



**Medi-Care
Selection**



<メディケアセレクション7月号>

栄養成分表 (100g当たり)



商品コード	商品名	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質(g)	炭水化物(g)	食塩相当 量(g)
9735	味付油揚げ (H S R 4 0)	233	9.2	13	19.8	1.1
1936404	枝豆そぼろ	173	14.1	7.7	11.7	0.8
106373	北海道さけフレーク	221	24	8.2	6.2	3.1
26953	焼きたまごそぼろ H	212	10.3	13.6	12	1.5
66398	きざみのり 潮風印細切 (2mm)	297	32	2.2	1.7	1.3
1918601	真打そうめん230 <ミニダブル>	105	2.7	0.8	21.7	0.2
129630	#4 麺の里山形 そうめん	356	9.5	1.1	72.7	3.8
2110171	冷凍オクラ(S)	33	2.1	0.1	7.6	0.0
102327	農園風イタリアンミックス (ごろごろカット)	33	1.5	0	7.7	0.0
120078	カンタン酢	115	0	0.0	29	4.1
48082	カンタン酢	115	0.0	0.0	29	4.1
1102230	カルピス (紙パック)	192	1.6	0	46	0.1
1106354	氷用ブルーハワイ	222	0	0	60.4	0.1
30000594	麺が自慢の鶏だし塩焼そば	170	5.1	6.7	22.4	1.8
132525	冷凍蒸し焼そば	191	4.2	4.3	33.8	0.4
32711	太鼓判讃岐うどん250 <ミニダブル>	117	2.7	0.5	25.6	0.1
103058	もちり麺の焼きナポリタン	202	4.3	8.0	26.8	1.9
32713	太鼓判ラーメン200 <ミニダブル>	136	4.9	0.7	27.6	0.1
145586	DB黒糖ロール (沖縄県産黒糖使用)	334	8.6	11.2	49.6	0.9
39361	オレンジデニッシュ	386	7.2	19	46.6	1.0
34314	DBバターロール	340	9.2	11.9	49.1	1.0
39491	楽しく調味骨なしU S A赤魚(生) 煮付	124	14.6	2.8	9.1	0.9
147036	いわしの生姜煮	225	13.1	14.8	9.9	1.3
101927	便利なほうれん草とコーンのバター炒め	119	4	8.8	6.8	1.0
39966	便利な切干大根	58	2.1	1.0	10.9	1.0
19141	京風たまご (ネギ入り) SP12	151	7.2	10.2	7.5	1.1
147291	チキンと彩り野菜のクリーム煮	107	6.2	5.7	8.1	0.9
147131	便利なブロッコリーの彩りサラダ	135	5.7	7.5	11.9	1
147366	国産野菜入りオムレツ (カット済)	140	8.7	8.5	7.1	1