

【 ムーミーくんのおかずセット 】 商品内容 & 栄養成分

分類	商品コード	商品名	メニュー内容				アレルギー物質	栄養成分(五訂増補に基づく自社計算)					
			メイン料理 60~70g		小鉢料理① 20~30g	小鉢料理② 20~25g		エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	ナトリウム	食塩相当量
			メニュー	味付け									
肉類		肉じゃが	肉じゃが	煮物ダレ	サラダ(トマト、ブロッコリー)	玉子焼き	牛肉、卵、乳、小麦、大豆	247	5.3	18.1	14.0	589	1.5
		豚角煮	豚角煮	角煮ダレ	大根キムチ	うずら豆	豚肉、卵、乳、小麦、イカ、リンゴ、大豆	245	5.0	15.7	18.8	508	1.3
		ハンバーグ デミソース	ハンバーグ(デミソース)	デミグラスソース	煮物(ゴボウ、里芋)	ポテトサラダ	鶏肉、豚肉、卵、乳、小麦、リンゴ、大豆	242	4.0	17.3	15.8	410	1.1
		鶏の炭火焼き	鶏の炭火焼き	焼き鳥ダレ	煮浸し(ゴボウ、ほうれん草)	カレイの子煮	鶏肉、卵、小麦、乳、大豆	244	5.6	16.9	15.5	714	1.8
		豚肉中華炒め	豚肉のオイスターソース炒め	オイスターソース	サラダ(トマト・コーン)	カボチャの煮物	豚肉、卵、乳、小麦、大豆	265	5.2	19.5	15.6	875	2.2
魚類		鮭の照り焼き	鮭の照り焼き	照り焼きダレ	紅白なます(大根、人参)	玉子焼き	サーモン、卵、乳、小麦、大豆、	224	5.0	15.5	15.3	624	1.6
		カレイのムニエル	カレイのムニエル	ホワイトソース	ハウレン草ゴマ和え	豆腐	卵、乳、小麦、ごま、大豆、	240	6.2	18.5	10.8	371	0.9
		鯛の塩焼き	鯛の塩焼き	塩ダレ	ギョウザ	煮物(かぼちゃ・椎茸)	卵、乳、小麦、豚肉、ごま、大豆、	250	4.5	19.6	12.0	606	1.6
		海老旨煮	海老旨煮	旨煮ダレ	ナムル(大根、人参)	シュウマイ	海老、鶏肉、豚肉、卵、乳、小麦、ゼラチン、ごま、大豆、	248	4.6	18.7	14.4	606	1.5
		イカのチリ炒め	イカのチリ炒め	チリソース	ごま豆腐	玉子焼き、小松菜	イカ、卵、乳、小麦、ごま、大豆、	233	4.9	17.4	13.8	788	2.0
(平均)								244	5.0	17.7	14.6	609	1.6