

ver.4 参考の表へ		このレシピのエネルギー		128	kcal	体重の0.75乗		1.81	kg	計算では		0.81	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
		4/22(tue)											
		グラム											
魚介類		たい・まだい・養殖-焼き		8									
豆類		糸引き納豆		2.5									
いも類		さつまいも-蒸し		11									
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		こまつな・葉-ゆで											
きのこ類		しいたけ-ゆで		5									
野菜類		かぼちゃ(日本)-ゆで		10									
野菜類		トマト-生		25									
種実類		ごま-いり		3									
果実類		ブルーベリー-生		8									
魚介類		たい・まだい・養殖-焼き		8									
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		6									
野菜類		ブロッコリー・花序-ゆで		5									
野菜類		こまつな・葉-ゆで											
きのこ類		しいたけ-ゆで		5									
野菜類		かぼちゃ(日本)-ゆで		10									
野菜類		トマト-生		12									
種実類		ごま-いり		3									
果実類		ブルーベリー-生		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%	317	217	131	128
ロイシン	1.6%	544	397	235	203
リジン	1.5%	534	199	121	217
メチオニン	0.6%	191	199	114	
シスチン	0.3%	111			
メチオニン・シスチン計	0.9%	302	379	224	148
フェニルアラニン	0.9%	313	271	155	
チロシン	0.7%	246			
フェニルアラニン・チロシン計	1.6%	559	434	255	252
スレオニン	0.9%	310	253	148	166
トリプトファン	0.3%	93	83	48	55
バリン	1.1%	382	289	169	134
ヒスチジン	0.6%	196	112	66	62
アルギニン	1.5%	502	199	121	176

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	317	269	250	180	108	149
ロイシン	544	461	440	410	105	112
リジン	534	453	340	360	133	126
メチオニン・シスチン計	302	255	220	160	116	160
フェニルアラニン・チロシン計	559	474	380	390	125	121
スレオニン	310	262	250	210	105	125
トリプトファン	93	79	60	70	132	113
バリン	382	324	310	220	104	147
ヒスチジン	196	166	-	120	-	139
全窒素量(g)	1.2					

