



# 【単品ムース】の栄養成分とアレルゲン

2019年6月改定

日本ケアミール(株)

栄養成分 (100g当り) (五訂増補に基づく自社計算値)			エネルギー (kcal)	一般成分					無機質							ビタミン						食物繊維総量 (g)	食塩相当量 (g)	アレルゲン		
種類	コード	商品名		水分 (g)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	灰分 (g)	ナトリウム (mg)	カリウム (mg)	カルシウム (mg)	マグネシウム (mg)	リン (mg)	鉄 (mg)	亜鉛 (mg)	銅 (mg)	ビタミンA		ビタミンD (μg)	ビタミンK (μg)	ビタミンB1 (mg)				ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)
																	レチノール (μg)	レチノール当量 (μg)								
メイン料理用ムース	3010	サーモン	166	74.9	4.1	13.4	6.0	0.7	262	65	3	5	43	0.0	0.1	0.01	1	1	4.0	20	0.02	0.05	0	0.1	0.5	卵、乳成分、小麦、大豆、さけ
	3020	鯛	249	63.5	4.8	20.6	9.8	1.3	396	83	4	6	46	0.0	0.1	0.00	1	1	0.6	29	0.04	0.03	0	0.1	1.0	卵、乳成分、大豆
	3030	カレイ	199	69.6	5.0	16.0	8.2	1.0	324	71	9	5	43	0.0	0.1	0.00	1	1	2.1	24	0.00	0.08	0	0.1	0.7	卵、乳成分、大豆
	3040	海老	200	68.8	5.9	15.4	8.7	1.1	344	89	9	9	72	0.0	0.3	0.12	1	1	0.0	23	0.01	0.03	0	0.1	0.8	卵、乳成分、大豆、えび
	3050	イカ	221	67.9	3.1	19.2	8.0	1.4	449	38	3	5	27	0.0	0.1	0.04	0	0	0.0	29	0.00	0.02	0	0.1	1.2	卵、乳成分、大豆、いか
	3060	うなぎ	201	67.2	5.8	15.0	10.1	0.8	327	62	21	4	66	0.2	0.3	0.03	192	192	2.4	20	0.10	0.12	0	0.1	1.0	卵、小麦、乳成分、大豆
	3070	シイラ	240	64.3	4.8	19.9	9.5	1.3	405	83	4	5	48	0.1	0.1	0.01	1	1	0.7	30	0.03	0.05	0	0.1	1.0	卵、乳成分、大豆
	3080	タラ	236	65.0	4.3	19.6	9.4	1.3	413	66	6	4	45	0.0	0.1	0.01	1	1	0.1	30	0.01	0.04	0	0.1	1.0	卵、乳成分、大豆
	3090	牛	189	67.6	3.8	13.0	13.5	1.4	486	67	3	6	42	0.3	0.4	0.02	2	2	0.1	16	0.01	0.05	0	0.0	1.2	卵、小麦、乳成分、大豆、牛肉
	3100	鶏	155	75.9	4.8	11.4	7.0	0.5	188	76	3	5	47	0.1	0.3	0.01	77	77	0.0	26	0.01	0.08	1	0.1	0.4	卵、乳成分、大豆、鶏肉
	3110	豚	208	64.7	5.0	14.6	13.7	1.6	602	74	2	5	48	0.2	0.2	0.02	1	1	0.1	18	0.07	0.05	0	0.0	1.5	卵、小麦、乳成分、大豆、豚肉
	3120	肉団子	231	61.8	5.3	17.8	11.2	0.6	322	91	4	7	54	0.3	0.5	0.02	2	2	0.1	25	0.10	0.07	1	0.0	0.8	卵、小麦、乳成分、大豆、鶏肉、豚肉
	3130	ハンバーグ	207	60.1	5.7	14.9	11.9	1.0	312	86	9	2	47	0.4	0.1	0.00	6	6	0.0	22	0.03	0.09	0	0.0	0.6	卵、小麦、乳成分、りんご、ごま、大豆、鶏肉、豚肉
	3140	焼き鳥	246	63.7	5.9	19.8	9.3	0.3	182	99	1	7	60	0.1	0.5	0.01	4	4	0.0	39	0.03	0.08	1	0.0	0.5	卵、小麦、乳成分、大豆、鶏肉
	3150	玉子焼き	228	65.3	5.2	18.5	9.2	1.4	502	60	9	6	37	0.2	0.2	0.01	16	17	0.4	28	0.01	0.15	0	0.0	1.3	卵、小麦、乳成分、大豆、りんご
	3160	ブリ	275	59.7	5.3	23.1	10.4	1.2	430	75	3	5	32	0.2	0.1	0.01	7	7	1.2	31	0.03	0.08	0	0.1	1.1	卵、乳成分、大豆
	3170	サバ	250	63.3	4.6	20.8	9.8	1.1	410	62	3	5	45	0.2	0.1	0.01	5	5	1.5	30	0.02	0.06	0	0.1	1.1	卵、乳成分、大豆、サバ
	3180	焼肉	206	67.2	4.2	15.1	11.9	1.1	356	58	2	3	37	0.3	0.5	0.01	2	2	0.1	18	0.01	0.05	0	0.0	0.8	卵、小麦、乳成分、りんご、ごま、大豆、牛肉
	3190	トンカツ	205	68.1	4.3	15.6	10.5	1.2	354	63	2	4	43	0.1	0.3	0.02	2	2	0.1	17	0.09	0.05	0	0.0	0.8	卵、乳成分、りんご、大豆、豚肉
	3200	サワラ	209	68.6	6.2	17.0	6.7	1.4	406	128	4	7	63	0.2	0.2	0.01	3	3	1.6	23	0.02	0.10	0	0.0	1.0	卵、乳成分、大豆
3210	カツオ	200	70.3	6.1	16.0	6.7	0.9	247	85	2	7	60	0.4	0.2	0.02	4	4	1.7	23	0.02	0.05	0	0.0	0.6	卵、乳成分、大豆	
3220	貝柱	199	70.9	4.8	17.0	6.1	1.0	332	91	6	15	62	0.5	0.7	0.03	2	6	0.0	25	0.01	0.09	1	0.0	0.7	卵、乳成分、大豆	
3230	アサリ	215	68.2	6.2	18.2	5.6	1.2	304	18	27	12	75	7.1	0.8	0.07	1	1	0.0	28	0.00	0.04	0	0.0	0.7	卵、乳成分、大豆	



# 【 単品ムース】の栄養成分とアレルゲン

2019年6月改定

栄養成分			エネルギー (kcal)	一般成分					無機質							ビタミン						食物繊維総量 (g)	食塩相当量 (g)	アレルゲン		
(100g当り) (五訂増補に基づく自社計算値)				水分 (g)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	灰分 (g)	ナトリウム (mg)	カリウム (mg)	カルシウム (mg)	マグネシウム (mg)	リン (mg)	鉄 (mg)	亜鉛 (mg)	銅 (mg)	ビタミンA		ビタミンD (μg)	ビタミンK (μg)	ビタミンB1 (mg)				ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)
種類	コード	商品名															レチノール (μg)	レチノール当量 (μg)								
小鉢料理用ムース	4010	ほうれん草 ムース	163	73.7	3.3	13.1	8.2	1.2	349	116	34	22	36	0.4	0.2	0.04	0	199	0.0	133	0.02	0.09	8	1.2	0.8	卵、小麦、乳成分、大豆
	4020	大根 ムース	198	68.9	1.4	15.6	12.9	1.0	141	207	28	10	26	0.2	0.1	0.01	0	0	0.0	24	0.02	0.03	2	1.2	0.6	卵、小麦、乳成分、大豆
	4030	人参 ムース	180	71.5	2.1	14.5	9.8	1.1	336	126	12	5	24	0.1	0.1	0.02	0	271	0.0	30	0.02	0.05	2	1.0	0.7	卵、小麦、乳成分、大豆
	4040	かぼちゃ ムース	234	62.4	1.7	17.2	17.5	0.8	147	164	6	9	30	0.2	0.1	0.02	0	113	0.0	34	0.02	0.06	11	1.4	0.3	卵、乳成分、大豆、
	4050	里芋 ムース	241	62.1	2.5	18.6	15.3	1.6	468	146	8	9	34	0.2	0.1	0.05	0	0	0.0	28	0.03	0.02	2	0.7	1.1	卵、小麦、乳成分、大豆
	4060	さつまいも ムース	199	63.5	1.6	11.2	22.7	0.8	144	207	15	10	29	0.2	0.1	0.07	0	1	0.0	17	0.04	0.04	12	0.9	0.3	卵、乳成分、大豆、
	4070	小松菜 ムース	159	75.4	2.4	13.1	7.7	1.0	225	222	70	6	33	1.1	0.1	0.02	0	105	0.0	106	0.04	0.08	16	1.0	0.5	卵、小麦、乳成分、大豆
	4080	ブロッコリー ムース	155	75.4	3.4	12.5	7.8	0.8	232	95	15	8	41	0.3	0.1	0.02	0	27	0.0	82	0.02	0.07	22	1.5	0.5	卵、小麦、乳成分、大豆
	4090	椎茸 ムース	191	67.0	2.7	14.3	14.5	1.4	437	127	2	8	49	0.1	0.4	0.03	0	0	1.4	23	0.05	0.10	0	0.0	1.0	卵、小麦、乳成分、大豆
	4100	ごま豆腐 ムース	189	71.2	2.3	15.2	10.7	0.7	116	37	41	20	52	0.5	0.3	0.09	0	0	0.0	19	0.05	0.03	0	0.7	0.3	卵、乳成分、大豆、ごま
	4110	豆腐 ムース	191	64.1	3.5	15.9	7.3	0.9	279	54	26	38	42	0.3	0.2	0.04	0	0	0.0	26	0.02	0.03	0	0.1	0.6	卵、乳成分、大豆
	4120	うぐいす豆 ムース	229	58.4	3.0	12.5	25.5	0.8	167	48	7	9	54	0.8	0.3	0.05	0	0	0.0	23	0.01	0.02	0	1.7	0.4	卵、乳成分、大豆
	4130	うずら豆 ムース	228	58.9	3.4	12.7	24.4	0.7	154	90	14	9	44	0.7	0.2	0.05	0	0	0.0	21	0.01	0.02	0	1.9	0.4	卵、乳成分、大豆
	4140	ポテトサラダ ムース	264	61.0	2.3	21.7	13.4	1.5	427	108	4	7	25	0.2	0.1	0.03	0	24	0.0	27	0.02	0.03	3	0.0	1.1	卵、小麦、乳成分、大豆
	4150	ギョウザ ムース	189	67.8	4.8	12.3	13.7	1.1	324	89	13	2	51	0.4	0.0	0.02	2	4	0.0	16	0.03	0.05	2	0.2	0.7	卵、小麦、乳成分、大豆、ごま、豚肉
	4160	トマト ムース	157	74.5	2.7	12.1	9.3	0.9	250	139	6	7	25	0.2	0.0	0.03	0	11	0.0	21	0.03	0.06	4	0.4	0.6	卵、乳成分、大豆
	4170	コーンムース	220	64.3	2.8	16.3	15.5	1.1	333	84	2	7	38	0.0	0.1	0.01	0	1	0.0	25	0.03	0.05	1	0.7	0.9	卵、乳成分、大豆
	4180	アスパラ ムース	154	75.7	3.0	12.3	7.9	0.9	227	128	9	6	39	0.2	0.2	0.05	0	12	0.0	39	0.06	0.09	7	0.9	0.5	卵、小麦、乳成分、大豆
	4190	シュウマイ ムース	222	64.9	4.7	17.0	12.1	1.0	325	78	10	1	47	0.5	0.0	0.01	2	2	0.0	22	0.04	0.07	0	0.0	0.7	卵、小麦、乳成分、ゼラチン、大豆、鶏肉、豚肉
	4200	カレイの子 ムース	207	66.1	6.7	15.0	9.4	1.0	652	90	7	5	92	0.1	0.6	0.02	3	0	0.8	23	0.14	0.11	6	0.1	1.5	卵、小麦、乳成分、大豆
	4210	じゃが芋 ムース	209	66.2	2.2	15.2	15.2	1.1	329	159	2	9	20	0.1	0.1	0.04	0	0	0.0	23	0.02	0.03	7	0.9	0.8	卵、乳成分、大豆
	4220	玉ねぎ ムース	183	71.7	2.3	14.8	9.7	0.6	239	20	1	1	15	0.0	0.0	0.00	0	0	0.0	23	0.00	0.03	0	0.0	0.5	卵、乳成分、大豆
	4230	ゴボウ ムース	209	66.4	2.1	16.1	14.2	1.1	276	150	20	24	41	0.3	0.3	0.08	0	0	0.0	25	0.02	0.04	1	2.2	0.7	卵、小麦、乳成分、大豆
	4240	エリンギ ムース	162	74.6	2.3	13.8	8.4	0.7	229	88	1	4	38	0.1	0.2	0.03	0	0	0.7	21	0.02	0.06	0	1.3	0.5	卵、小麦、乳成分、大豆
4250	赤ピーマン ムース	233	64.8	2.3	19.1	12.5	1.0	285	104	4	5	26	0.2	0.1	0.01	0	33	0.0	32	0.02	0.09	64	0.6	0.8	卵、乳成分、大豆	
4260	ひじき ムース	262	61.9	2.3	23.7	9.8	1.1	231	160	36	14	28	0.1	0.1	0.00	6	13	0.0	46	0.01	0.06	0	1.0	0.6	卵、乳成分、大豆	
4270	なす ムース	196	70.7	1.9	16.8	9.3	0.8	221	88	4	5	20	0.1	0.1	0.03	0	1	0.0	28	0.02	0.04	1	0.6	0.6	卵、小麦、乳成分、大豆	