

# 5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)
2(土)	朝 和定食	486	18.0	13.7	70.6	172	4.5	2.0	
	昼 ご飯定食	501	20.7	14.1	71.0	132	2.6	2.8	
	夕 夕食	515	20.1	12.5	78.3	70	2.0	2.6	
	一日の合計	1502	58.8	40.3	219.9	374	9.1	7.4	0
3(日)	朝 和定食	463	13.4	11.1	76.6	173	3.8	2.3	
	昼 ご飯定食	525	23.0	16.2	68.5	53	2.0	3.1	
	夕 夕食	548	20.6	18.6	73.5	181	4.0	2.7	
	一日の合計	1536	57.0	45.9	218.6	407	9.8	8.1	0
4(月)	朝 和定食	460	15.7	8.7	78.5	155	3.7	2.7	
	昼 ご飯定食	527	20.4	17.5	71.3	108	3.1	3.0	
	夕 夕食	519	22.6	16.4	70.2	63	2.3	2.4	
	一日の合計	1506	58.7	42.6	220.0	326	9.1	8.1	0
5(火)	朝 和定食	463	16.6	10.6	73.8	313	5.5	1.8	
	昼 ご飯定食	568	20.8	21.2	72.7	72	2.5	3.9	
	夕 夕食	481	25.3	12.0	67.4	92	6.2	2.3	
	一日の合計	1512	62.7	43.8	213.9	477	14.2	8.0	0
6(水)	朝 和定食	455	16.5	11.0	70.7	152	3.9	2.1	
	昼 ご飯定食	538	21.3	17.1	72.4	169	2.9	3.1	
	夕 夕食	532	22.3	18.6	66.6	112	3.0	3.0	
	一日の合計	1525	60.1	46.7	209.7	433	9.8	8.2	0
7(木)	朝 和定食	480	15.2	11.8	77.1	226	4.2	2.0	
	昼 ご飯定食	535	21.9	16.2	73.8	116	3.1	2.9	
	夕 夕食	587	20.1	20.3	81.2	56	2.3	3.5	
	一日の合計	1602	57.2	48.3	232.1	398	9.6	8.4	0
8(金)	朝 和定食	450	15.7	7.9	77.8	207	4.2	2.3	
	昼 ご飯定食	517	24.4	12.4	76.5	148	3.6	3.0	
	夕 夕食	572	19.1	23.2	70.8	219	3.6	2.4	
	一日の合計	1539	59.2	43.5	225.1	574	11.4	7.7	0
月平均		1539	58.9	45.0	220.9	435	10.1	7.7	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。