

ver.4

このレシピのエネルギー

113

kcal

体重の0.75乗

1.81

kg

計算では

0.80

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

日分とする

	2/5(thu)		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	192.3		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
魚介類	したびらめ/生	9	水分	g	155.6		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
豆類	糸引き納豆		乾燥重量	g	36.7					↓この範囲内！	↓この範囲内！				
いも類	さつまいも-蒸し	16	エネルギー	kcal	113.2					3.0 ~ 4.0					
豆類	いんげんまめ・全粒-ゆで	5	エネルギー密度		3.1	kcal/g									
野菜類	トマト-生	26				/DM	/DM	/DM	/DM	/DM	/DM	/DM	/DM	/DM	/DM
野菜類	キャベツ-生	5	たんぱく質	g	8.5	23%	16%	10%	18%	15.0% ~ 23.0%	~	~			
野菜類	ブロッコリー-花序-ゆで	6	内、動物性蛋白質	g	3.5	9.4%					~	~			
野菜類	こまつな-葉-ゆで	5	脂 質	g	7.2	20%	9%	6%	5%	7.0% ~ 15.0%	~	~	53%	33%	
野菜類	さやいんげん・若ざや-ゆで	5	可溶性炭水化物	g	14.9	41%					~	~			
野菜類	ほうれんそう-葉-ゆで	5	不溶性 繊維 総 量	g	4.7	12.8%				2.0% ~	~	~			
きのこ類	まいたけ-ゆで	4	灰分	g	1.6	4.4%					~	~			
種実類	ごま-いり	1	ナトリウム	mg	37	0.10%	0.13%	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	0.5	カリウム	mg	593	1.61%	0.69%	0.40%	0.60%		~	~			
果実類	ブルーベリー-生	2	カルシウム	mg	190	0.52%	0.64%	0.40%	0.60%	0.50% ~ 1.00%	~	~			2.5%
豆類	きな粉・全粒大豆	0.5	マグネシウム	mg	49	0.135%	0.097%	0.060%	0.040%	0.25% ~ 0.75%	0.20% ~ 0.30%	~			0.3%
			リ ン	mg	147	0.40%	0.49%	0.30%	0.50%						1.6%
			カルシウム：リン比		1.29 : 1			1 : 1		1.2 : 1 ~ 1.4 : 1	~				2 : 1
						栄養量	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	*2上限量:これ以上は危険という量	栄養量	栄養量	栄養量	
魚介類	したびらめ/生	9	鉄	mg	1.6		2	1	3						110
豆類	糸引き納豆	3	亜 鉛	mg	0.9		4	2	4						37
いも類	さつまいも-蒸し	16	銅	mg	0.2		0.4	0.2	0.3						9
豆類	いんげんまめ・全粒-ゆで	5	マンガン	mg	0.5		0.3	0.2	0.2						
野菜類	トマト-生	26	ビタミンレチノール	IU	18		302	185	184				12627	7826	9180
野菜類	キャベツ-生	5	ビタミンAレチノール当量	IU	364										
野菜類	ブロッコリー-花序-ゆで	6	ビタミンAレチノール当量	IU	379		302	185	184				12627	7826	9180
野菜類	こまつな-葉-ゆで	5	ビタミンD	IU	28		33	20	18				188	118	184
野菜類	さやいんげん・若ざや-ゆで	5	ビタミンE	IU	3.1		1.8	1.1	1.8						37
野菜類	ほうれんそう-葉-ゆで	5	ビタミンK	μg	116		98	60							
きのこ類	まいたけ-ゆで	4	ビタミンB1	mg	0.2		0.1	0.1	0.0						
種実類	ごま-いり	1	ビタミンB2	mg	0.2		0.3	0.2	0.1						
油脂類	フラックスシードオイル	0.5	ナイアシン	mg	2.3		1.0	0.6	0.4						
果実類	ブルーベリー-生	7	ビタミンB6	mg	0.27		0.09	0.06	0.04						
豆類	きな粉・全粒大豆	1	ビタミンB12	μg	0.47		2.1	1.3	0.8						
			葉 酸	μg	105		16	10	7						
			パントテン酸	mg	0.9		0.9	0.6	0.4						
			ビタミンC	mg	830										
			コレステロール	mg	0										
			食塩相当量	g	0.00										
			飽 和	g	0.5										
			一価不飽和	g	0.8										
			多価不飽和	g	1.6										
			n-3	mg	630										
			n-6	mg	950										
			n-6 : n-3		1.5 : 1										
			リノール酸	mg	954		650	404	367				3793	2387	
			αリノレン酸	mg	632		25	16							
			EPA+DHA	mg	52		25	16					668	404	
			EPA : DHA	mg	0.6 : 1		1 : 1	1 : 1					1.5 : 1	1.5 : 1	

サプリメント

錠・杯

Asahi エビオス錠

2

新ビオフェルミンS

1.5

Ester C

0.4

Asahi エビオス錠

2

新ビオフェルミンS

1.5

Ester C

0.4

↑

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	0.4%	163	217	140	136
ロイシン	0.8%	282	397	250	217
リジン	0.6%	237	199	129	231
メチオニン	0.2%	69	199	121	
シスチン	0.2%	64			
メチオニン・シスチン計	0.4%	132	379	239	158
フェニルアラニン	0.5%	196	271	165	
チロシン	0.3%	123			
フェニルアラニン・チロシン計	0.9%	318	434	272	268
スレオニン	0.5%	166	253	158	176
トリプトファン	0.1%	53	83	51	59
バリン	0.6%	207	289	180	143
ヒスチジン	0.3%	109	112	70	66
アルギニン	0.7%	253	199	129	187

アミノ酸スコア（参考）						
このレシピで摂取できる量 (mg)		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)
イソロイシン	163	268	250	180	107	149
ロイシン	282	464	440	410	105	113
リジン	237	390	340	360	115	108
メチオニン・シスチン計	132	217	220	160	99	136
フェニルアラニン・チロシン計	318	523	380	390	138	134
スレオニン	166	272	250	210	109	130
トリプトファン	53	87	60	70	144	124
バリン	207	341	310	220	110	155
ヒスチジン	109	180	-	120	-	150
全窒素量(g)	0.6					

