

● 原材料名(シリアル)

名称	たんぱく加工食品	内容量
原材料名	チョコレート	72.2g/食
	キャラメルナッツ	74.8g/食
	アップルヨーグルト	72.8g/食

● 栄養成分表示(シリアル)

1食中の熱量 及び栄養成分	チョコレート	キャラメル ナッツ	アップル ヨーグルト
熱量 (kcal)	275	275	275
たんぱく質 (g)	22.0	22.0	22.0
脂質 (g)	7.2	5.4	4.7
炭水化物 (g)	35.1	39.1	40.0
糖質 (g)	26.1	30.1	31.3
食物繊維 (g)	9.0	9.0	9.5
食塩相当量 (mg)	0.9	1.1	0.8
ビタミンA (μg)	330	340	300
ビタミンB ₁ (mg)	0.9	0.9	0.9
ビタミンB ₂ (mg)	0.9	0.9	0.8
ナイアシン (mg)	14	14	14
パントテン酸 (mg)	3.9	3.7	3.3
ビタミンB ₆ (mg)	1.3	1.2	1.2
ビタミンB ₁₂ (μg)	3.0	2.7	2.6
葉酸 (μg)	140	140	150
ビタミンC (mg)	60	60	60
ビタミンD (μg)	4.5	4.3	4.6
ビタミンE (mg)	5.6	5.4	4.6
ビタミンK (μg)	50	50	50
カルシウム (mg)	430	440	450
マグネシウム (mg)	180	160	150
カリウム (mg)	920	760	710
リン (mg)	300	280	330
鉄 (mg)	11.0	9.0	8.6
亜鉛 (mg)	5.4	5.0	5.0
銅 (mg)	1.0	0.9	0.8
ヨウ素 (μg)	110	110	110

* これ以外にも多種の栄養成分を含んでおります。

マイクロダイエットのたんぱく質は乳たんぱくや大豆たんぱく等を主体にバランス良く配合しております。アミノ酸スコアは100です。