

## 5. ムース食【3食セット】の栄養成分詳細

1食分の栄養成分（ムース食 & メイン料理のタレのみの計算値）

商品コード	商品名	内容	メニュー内容				※五訂に基づく自社計算値																				
							無機質				ビタミン				食物繊維総量	食塩相当量											
			メイン料理名 (タレ付き)	小鉢料理(1)	小鉢料理(2)	小鉢料理(3)	エネルギー (kcal)	水分 (g)	たんぱく質 (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)	レチノール (μg)	レチノール当量 (μg)	B1 (mg)	B2 (mg)	C (mg)
40015	お肉のセット A (3種入り)	①牛すき焼きセット	牛ムース (甘口ダレ)	小松菜	トマト	玉子焼き	278	76.4	6.8	17.8	18	2.3	755	91	18	6	50	0.4	0.7	0.02	6	29	0.02	0.12	1.8	0.3	2.0
		②酢豚セット	豚肉ムース (中華甘酢ダレ)	ギョウザ	かぼちゃ	ごま豆腐	317	79.2	6.1	21.3	26	7.6	756	115	6	7	52	0.2	0.3	0.01	2	24	0.10	0.10	2.8	0.4	1.9
		③鶏の味噌煮セット	鶏ムース (味噌ダレ)	カレイの子	豆腐	アスパラ	241	89.8	7.2	16.8	14	2.2	662	118	16	9	70	0.3	0.3	0.03	94	97	0.06	0.12	3.2	0.2	1.9
40022	お肉のセット B (3種入り)	①牛の味噌焼きセット	牛ムース (味噌ダレ)	ポテトサラダ	椎茸	ほうれん草	300	81.9	6.6	18.7	20	2.8	904	149	10	8	52	0.3	0.7	0.03	3	42	0.03	0.11	2.4	0.8	2.3
		②和風ハンバーグセット	ハンバーグムース (醤油ダレ)	玉子焼き	ブロッコリー	うずら豆	261	78.9	6.2	17.3	19	2.0	701	59	6	5	32	0.1	0.1	0.01	7	12	0.01	0.10	4.6	0.8	1.8
		③鶏の照焼きセット	鶏ムース (甘口ダレ)	シュウマイ	かぼちゃ	大根	265	83.3	5.8	17.5	20	2.3	537	296	37	17	56	0.8	0.3	0.03	94	116	0.03	0.10	2.8	1.6	1.6
40039	お肉のセット C (3種入り)	①煮豚セット	豚ムース (醤油ダレ)	カレイの子	里芋	アスパラ	312	81.2	7.6	20.0	18	2.9	950	137	6	8	70	0.2	0.5	0.03	3	5	0.14	0.13	3.6	0.4	2.4
		②焼き鳥セット	焼き鳥ムース (甘口ダレ)	さつま芋	椎茸	ほうれん草	299	78.5	6.1	19.8	21	2.2	671	130	10	9	34	0.2	0.2	0.03	5	42	0.03	0.08	4.0	0.8	1.7
		③肉団子の甘酢セット	肉団子ムース (中華甘酢ダレ)	トマト	大根	うぐいす豆	305	68.1	5.4	19.6	25	2.4	682	268	38	18	50	0.7	0.2	0.03	4	4	0.04	0.08	0.2	1.5	1.7
40046	お魚のセット A (3種入り)	①カレイの煮付けセット	カレイムース (醤油ダレ)	シュウマイ	うずら豆	人参	270	85.3	6.2	18.3	18	2.0	647	100	12	8	52	0.1	0.2	0.02	2	64	0.02	0.11	0.6	0.9	1.7
		②海老チリソースセット	海老ムース (チリソース)	ほうれん草	里芋	かぼちゃ	289	86.3	5.8	20.3	19	2.3	734	159	14	12	62	0.2	0.3	0.09	1	59	0.02	0.07	4.4	0.8	1.9
		③タラの味噌焼きセット	タラムース (味噌ダレ)	玉子焼き	ごま豆腐	小松菜	278	85.3	5.7	21.0	21	7.5	725	90	22	7	62	0.3	0.1	0.01	10	33	0.01	0.11	1.8	0.3	1.9
40053	お魚のセット B (3種入り)	①サーモンのチリソース煮セット	サーモンムース (チリソース)	トマト	さつま芋	うずら豆	253	77.8	5.4	16.5	19	1.7	516	111	7	7	53	0.1	0.1	0.03	2	3	0.04	0.07	2.4	0.7	1.4
		②海老甘酢セット	海老ムース (甘口ダレ)	カレイの子	豆腐	ブロッコリー	273	89.1	7.7	19.9	15	2.5	810	108	20	11	87	0.2	0.4	0.09	2	7	0.06	0.09	6.4	0.4	2.1
		③鯛の煮付けセット	鯛ムース (醤油ダレ)	玉子焼き	かぼちゃ	ほうれん草	298	82.1	6.2	22.2	17	2.3	748	158	12	11	55	0.2	0.2	0.01	4	63	0.02	0.10	4.0	0.7	1.9
40060	お魚のセット C (3種入り)	①鮭の照焼きセット	サーモンムース (甘口ダレ)	ごま豆腐	椎茸	小松菜	236	91.5	5.7	16.5	20	7.3	609	106	17	7	62	0.3	0.2	0.02	2	25	0.04	0.10	1.8	0.6	1.6
		②イカの中華甘酢セット	イカムース (中華甘酢ダレ)	ギョウザ	うぐいす豆	人参	286	82.7	5.5	20.6	18	2.0	699	84	8	10	50	0.1	0.3	0.08	1	64	0.02	0.07	0.8	0.2	1.9
		③白身魚の味噌煮セット	シイラムース (味噌ダレ)	玉子焼き	かぼちゃ	コーン	309	79.3	6.3	22.5	19	2.2	729	141	7	9	62	0.2	0.2	0.02	4	27	0.04	0.12	2.6	0.6	1.9