

ver.4 参考の表へ		このレシピのエネルギー		110	kcal		体重の0.75乗		1.81	kg		計算では		0.78	日分となります	
		1日に与えるエネルギー		142	kcal		体 重		2.2	kg		実際は		1.0	日分とする	
		6/28(sat)														
		グラム														
		魚介類		しろさけ・焼き		7										
		豆類		糸引き納豆		3										
		いも類		さつまいも・蒸し		12										
		野菜類		キャベツ・生		6										
		野菜類		ブロッコリー・花序・ゆで		6										
		野菜類		こまつな・葉・ゆで		5										
		野菜類		かぼちゃ(日本)・ゆで		11										
		野菜類		トマト・生		27										
		きのこ類		まいたけ・ゆで												
		種実類		ごま・いり		2										
		果実類		ブルーベリー・生		5										
		魚介類		しろさけ・焼き		7										
		豆類		糸引き納豆		3										
		いも類		さつまいも・蒸し		12										
		野菜類		キャベツ・生		6										
		野菜類		ブロッコリー・花序・ゆで		6										
		野菜類		こまつな・葉・ゆで		5										
		野菜類		かぼちゃ(日本)・ゆで		11										
		野菜類		トマト・生		27										
		きのこ類		まいたけ・ゆで												
		種実類		ごま・いり		2										
		果実類		ブルーベリー・生		5										
		野菜類		ブロッコリー・花序・ゆで		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%	324	217	126	122
ロイシン	1.7%	548	397	225	195
リジン	1.7%	554	199	116	208
メチオニン	0.6%	196	199	109	
シスチン	0.3%	110			
メチオニン・シスチン計	0.9%	307	379	215	142
フェニルアラニン	1.0%	328	271	149	
チロシン	0.8%	256			
フェニルアラニン・チロシン計	1.8%	584	434	245	241
スレオニン	1.0%	329	253	142	159
トリプトファン	0.3%	97	83	46	53
バリン	1.2%	397	289	162	129
ヒスチジン	0.9%	304	112	63	59
アルギニン	1.5%	480	199	116	169

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	324	258	250	180	103	144
ロイシン	548	437	440	410	99	107
リジン	554	442	340	360	130	123
メチオニン・シスチン計	307	245	220	160	112	153
フェニルアラニン・チロシン計	584	466	380	390	123	119
スレオニン	329	263	250	210	105	125
トリプトファン	97	78	60	70	130	111
バリン	397	317	310	220	102	144
ヒスチジン	304	243	-	120	-	203
全窒素量(g)	1.3					

