

ver.4 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	0.77	1日分となります								
参考の表へ		1日に与えるエネルギー	142	kcal	体 重	2.2	kg	実際は	1.0	1日とする							
7/9(wed)		このレシピで摂取できる栄養				このレシピでの推奨量 *1			このレシピでの推奨量		このレシピでの推奨量		このレシピでの上限量 *2				
グラム						NRC			AAFCO				NRC			AAFCO	
						体重0.75乗ベース			乾燥重量ベース				体重0.75乗ベース			乾燥重量ベース	
魚介類		ほっけ	7					↓この範囲内！			3.0 ~ 4.0						
豆類		糸引き納豆	3.2								~						
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	8								~						
野菜類		こまつな-葉-ゆで	5								~						
野菜類		かぼちゃ(日本)-ゆで	12								7.0% ~ 15.0%				59% 33%		
野菜類		トマト-生	25								~						
きのこ類		まいたけ-ゆで									2.0% ~						
種実類		ごま-いり	2								~						
果実類		ブルーベリー-生	8								~						
											~						
魚介類		ほっけ	7					0.14% 0.08% 0.06%			0.15% ~ 0.35%		0.07% ~ 0.25%				
豆類		糸引き納豆	2.5					0.76% 0.40% 0.60%			0.50% ~ 1.00%				2.5%		
いも類		さつまいも-蒸し	17					0.71% 0.40% 0.60%			~				0.3%		
野菜類		キャベツ-生	6					0.107% 0.060% 0.040%			0.25% ~ 0.75%		0.20% ~ 0.30%		1.6%		
野菜類		ブロッコリー-花序-ゆで	8					0.54% 0.30% 0.50%			1.2: 1 ~ 1.4: 1				2: 1		
野菜類		こまつな-葉-ゆで	5								*1推奨量: このくらいは摂りましようという量				*2上限量: これ以上は危険という量		
野菜類		かぼちゃ(日本)-ゆで	12								/DM: 乾燥重量あたり						
野菜類		トマト-生	25														
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	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	0.8%	259	217	126	123
ロイシン	1.3%	448	397	226	196
リジン	1.3%	444	199	116	210
メチオニン	0.4%	145	199	110	
シスチン	0.3%	91			
メチオニン・シスチン計	0.7%	236	379	216	143
フェニルアラニン	0.8%	264	271	150	
チロシン	0.6%	205			
フェニルアラニン・チロシン計	1.4%	469	434	246	243
スレオニン	0.8%	256	253	143	160
トリプトファン	0.2%	76	83	47	53
バリン	0.9%	314	289	163	130
ヒスチジン	0.5%	169	112	63	60
アルギニン	1.2%	395	199	116	170

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	259	437	250	180	175	243
ロイシン	448	757	440	410	172	185
リジン	444	749	340	360	220	208
メチオニン・シスチン計	236	399	220	160	181	249
フェニルアラニン・チロシン計	469	793	380	390	209	203
スレオニン	256	432	250	210	173	206
トリプトファン	76	129	60	70	215	184
バリン	314	530	310	220	171	241
ヒスチジン	169	285	-	120	-	237
全窒素量(g)	0.6					

