



【ムミーくんのおかずセット】商品内容 & 栄養成分

2019年6月現在
日本ケアミール(株)

分類	商品コード	商品名	メニュー内容				栄養成分(五訂増補に基づく自社計算)					アレルギー物質
			メイン料理 65~75g		小鉢料理① 20~25g	小鉢料理② 15~20g	エネルギー ↓	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	
			メニュー	味付け								
肉類	50010	肉じゃが	肉じゃが	煮物ダレ	サラダ(トマト、ブロッコリー)	玉子焼き	247	5.3	18.1	14.0	1.5	卵・小麦・乳成分・大豆・牛肉・りんご
	50020	豚角煮	豚角煮	角煮ダレ	大根キムチ	うずら豆	245	5.0	15.7	18.8	1.3	卵・小麦・乳成分・エビ・大豆・豚肉・りんご・魚介類
	50030	ハンバーグ デミソース	ハンバーグ(デミソース)	デミグラスソース	煮物(ゴボウ、里芋)	ポテトサラダ	242	4.0	17.3	15.8	1.1	卵・小麦・乳成分・大豆・鶏肉・豚肉・牛肉・りんご・ごま
	50040	鶏の炭火焼き	鶏の炭火焼き	焼き鳥ダレ	煮浸し(ゴボウ、ほうれん草)	カレイの子煮	244	5.6	16.9	15.5	1.8	卵・小麦・乳成分・大豆・鶏肉・牛肉
	50050	豚肉中華炒め	豚肉のオイスターソース炒め	オイスターソース	サラダ(トマト・コーン)	カボチャの煮物	265	5.2	19.5	15.6	2.2	卵・小麦・乳成分・大豆・豚肉
	50140	筑前煮	筑前煮	煮物ダレ	ギョウザ	うぐいす豆	227	4.8	15.8	14.2	1.2	卵・小麦・乳成分・大豆・鶏肉・豚肉・ごま
	50150	ビーフカレー	ビーフカレー	カレーソース	さば南蛮漬け	ポテトサラダ	242	5.3	17.4	14.9	1.2	卵・小麦・乳成分・大豆・牛肉・さば
魚類	50060	鮭の照り焼き	鮭の照り焼き	照り焼きダレ	紅白なます(大根、人参)	玉子焼き	224	5.0	15.5	15.3	1.6	卵・小麦・乳成分・大豆・さけ・牛肉・りんご
	50070	カレイのムニエル	カレイのムニエル	ホワイトソース	ハウレン草ゴマ和え	豆腐	240	6.2	18.5	10.8	0.9	卵・小麦・乳成分・ごま・大豆・鶏肉
	50080	鯛の塩焼き	鯛の塩焼き	塩ダレ	ギョウザ	煮物(かぼちゃ・椎茸)	250	4.5	19.6	12.0	1.6	卵・小麦・乳成分・大豆・豚肉・ごま
	50090	海老旨煮	海老旨煮	旨煮ダレ	ナムル(大根、人参)	シュウマイ	248	4.6	18.7	14.4	1.5	卵・小麦・乳成分・エビ・大豆・鶏肉・豚肉・ごま・ゼラチン
	50100	イカのチリ炒め	イカのチリ炒め	チリソース	ごま豆腐	玉子焼き、小松菜	233	4.9	17.4	13.8	2.0	卵・小麦・乳成分・大豆・ごま・イカ・りんご
	50120	うなぎの蒲焼き	うなぎの蒲焼き	うなぎのタレ	紅白なます(大根、人参)	さつま芋	243	5.3	15.0	21.0	1.5	卵・小麦・乳成分・大豆
	50130	ぶり大根	ぶり大根	煮魚ダレ	サラダ(ブロッコリー、アスパラ)	ごま豆腐	264	4.4	20.9	13.5	1.2	卵・小麦・乳成分・大豆・ごま
						(平均)	244	5.0	17.6	15.0	1.5	