

栄養成分	栄養素等表示基準値
エネルギー (kcal)	2200
たんぱく質 (g)	81
脂 質 (g)	62
飽和脂肪酸 (g)	16
n-3系脂肪酸 (g)	2.0
n-6系脂肪酸 (g)	9.0
炭水化物 (g)	320
ナトリウム (mg)	2900
カルシウム (mg)	680
鉄 (mg)	6.8
リ ン (mg)	900
マグネシウム (mg)	320
カリウム (mg)	2800
銅 (mg)	0.9
ヨウ素 (μg)	130
セレン (μg)	28
亜鉛 (mg)	8.8
クロム (μg)	10
マンガン (mg)	3.8
モリブデン (μg)	25
ビタミンA (μg)	770
ビタミンD (μg)	5.5
ビタミンE (mg)	6.3
ビタミンK (μg)	150
ビタミンB1 (mg)	1.2
ビタミンB2 (mg)	1.4
ナイアシン (mg)	13
ビタミンB6 (mg)	1.3
葉 酸 (μg)	240
ビタミンB12 (μg)	2.4
ビオチン (μg)	50
パントテン酸 (mg)	4.8
ビタミンC (mg)	100
食物繊維 (g)	19

・食物繊維は「日本人の食事摂取基準（2020年版）」より、成人の目標量18g以上を基準とした。