

ver.4このレシピのエネルギー156kcal

参考の表へ1日に与えるエネルギー142kcal

この0.75乗1.81kg

体重2.2kg

計算では1.10日分となります

実際は1.0日分とする

|            |                |         |               |         |          |               |         |         |                        |               |               |         |               |      |       |
|------------|----------------|---------|---------------|---------|----------|---------------|---------|---------|------------------------|---------------|---------------|---------|---------------|------|-------|
| 11/25(tue) |                |         | 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     | 総重量           | g       | 227.7    | NRC           |         | AAFCO   | 老齢犬用「小動物の臨床栄養学」より      | 疾患別推奨レベル      | NRC           |         | AAFCO         |      |       |
|            |                |         | 水分            | g       | 182.6    | 体重0.75乗ベース    | 乾燥重量ベース | 乾燥重量ベース |                        |               | 体重0.75乗ベース    | 乾燥重量ベース | 乾燥重量ベース       |      |       |
| 魚介類        | ぶり・成魚-焼き       | 8.5     | 乾燥重量          | g       | 45.2     |               |         |         | ↓この範囲内！                | ↓この範囲内！       |               |         |               |      |       |
| 豆類         | 糸引き納豆          | 4.5     | エネルギー         | kcal    | 155.8    |               |         |         | 3.0 ~ 4.0              | ~             |               |         |               |      |       |
| いも類        | さつまいも-蒸し       | 16      | エネルギー密度       |         | 3.5      | kcal/g        |         |         |                        |               |               |         |               |      |       |
| 野菜類        | かぼちゃ(日本)-ゆで    | 13      |               |         | /DM      | /DM           | /DM     | /DM     | /DM                    | /DM           | /DM           | /DM     | /DM           |      |       |
| 野菜類        | トマト-生          | 35      | たんぱく質         | g       | 9.5      | 21%           | 13%     | 10%     | 18%                    | 15.0% ~ 23.0% | ~             |         |               |      |       |
| 野菜類        | キャベツ-生         | 6       | 内、動物性蛋白質      | g       | 4.5      | 9.9%          |         |         |                        |               | ~             |         |               |      |       |
| 野菜類        | ブロッコリー-花序-ゆで   | 5       | 脂 質           | g       | 8.7      | 19%           | 7%      | 6%      | 5%                     | 7.0% ~ 15.0%  | ~             | 43%     | 33%           |      |       |
| 野菜類        | こまつな-葉-ゆで      | 5       | 可溶性炭水化物       | g       | 18.1     | 40%           |         |         |                        |               | ~             |         |               |      |       |
| 野菜類        | オクラ-ゆで         | 5       | 繊維 不溶性        | g       | 4.6      | 10.2%         |         |         |                        | 2.0% ~        | ~             |         |               |      |       |
| 野菜類        | りょくとうもやし-ゆで    |         | 繊維 総 量        | g       | 6.2      | 13.8%         |         |         |                        |               | ~             |         |               |      |       |
| きのこ類       | まいたけ-ゆで        | 5       | 灰分            | g       | 1.8      | 4.0%          |         |         |                        |               | ~             |         |               |      |       |
| 種実類        | ごま-いり          | 2       | ナトリウム         | mg      | 17       | 0.04%         | 0.10%   | 0.08%   | 0.06%                  | 0.15% ~ 0.35% | 0.07% ~ 0.25% |         |               |      |       |
| 油脂類        | フラックスシードオイル    |         | カリウム          | mg      | 693      | 1.53%         | 0.56%   | 0.40%   | 0.60%                  |               | ~             |         |               |      |       |
| 果実類        | ブルーベリー-生       | 7       | カルシウム         | mg      | 228      | 0.51%         | 0.52%   | 0.40%   | 0.60%                  | 0.50% ~ 1.00% | ~             |         | 2.5%          |      |       |
|            |                |         | マグネシウム        | mg      | 56       | 0.125%        | 0.079%  | 0.060%  | 0.040%                 |               | ~             |         | 0.3%          |      |       |
|            |                |         | リン            | mg      | 152      | 0.34%         | 0.40%   | 0.30%   | 0.50%                  | 0.25% ~ 0.75% | 0.20% ~ 0.30% |         | 1.6%          |      |       |
| 魚介類        | ぶり・成魚-焼き       | 8.5     | カルシウム：リン比     |         | 1.50 : 1 |               |         | 1 : 1   | 1.2 : 1 ~ 1.4 : 1      |               |               | 2 : 1   |               |      |       |
| 豆類         | 糸引き納豆          | 3.8     |               |         |          | 栄養量           | 栄養量     | 栄養量     | *1推奨量:このくらいは摂りましょうという量 | 栄養量           |               |         | 栄養量           | 栄養量  |       |
| いも類        | さつまいも-蒸し       | 16      | 鉄             | mg      | 2.0      | 2             | 1       | 4       | *2上限量:これ以上は危険という量      |               |               |         |               | 135  |       |
| 野菜類        | かぼちゃ(日本)-ゆで    | 13      | 亜 鉛           | mg      | 4.7      | 4             | 3       | 5       | /DM：乾燥重量あたり            |               |               |         |               | 45   |       |
| 野菜類        | トマト-生          | 35      | 銅             | mg      | 0.3      | 0.4           | 0.3     | 0.3     |                        |               |               |         |               | 11   |       |
| 野菜類        | キャベツ-生         | 6       | マンガン          | mg      | 0.5      | 0.3           | 0.2     | 0.2     |                        |               |               |         |               |      |       |
| 野菜類        | ブロッコリー-花序-ゆで   | 5       | ビタミンD         | IU      | 24       | 302           | 228     | 226     |                        |               |               |         | 12627         | 9623 | 11288 |
| 野菜類        | こまつな-葉-ゆで      | 5       | ビタミンA レチノール当量 | IU      | 301      | 302           | 228     | 226     |                        |               |               |         | 12627         | 9623 | 11288 |
| 野菜類        | オクラ-ゆで         | 5       | ビタミンA レチノール当量 | IU      | 406      | 33            | 25      | 23      |                        |               |               |         | 188           | 144  | 226   |
| 野菜類        | りょくとうもやし-ゆで    |         | ビタミンE         | IU      | 4.9      | 1.8           | 1.4     | 2.3     |                        |               |               |         |               |      | 45    |
| きのこ類       | まいたけ-ゆで        | 5       | ビタミンK         | μg      | 124      | 98            | 74      |         |                        |               |               |         |               |      |       |
| 種実類        | ごま-いり          | 2       | ビタミンB1        | mg      | 0.3      | 0.1           | 0.1     | 0.0     |                        |               |               |         |               |      |       |
| 油脂類        | フラックスシードオイル    |         | ビタミンB2        | mg      | 0.3      | 0.3           | 0.2     | 0.1     |                        |               |               |         |               |      |       |
| 果実類        | ブルーベリー-生       | 7       | ナイアシン         | mg      | 4.2      | 1.0           | 0.8     | 0.5     |                        |               |               |         |               |      |       |
|            |                |         | ビタミンB6        | mg      | 0.38     | 0.09          | 0.07    | 0.05    |                        |               |               |         |               |      |       |
|            |                |         | ビタミンB12       | μg      | 0.7      | 2.1           | 1.6     | 1.0     |                        |               |               |         |               |      |       |
|            |                |         | 葉 酸           | μg      | 126      | 16            | 12      | 8       |                        |               |               |         |               |      |       |
|            |                |         | パントテン酸        | mg      | 1.6      | 0.9           | 0.7     | 0.5     |                        |               |               |         |               |      |       |
| サプリメント     | 錠・杯            |         | ビタミンC         | mg      | 1039     |               |         |         |                        |               |               |         |               |      |       |
|            | Asahi エビオス錠    | 1       | コレステロール       | mg      | 15       |               |         |         |                        |               |               |         |               |      |       |
|            | 新ビオフェルミンS      | 2       | 食塩相当量         | g       | 0.02     |               |         |         |                        |               |               |         |               |      |       |
|            | Ester C        | 0.5     | 飽 和           | g       | 1.3      |               |         |         |                        |               |               |         |               |      |       |
|            |                |         | 一価不飽和         | g       | 1.8      |               |         |         |                        |               |               |         |               |      |       |
|            |                |         | 多価不飽和         | g       | 2.2      |               |         |         |                        |               |               |         |               |      |       |
|            | Asahi エビオス錠    | 1       | n-3           | mg      | 714      |               |         |         |                        |               |               |         |               |      |       |
|            | 新ビオフェルミンS      | 2       | n-6           | mg      | 1435     |               |         |         |                        |               |               |         |               |      |       |
|            | Ester C        | 0.5     | n-6：n-3       |         | 2.0 : 1  |               |         |         |                        |               |               |         |               |      |       |
|            | ZINC lifestyle | 1/8     | リノール酸         | mg      | 1397     | 650           | 497     | 452     |                        |               |               | 3793    | 2935          |      |       |
|            |                | αリノレン酸  | mg            | 100     | 25       | 20            |         |         |                        |               | 668           | 497     |               |      |       |
|            |                | EPA+DHA | mg            | 494     | 25       | 20            |         |         |                        |               | 1.5 : 1       | 1.5 : 1 |               |      |       |
|            |                | EPA：DHA | mg            | 0.5 : 1 | 1 : 1    | 1 : 1         |         |         |                        |               |               |         |               |      |       |

↑

サプリメントはグラム数ではなくて、個数または杯数です。  
分数の入力方法 例:2/3→ ゼロ+スペース+2/3

| 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% | 377 | 217        | 172     | 167     |
| ロイシン           | 1.4% | 619 | 397        | 307     | 266     |
| リジン            | 1.4% | 632 | 199        | 158     | 284     |
| メチオニン          | 0.5% | 222 | 199        | 149     |         |
| シスチン           | 0.3% | 124 |            |         |         |
| メチオニン・シスチン計    | 0.8% | 348 | 379        | 293     | 194     |
| フェニルアラニン       | 0.8% | 370 | 271        | 203     |         |
| チロシン           | 0.6% | 287 |            |         |         |
| フェニルアラニン・チロシン計 | 1.5% | 657 | 434        | 334     | 330     |
| スレオニン          | 0.8% | 360 | 253        | 194     | 217     |
| トリプトファン        | 0.2% | 112 | 83         | 63      | 72      |
| バリン            | 1.0% | 441 | 289        | 221     | 176     |
| ヒスチジン          | 1.0% | 460 | 112        | 86      | 81      |
| アルギニン          | 1.2% | 522 | 199        | 158     | 230     |

| 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         | 377 | 266           | 250        | 180         | 107             | 148         |
| ロイシン           | 619 | 437           | 440        | 410         | 99              | 107         |
| リジン            | 632 | 447           | 340        | 360         | 131             | 124         |
| メチオニン・シスチン計    | 348 | 246           | 220        | 160         | 112             | 154         |
| フェニルアラニン・チロシン計 | 657 | 465           | 380        | 390         | 122             | 119         |
| スレオニン          | 360 | 255           | 250        | 210         | 102             | 121         |
| トリプトファン        | 112 | 79            | 60         | 70          | 132             | 113         |
| バリン            | 441 | 312           | 310        | 220         | 101             | 142         |
| ヒスチジン          | 460 | 325           | -          | 120         | -               | 271         |
| 全窒素量(g)        | 1.4 |               |            |             |                 |             |

