

ver.4 参考の表へ		このレシピのエネルギー		98	kcal	体重の0.75乗		1.81	kg	計算では		0.62	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
		4/1(tue)											
		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									
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		11									
野菜類		トマト-生		2									
種実類		ごま-いり		1.5									
果実類		ブルーベリー-生		6									
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									
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		11									
野菜類		トマト-生		2									
種実類		ごま-いり		1.5									
果実類		ブルーベリー-生		6									

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%	278	217	108	106
ロイシン	1.6%	467	397	194	168
リジン	1.7%	486	199	100	180
メチオニン	0.6%	163	199	94	
シスチン	0.3%	88			
メチオニン・シスチン計	0.9%	251	379	186	123
フェニルアラニン	0.9%	271	271	128	
チロシン	0.8%	215			
フェニルアラニン・チロシン計	1.7%	486	434	211	208
スレオニン	0.9%	271	253	123	137
トリプトファン	0.3%	79	83	40	46
バリン	1.1%	328	289	140	111
ヒスチジン	0.7%	193	112	54	51
アルギニン	1.4%	405	199	100	146

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	278	282	250	180	113	157
ロイシン	467	473	440	410	107	115
リジン	486	493	340	360	145	137
メチオニン・シスチン計	251	255	220	160	116	159
フェニルアラニン・チロシン計	486	492	380	390	130	126
スレオニン	271	275	250	210	110	131
トリプトファン	79	80	60	70	133	114
バリン	328	332	310	220	107	151
ヒスチジン	193	195	-	120	-	163
全窒素量(g)	1.0					

