

◆ きびなごの米粉フリッター

	エネルギー	水分	蛋白	脂質	ナトリウム	カリウム	Ca	Mg	リン	鉄
	173	65.7	13.6	7.2	232	253	320	26	186	0.9
	亜鉛	レチノール	カロテン	当量	B1	B2	C	食繊	食塩	
	1.4	0	0	0	0.03	0.18	2	0.1	0.6	
主たる産地	日本			アレルギー物質 (アレルギー物質なし)						
加工地	山口県			調理形態						

◆ にしん昆布煮

	エネルギー	水分	蛋白	脂質	ナトリウム	カリウム	Ca	Mg	リン	鉄
	227	59.8	15.2	12.7	452	341	313	36	214	1
	亜鉛	レチノール	カロテン	当量	B1	B2	C	食繊	食塩	
	1	15	13	17	0.01	0.21	0	0	1.1	
主たる産地	ロシア・米国			アレルギー物質 (小麦・大豆)						
加工地	滋賀県			調理形態						

◆ 野菜豆腐ナゲット(Fe・繊維)

	エネルギー	水分	蛋白	脂質	ナトリウム	カリウム	Ca	Mg	リン	鉄
	245	58.3	5.7	17.7	353	102	29	13	63	7
	亜鉛	レチノール	カロテン	当量	B1	B2	C	食繊	食塩	
	0.3	0	500	42	0.04	0.02	2	4.2	0.9	
主たる産地	日本			アレルギー物質 (大豆・小麦)						
加工地	広島県			調理形態						

◆ クリーミーコロッケ(カニ)

	エネルギー	水分	蛋白	脂質	ナトリウム	カリウム	Ca	Mg	リン	鉄
	170	66.1	4.3	7.3	307	72	23	10	41	0.3
	亜鉛	レチノール	カロテン	当量	B1	B2	C	食繊	食塩	
	0.3	3	14	4	0.04	0.03	1	1.2	0.7	
主たる産地	北海道			アレルギー物質 (乳・小麦・かに・大豆・ゼラチン・鶏肉・豚肉・卵)						
加工地	北海道			調理形態						

◆ まぐるメンチカツ

	エネルギー	水分	蛋白	脂質	ナトリウム	カリウム	Ca	Mg	リン	鉄
	147	65	9.3	2	138	164	15	20	102	0.9
	亜鉛	レチノール	カロテン	当量	B1	B2	C	食繊	食塩	
	0.4	0	1	0	0.08	0.00	1	1.2	0.4	
主たる産地	日本			アレルギー物質 (小麦・大豆)						
加工地	群馬			調理形態						

◆ 白身魚餃子

	エネルギー	水分	蛋白	脂質	ナトリウム	カリウム	Ca	Mg	リン	鉄
	158	61.4	12.3	1.1	210.3	114.5	18.8	18.7	90.6	1.2
	亜鉛	レチノール	カロテン	当量	B1	B2	C	食繊	食塩	
	0.3	2.5	4.1	3.2	0.05	0.04	3.6	0.8	0.9	
主たる産地	宮城県			アレルギー物質 (小麦・大豆・ごま)						
加工地	新潟県			調理形態						

◆ えび餃子



エネルギー	水分	蛋白	脂質	ナトリウム	カリウム	Ca	Mg	リン	鉄
204	57.1	10.2	6.6	204.9	153.5	24.5	19.5	94.5	0.4
亜鉛	レチノール	カロテン	当量	B1	B2	C	食繊	食塩	
0.5	1.6	6.7	2.6	0.12	0.04	5.7	1.2	0.9	
主たる産地	宮城県			アレルギー物質		(エビ・豚肉・小麦・大豆・ごま)			
加工地	新潟県			調理形態					

◆ 塩麴チキンカツ



エネルギー	水分	蛋白	脂質	ナトリウム	カリウム	Ca	Mg	リン	鉄
185	65.1	16.1	2.2	259	239	10	24	150	0.5
亜鉛	レチノール	カロテン	当量	B1	B2	C	食繊	食塩	
0.6	5	1	5	0.08	0.07	2	0.7	0.7	
主たる産地	北海小津			アレルギー物質		(鶏肉・小麦・大豆)			
加工地	茨城県			調理形態					

◆ 国産チキンチーズカツ



エネルギー	水分	蛋白	脂質	ナトリウム	カリウム	Ca	Mg	リン	鉄
198	53.4	16.2	2.8	300	261	37	26	180	0.5
亜鉛	レチノール	カロテン	当量	B1	B2	C	食繊	食塩	
0.6	16	12	17	0.08	0.08	1	0.7	0.8	
主たる産地	北海道			アレルギー物質		(鶏肉・乳・小麦・大豆)			
加工地	茨城県			調理形態					

◆ 気仙沼フカフカ団子



エネルギー	水分	蛋白	脂質	ナトリウム	カリウム	Ca	Mg	リン	鉄
146	68.8	14.2	5.6	289	323	22	32	142	0.7
亜鉛	レチノール	カロテン	当量	B1	B2	C	食繊	食塩	
0.6	16	0	16	0.10	0.07	1	1.5	0.7	
主たる産地	北海道			アレルギー物質		(鶏肉・小麦・乳・大豆)			
加工地	新潟県			調理形態					