	15.6	76.4	55	2.7	2.9	
	夕 夕食	509	21.3	16.7	67.7	187	4.1	3.0	
	一日の合計	1586	66.4	49.2	214.7	553	9.6	8.0	0
5(金)	朝 和定食	460	17.5	6.4	80.3	285	2.1	2.3	
	昼 ご飯定食	629	24.1	22.3	79.5	90	3.1	3.8	
	夕 夕食	475	19.8	10.3	74.7	92	2.5	2.8	
	一日の合計	1564	61.4	39.0	234.5	467	7.7	8.9	0
6(土)	朝 和定食	513	18.8	13.3	79.2	315	2.5	2.2	
	昼 ご飯定食	526	23.5	18.6	69.3	101	3.0	2.4	
	夕 夕食	498	23.3	12.5	72.7	136	3.0	2.6	
	一日の合計	1537	65.6	44.4	221.2	552	8.5	7.2	0
7(日)	朝 和定食	473	22.1	12.4	65.8	333	3.0	2.2	
	昼 ご飯定食	592	20.5	23.6	71.7	71	2.6	2.8	
	夕 夕食	466	22.0	10.6	70.0	133	2.6	3.3	
	一日の合計	1531	64.6	46.6	207.5	537	8.2	8.3	0
月平均		1544	63.4	45.2	216.9	609	8.5	8.0	0

\*基本食 1日の摂取量で示しております。(朝パン定食・昼めん定食は、この通りではありません。)

\*トランス脂肪酸は、自社推定値です。