

ver.4 参考の表へ		このレシピのエネルギー		100	kcal		体重の0.75乗		1.87	kg		計算では		0.63	日分となります	
		1日に与えるエネルギー		158	kcal		体 重		2.3	kg		実際は		1.0	日分とする	
		2/20(wed)														
		グラム														
卵類		鶏卵・全卵-ゆで		10												
豆類		糸引き納豆		3.5												
いも類		さつまいも-蒸し		12												
野菜類		キャベツ-生		5.5												
野菜類		ブロッコリー・花序-ゆで		5												
野菜類		かぼちゃ(西洋)-ゆで		8												
乳類		ヨーグルト・全脂無糖		20												
肉類		成鶏・ささ身-生		6												
豆類		絹ごし豆腐		10												
いも類		さつまいも-蒸し		7												
野菜類		キャベツ-生		6												
野菜類		ブロッコリー・花序-ゆで		5												
野菜類		大豆もやし-ゆで		8												
野菜類		かぼちゃ(西洋)-ゆで		10												
種実類		ごま-いり		2												
藻類		刻み昆布		0.2												
乳類		ヨーグルト・全脂無糖		10												
いも類		じゃがいも-水煮		3												

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	1.1%	326	224	109	106
ロイシン	1.9%	549	411	195	170
リジン	1.7%	487	205	101	181
メチオニン	0.6%	166	205	95	
シスチン	0.4%	111			
メチオニン・シスチン計	1.0%	275	392	187	124
フェニルアラニン	1.1%	316	280	129	
チロシン	0.9%	251			
フェニルアラニン・チロシン計	2.0%	568	448	213	210
スレオニン	1.0%	289	261	124	138
トリプトファン	0.3%	92	86	40	46
バリン	1.3%	385	299	141	112
ヒスチジン	0.8%	220	116	55	52
アルギニン	1.5%	422	205	101	147

アミノ酸スコア(参考)						
このレシピで摂取できる量		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)
(mg)						
イソロイシン	326	306	250	180	123	170
ロイシン	549	516	440	410	117	126
リジン	487	458	340	360	135	127
メチオニン・シスチン計	275	259	220	160	118	162
フェニルアラニン・チロシン計	568	534	380	390	140	137
スレオニン	289	272	250	210	109	130
トリプトファン	92	87	60	70	145	124
バリン	385	362	310	220	117	165
ヒスチジン	220	207	-	120	-	173
全窒素量(g)	1.1					

