

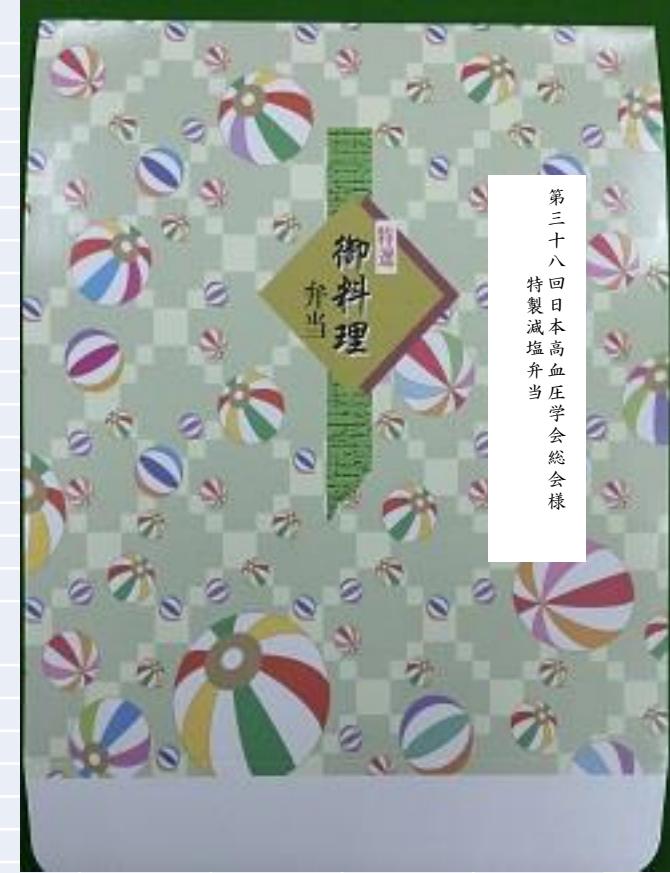
第38回日本高血圧学会総会の減塩弁当(1日目)

「おいでなもし」 第38回日本高血圧学会総会

お献立			栄養量	
ほうれん草 胡麻和え	せんざんき (今治地方の 鶏からあげ)	瀬戸内 かたくちイワシ みかん風味	エネルギー	728kcal
			たんぱく質	34.3 g
			カルシウム	293mg
			鉄	4.9mg
			塩分	2.8g
			脂質	16.9g
			炭水化物	190.0g
稻荷寿司 カツバ巻	小芋巾着 ブロッコリー 人参紅葉の 含め煮	鶏と 松山揚げの 炊き込み飯	レチノール当量	412ug
			ビタミンB1	0.36mg
			ビタミンB2	0.53mg
			ナイアシン	10.3mg
			ビタミンC	78mg
			ビタミンD	4.1ug
			穀物エネルギー比	38.6%
			動タンパク比	54.5%
有の実 柿餅	海老と野菜の 焼カツ 椎茸のカクテル 仕立て	鰯西京焼	SMP比(S)	2.4
			SMP比(M)	3.5
			SMP比(P)	4.1
			PFC比(P)	18.8%
			PFC比(F)	20.9%
			PFC比(C)	60.3%

愛媛県松山市道後町2丁目5番地1 TEL089-923-5551
愛媛県県民文化会館 レストランオレンジ (株伊予鉄会館)

消費期限 平成27年10月9日15時



第38回日本高血圧学会総会の減塩弁当(2日目)

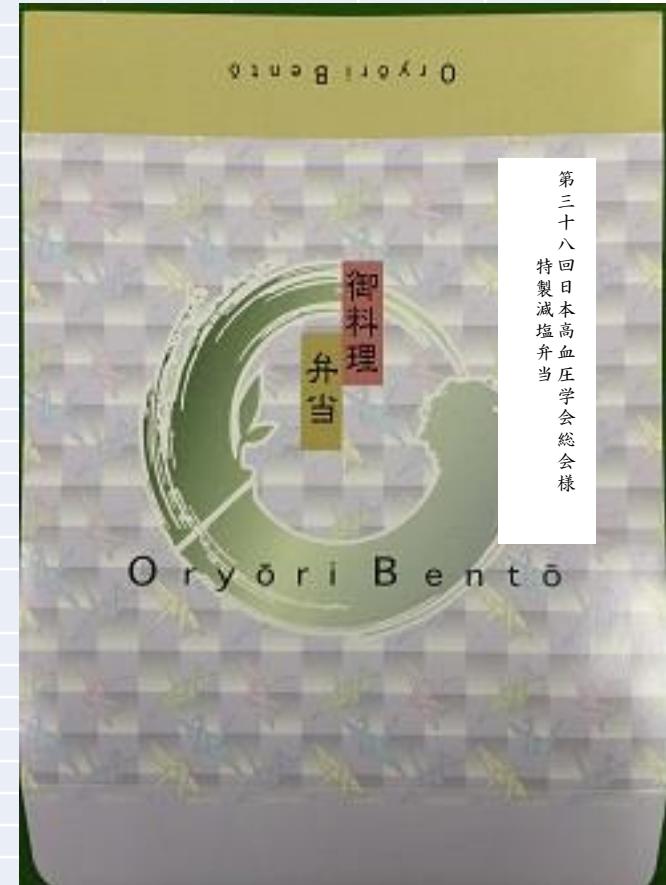
「おいでなもし」 第38回日本高血圧学会総会

お献立		栄養量		
里芋 焼しめじ 牛蒡 こんにゃくの 含め煮	木の葉南京 海老芝煮 インゲン 紅葉人参 焚き合わせ	エネルギー	711kcal
		たんぱく質	41.1 g
		カルシウム	136mg
		鉄	3.1mg
		塩分	2.9g
		脂質	7.2g
		炭水化物	116.2g
		レチノール当量	...	315ug
		ビタミンB1	0.36mg
		ビタミンB2	0.44mg
		ナイアシン	9.7mg
		ビタミンC	42mg
		ビタミンD	5.9ug
		穀物エネルギー比	..	43.6%
		動タンパク比	75.4%
		SMP比(S)	3.3
		SMP比(M))	3.8
		SMP比(P)	2.9
		PFC比(P)	23.1%
		PFC比(F)	9.1%
		PFC比(C)	67.8%

愛媛県松山市道後町2丁目5番地1 TEL089-923-5551

愛媛県県民文化会館 レストランオレンジ (株)伊予鉄会館)

消費期限 平成27年10月10日15時



第38回日本高血圧学会総会の減塩弁当(3日目)

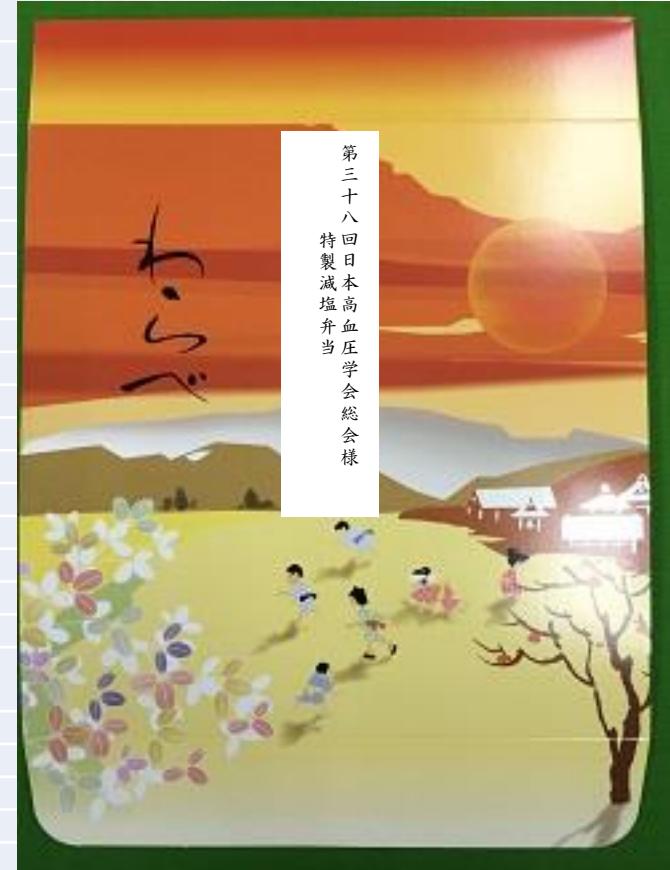
「おいでなもし」 第38回日本高血圧学会総会

お献立			栄養量		
じゃこ天と 蓮根の 合わせ揚げ	サザエ壺焼き	大根のおかか和え	エネルギー	702kcal	
			たんぱく質	43.8 g	
			カルシウム	161mg	
			鉄	4.1mg	
			塩分	2.8g	
			脂質	12.4g	
			炭水化物	99.4g	
鯛めし (炊き込み風)	大根 生麩 凍り豆腐 椎茸の 含め煮	高菜ごはん	レチノール当量	131ug	
			ビタミンB1	0.71mg	
			ビタミンB2	0.41mg	
			ナイアシン	8.4mg	
			ビタミンC	59mg	
			ビタミンD	3.1ug	
			穀物エネルギー比	42.3%	
ひとくちタルト ぶどう	ローストポーク わさび風味 ニミトマト	ブリの照り焼き	動タンパク比	67.4%	
			SMP比(S)	2.7	
			SMP比(M)	2.9	
			SMP比(P)	4.4	
			PFC比(P)	25.0%	
			PFC比(F)	15.9%	
			PFC比(C)	59.1%	

愛媛県松山市道後町2丁目5番地1 TEL089-923-5551

愛媛県県民文化会館 レストランオレンジ (株)伊予鉄会館)

消費期限 平成27年10月11日15時



第38回日本高血圧学会総会の減塩弁当(3日目)

