

ver.4 参考の表へ		このレシピのエネルギー		150	kcal	体重の0.75乗		1.81	kg	計算では		0.95	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
		2/20(thu)											
		グラム											
魚介類		ぶり・成魚-焼き		8									
豆類		糸引き納豆		3.1									
いも類		さつまいも-蒸し		12									
野菜類		キャベツ-生		5									
野菜類		ブロッコリー・花序-ゆで		5									
きのこ類		まいたけ-ゆで		8									
野菜類		かぼちゃ(日本)-ゆで		6									
果実類		りんご-生		25									
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	0.9%	367	217	153	149
ロイシン	1.5%	612	397	274	238
リジン	1.5%	612	199	141	254
メチオニン	0.5%	211	199	133	
シスチン	0.3%	109			
メチオニン・シスチン計	0.8%	321	379	262	173
フェニルアラニン	0.9%	352	271	181	
チロシン	0.7%	283			
フェニルアラニン・チロシン計	1.6%	636	434	298	294
スレオニン	0.8%	339	253	173	193
トリプトファン	0.3%	104	83	56	64
バリン	1.1%	431	289	197	157
ヒスチジン	1.0%	419	112	76	72
アルギニン	1.1%	460	199	141	205

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	367	286	250	180	115	159
ロイシン	612	477	440	410	108	116
リジン	612	477	340	360	140	133
メチオニン・シスチン計	321	250	220	160	114	156
フェニルアラニン・チロシン計	636	495	380	390	130	127
スレオニン	339	264	250	210	106	126
トリプトファン	104	81	60	70	135	116
バリン	431	336	310	220	108	153
ヒスチジン	419	327	-	120	-	272
全窒素量(g)	1.3					

