

ver.4このレシピのエネルギー125kcal

参考の表へ1日に与えるエネルギー142kcal

体重の0.75乗1.81kg

体 重2.2kg

計算では0.88日分となります

実際は1.0日分とする

	2/22(sun)	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			
		総重量	g	198.7	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	
	グラム	水分	g	159.3	体重0.75乗ベース	乾燥重量ベース	乾燥重量ベース			3.0 ~ 4.0		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	あじ・まあじ-焼き	8.5	乾燥重量	g	39.4				↓この範囲内！		↓この範囲内！				
豆類	糸引き納豆	3	エネルギー	kcal	124.7										
いも類	さつまいも-蒸し	15	エネルギー密度		3.2	kcal/g									
豆類	いんげんまめ・全粒-ゆで														
野菜類	トマト-生	29				/DM	/DM	/DM	/DM	/DM	/DM	/DM	/DM	/DM	
野菜類	キャベツ-生	5	たんぱく質	g	9.5	24%	15%	10%	18%	15.0% ~ 23.0%	~				
野菜類	ブロッコリー・花序-ゆで	5	内、動物性蛋白質	g	4.7	11.9%					~				
野菜類	こまつな・葉-ゆで	5	脂 質	g	7.5	19%	8%	6%	5%	7.0% ~ 15.0%	~	50%	33%		
野菜類	さやいんげん・若ざや-ゆで	6	可溶性炭水化物	g	16.5	42%						~			
野菜類	ほうれんそう・葉-ゆで	5	繊維 不溶性	g	4.3	11.0%				2.0% ~		~			
きのこ類	まいたけ-ゆで		繊維 総 量	g	5.7	14.5%						~			
種実類	ごま-いり	1	灰分	g	1.8	4.4%						~			
油脂類	フラックスシードオイル	0.2	ナトリウム	mg	41	0.10%	0.12%	0.08%	0.06%	0.15% ~ 0.35%	0.07% ~ 0.25%				
果実類	ブルーベリー-生		カリウム	mg	642	1.63%	0.64%	0.40%	0.60%		~				
豆類	きな粉・全粒大豆	0.5	カルシウム	mg	193	0.49%	0.60%	0.40%	0.60%	0.50% ~ 1.00%	~			2.5%	
追加食品	干し柿	2	マグネシウム	mg	52	0.131%	0.090%	0.060%	0.040%		~			0.3%	
			リン	mg	170	0.43%	0.46%	0.30%	0.50%	0.25% ~ 0.75%	0.20% ~ 0.30%			1.6%	
魚介類	あじ・まあじ-焼き	8.5	カルシウム：リン比	1.13 : 1					1 : 1	1.2 : 1 ~ 1.4 : 1	~	2 : 1			
豆類	糸引き納豆	3				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	15	鉄	mg	1.6	2	1	3	*2上限量:これ以上は危険という量						118
豆類	いんげんまめ・全粒-ゆで		亜 鉛	mg	0.9	4	2	5							39
野菜類	トマト-生	35	銅	mg	0.2	0.4	0.2	0.3							10
野菜類	キャベツ-生	7	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	6	ビタミンレチノール	IU	7	302	199	197					12627	8399	9852
野菜類	こまつな・葉-ゆで	6	ビタミンA 当量	IU	419										
野菜類	さやいんげん・若ざや-ゆで		ビタミンA レチノール当量	IU	423	302	199	197					12627	8399	9852
野菜類	ほうれんそう・葉-ゆで	6	ビタミンD	IU	30	33	22	20					188	126	197
きのこ類	まいたけ-ゆで	5	ビタミンE	IU	3.3	1.8	1.2	2.0							39
種実類	ごま-いり	1	ビタミンK	μg	139	98	64								
油脂類	フラックスシードオイル	0.2	ビタミンB1	mg	0.2	0.1	0.1	0.0							
果実類	ブルーベリー-生	8	ビタミンB2	mg	0.2	0.3	0.2	0.1							
豆類	きな粉・全粒大豆	1	ナイアシン	mg	3.0	1.0	0.7	0.4							
追加食品	干し柿	3	ビタミンB6	mg	0.97	0.09	0.06	0.04							
			ビタミンB12	μg	0.10	2.1	1.4	0.9							
			葉 酸	μg	109	16	11	7							
			パントテン酸	mg	1.1	0.9	0.6	0.4							
サプリメント	錠・杯		ビタミンC	mg	832										
	Asahi エビオス錠	2	コレステロール	mg	19										
	新ビオフェルミンS	1.5	食塩相当量	g	0.07										
	Ester C	0.4	飽 和	g	0.6										
	ZINC lifestyle		一価不飽和	g	0.9										
	Asahi エビオス錠	2	多価不飽和	g	1.6										
	新ビオフェルミンS	1.5	n-3	mg	520										
	Ester C	0.4	n-6	mg	1033										
			n-6 : n-3		2.0 : 1										
			リノール酸	mg	1017	650	433	394					3793	2562	
		αリノレン酸	mg	325	25	17									
		EPA+DHA	mg	166	25	17						668	433		
		EPA : DHA	mg	0.5 : 1	1 : 1	1 : 1						1.5 : 1	1.5 : 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	0.9%	363	217	150	146
ロイシン	1.6%	625	397	268	233
リジン	1.6%	648	199	138	248
メチオニン	0.5%	207	199	130	
シスチン	0.3%	112			
メチオニン・シスチン計	0.8%	320	379	256	169
フェニルアラニン	0.9%	369	271	177	
チロシン	0.7%	283			
フェニルアラニン・チロシン計	1.7%	652	434	292	288
スレオニン	0.9%	365	253	169	189
トリプトファン	0.3%	102	83	55	63
バリン	1.1%	424	289	193	154
ヒスチジン	0.7%	292	112	75	71
アルギニン	1.3%	505	199	138	201

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	363	278	250	180	111	155
ロイシン	625	479	440	410	109	117
リジン	648	497	340	360	146	138
メチオニン・シスチン計	320	246	220	160	112	153
フェニルアラニン・チロシン計	652	499	380	390	131	128
スレオニン	365	280	250	210	112	133
トリプトファン	102	78	60	70	131	112
バリン	424	325	310	220	105	148
ヒスチジン	292	224	-	120	-	186
全窒素量(g)	1.3					

