

2023おせち成分表

	品名	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g
1	白身魚と枝豆の白和え	95	10.5	5.1
2	馬肉カラフル野菜ゼリー	11	2.2	0.2
3	鹿肉コロコロステーキ	33.4	6.7	0.8
4	きんちゃく	52	1.6	0.3
5	赤白たわら	50	1	0
6	富士山かざり	40.8	0.5	0.1
7	きんとん	45	0.3	0.1
8	伊達巻き	65	4.4	2.8
9	鶏むね肉と青菜和え	40	5.7	1.6

炭水化物 g	食塩相当量 g
3.1	0.1
0.2	0.01
0.1	0.1
10.1	0
16.9	0
9	0
11.1	0.01
5.5	0.3
0.3	0.02