

ver.4 参考の表へ		このレシピのエネルギー		167	kcal	体重の0.75乗		1.87	kg	計算では		1.06	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
		5/19(sun)											
		グラム											
魚介類		ぶり・成魚・焼き		7									
豆類		糸引き納豆		2.1									
穀類		大麦・押麦		11									
野菜類		キャベツ・生		5									
野菜類		ブロッコリー・花序・ゆで		5									
野菜類		りょくとうもやし・ゆで		5									
野菜類		こまつな・葉・ゆで		5									
野菜類		オクラ・ゆで		2									
藻類		刻み昆布		0.05									
種実類		ごま・いり		3									
乳類		ヨーグルト・全脂無糖		10									
果実類		りんご・生		20									
肉類		若鶏・ささ身・生		6									
豆類		絹ごし豆腐		10									
穀類		大麦・押麦		11									
野菜類		キャベツ・生		5									
野菜類		ブロッコリー・花序・ゆで		5									
野菜類		りょくとうもやし・ゆで		5									
野菜類		オクラ・ゆで		10									
野菜類		にんじん・根、皮むき・ゆで		8									
藻類		刻み昆布		0.1									
油脂類		フラックスシードオイル		1									
乳類		ヨーグルト・全脂無糖		20									

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	0.9%	384	224	164	160
ロイシン	1.5%	665	411	294	255
リジン	1.4%	586	205	151	272
メチオニン	0.5%	203	205	143	
シスチン	0.3%	126			
メチオニン・シスチン計	0.8%	329	392	281	186
フェニルアラニン	0.9%	390	280	195	
チロシン	0.7%	297			
フェニルアラニン・チロシン計	1.6%	687	448	320	316
スレオニン	0.8%	345	261	186	208
トリプトファン	0.3%	109	86	61	69
バリン	1.0%	451	299	212	169
ヒスチジン	0.8%	353	116	82	78
アルギニン	1.1%	484	205	151	221

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	384	285	250	180	114	158
ロイシン	665	493	440	410	112	120
リジン	586	435	340	360	128	121
メチオニン・シスチン計	329	245	220	160	111	153
フェニルアラニン・チロシン計	687	510	380	390	134	131
スレオニン	345	256	250	210	102	122
トリプトファン	109	81	60	70	135	116
バリン	451	335	310	220	108	152
ヒスチジン	353	262	-	120	-	219
全窒素量(g)	1.3					

