

ver.4 このレシピのエネルギー		146	kcal	体重の0.75乗	1.74	kg	計算では	0.93	日分となります					
参考の表へ		158	kcal	体 重	2.1	kg	実際は	1.0	日分とする					
8/26(sun)		このレシピで摂取できる栄養				このレシピでの推奨量 *1			このレシピでの推奨量	このレシピでの推奨量	このレシピでの上限量 *2			
グラム						NRC			AAFCO	NRC			AAFCO	
追加食品	h/d Hills prescription diet 詳細	10.1		総重量	g	179.0		体重0.75乗ベース	乾燥重量ベース	乾燥重量ベース	疾患別推奨レベル	体重0.75乗ベース	乾燥重量ベース	乾燥重量ベース
果実類	りんご-生	10		水分	g	134.2					~			
野菜類	キャベツ-生	5		乾燥重量	g	44.8					~			
野菜類	キャベツ-生	5		エネルギー	kcal	146.2					~			
野菜類	なす-ゆで	7		エネルギー密度		3.3	kcal/g				~			
追加食品	鹿肉五膳 ライト	2.2									~			
											~			
											~			
魚介類	さんま-焼き	7		たんぱく質	g	8.3	19%	13%	10%	18%	15.0% ~ 23.0%	~		
豆類	糸引き納豆	3.5		内、動物性蛋白質	g						~	~		
野菜類	キャベツ-生	5		脂 質	g	7.7	17%	7%	6%	5%	7.0% ~ 15.0%	~	42%	33%
野菜類	大根・根、皮むき-生	8		可溶性炭水化物	g	16.8	37%				~	~		
野菜類	ブロッコリー・花序-ゆで	5		繊維 不溶性	g	2.2	4.9%				2.0% ~	~		
野菜類	トマト・ミント-生	18		維 総 量	g	3.2	7.1%				~	~		
野菜類	にんじん・根、皮むき-ゆで	9		灰分	g	1.2	2.6%				~	~		
きのこ類	まいたけ-ゆで	7		ナトリウム	mg	44	0.10%	0.10%	0.08%	0.06%	0.15% ~ 0.35%	0.07% ~ 0.25%		
きのこ類	マッシュルーム-ゆで	7		カリウム	mg	437	0.98%	0.54%	0.40%	0.60%	~	~		
いも類	さつまいも-蒸し	8		カルシウム	mg	209	0.47%	0.51%	0.40%	0.60%	0.50% ~ 1.00%	~		2.5%
				マグネシウム	mg	46	0.102%	0.077%	0.060%	0.040%	~	~		0.3%
				リ ン	mg	163	0.36%	0.39%	0.30%	0.50%	0.25% ~ 0.75%	0.20% ~ 0.30%		1.6%
				カルシウム：リン比		1.28	1		1	1	1.2 : 1 ~ 1.4 : 1	~		2 : 1
乳類	ナチュラルチーズ・カテージ	3		栄養量				栄養量	栄養量	栄養量	*1推奨量:このくらいは摂りましようという量	栄養量	栄養量	栄養量
乳類	ヨーグルト・全脂無糖	20		鉄	mg	1.8		2	1	4	*2上限量:これ以上は危険という量			135
種実類	ごま-いり	3		亜 鉛	mg	5.0		3	3	5				45
				銅	mg	0.3		0.3	0.3	0.3				11
果実類	うんしゅうみかん 砂じょう	30		マンガン	mg	0.3		0.3	0.2	0.2				
				ビタミンC	IU	88		291	226	224		12194	9556	11210
				カロテン当量	IU	380								
				A レチノール当量	IU	620		291	226	224		12194	9556	11210
				ビタミンD	IU	68		31	25	22		181	143	224
				ビタミンE	IU	2.0		1.7	1.3	2.2				45
				ビタミンK	μg	44		94	73					
				ビタミンB1	mg	0.2		0.1	0.1	0.0				
				ビタミンB2	mg	0.2		0.3	0.2	0.1				
				ナイアシン	mg	2.4		1.0	0.8	0.5				
				ビタミンB6	mg	0.22		0.09	0.07	0.04				
				ビタミンB12	μg	1.7		2.0	1.6	1.0				
				葉 酸	μg	68		16	12	8				
				パントテン酸	mg	1.1		0.9	0.7	0.4				
				ビタミンC	mg	519								
				コレステロール	mg	9								
				食塩相当量	g	0.1								
				飽 和	g	1.0								
				一価不飽和	g	1.5								
				多価不飽和	g	1.2								
				n-3	mg	242								
				n-6	mg	934								
				n-6 : n-3		3.9 : 1								
				脂肪酸										
				リノール酸	mg	1020		628	493	448		3663	2915	
				αリノレン酸	mg	46		24	20					
				EPA+DHA	mg	144		24	20			645	493	
				EPA : DHA	mg	0.5 : 1		1 : 1	1 : 1			1.5 : 1	1.5 : 1	

アミノ酸(参考)					
このレシピで摂取できる量			このレシピでの推奨量		
			NRC		AAFCO
	/DM	mg	体重0.75乗ベース	乾燥重量ベース	乾燥重量ベース
イソロイシン	0.5%	219	209	170	166
ロイシン	0.8%	380	384	305	265
リジン	0.8%	348	192	157	282
メチオニン	0.3%	127	192	148	
シスチン	0.2%	67			
メチオニン・シスチン計	0.4%	194	366	291	193
フェニルアラニン	0.5%	218	262	202	
チロシン	0.4%	180			
フェニルアラニン・チロシン計	0.9%	398	419	332	327
スレオニン	0.4%	202	244	193	215
トリプトファン	0.1%	63	80	63	72
バリン	0.6%	266	279	220	175
ヒスチジン	0.4%	190	108	85	81
アルギニン	0.6%	288	192	157	229

アミノ酸スコア(参考)						
このレシピで摂取できる量 (mg)		窒素1gあたりの アミノ酸量	算定用評点ボタン		アミノ酸スコアを計算する(%)	
			1973年 (一般用)	1985年 (2-5歳)	1973年 (一般用)	1985年 (2-5歳)
イソロイシン	219	279	250	180	112	155
ロイシン	380	484	440	410	110	118
リジン	348	443	340	360	130	123
メチオニン・シスチン計	194	247	220	160	112	154
フェニルアラニン・チロシン計	398	506	380	390	133	130
スレオニン	202	257	250	210	103	122
トリプトファン	63	80	60	70	134	115
バリン	266	339	310	220	109	154
ヒスチジン	190	241	-	120	-	201
全窒素量(g)	0.8					

