

ver.4 参考の表へ		このレシピのエネルギー		116	kcal	体重の0.75乗		1.81	kg	計算では		0.73	日分となります
		1日に与えるエネルギー		158	kcal	体 重		2.2	kg	実際は		1.0	日分とする
		12/8(sun)											
		グラム											
魚介類		さわら・焼き		7									
豆類		糸引き納豆		3									
いも類		さつまいも・蒸し		11									
野菜類		キャベツ・生		5									
きのこ類		まいたけ・ゆで		5									
野菜類		かぼちゃ(日本)・ゆで		6									
野菜類		トマト・生		28									
種実類		ごま・いり		1.5									
乳類		ヨーグルト・全脂無糖		15									
果実類		りんご・生		10									
魚介類		たちうお		7									
豆類		糸引き納豆		3									
いも類		さつまいも・蒸し		10									
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		かぼちゃ(日本)・ゆで		6									
野菜類		トマト・生		20									
種実類		ごま・いり		1.5									
乳類		ヨーグルト・全脂無糖		10									

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	1.0%	301	217	117	114
ロイシン	1.7%	509	397	209	182
リジン	1.7%	516	199	108	194
メチオニン	0.6%	175	199	102	
シスチン	0.3%	92			
メチオニン・シスチン計	0.9%	267	379	200	132
フェニルアラニン	1.0%	293	271	139	
チロシン	0.8%	239			
フェニルアラニン・チロシン計	1.7%	534	434	228	225
スレオニン	0.9%	287	253	132	148
トリプトファン	0.3%	84	83	43	49
バリン	1.2%	355	289	151	120
ヒスチジン	0.6%	191	112	58	55
アルギニン	1.3%	399	199	108	157

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	301	352	250	180	141	195
ロイシン	509	595	440	410	135	145
リジン	516	603	340	360	177	167
メチオニン・シスチン計	267	312	220	160	142	195
フェニルアラニン・チロシン計	534	624	380	390	164	160
スレオニン	287	335	250	210	134	160
トリプトファン	84	98	60	70	163	140
バリン	355	414	310	220	134	188
ヒスチジン	191	223	-	120	-	186
全窒素量(g)	0.9					

