

	栄養成分	数値	単位
	代謝エネルギー	140	kcal
	水分	67.1	g
	たんぱく質	9.8	g
	脂質	1.0	g
	炭水化物	20.9	g
	食物繊維	1.5	g
ミネラル	ナトリウム	18.9	mg
	カリウム	197.6	mg
	カルシウム	216.5	mg
	マグネシウム	19.8	mg
	リン	164.7	mg
	鉄	2.6	mg
	亜鉛	2.6	mg
	銅	0.2	mg
	ビタミン	ビタミンA	2343
ビタミンD		0.4	μg
ビタミンE		1.1	mg
ビタミンK		4.2	μg
ビタミンB <sub>1</sub> (チアミン)		0.2	mg
ビタミンB <sub>2</sub> (リボフラビン)		0.3	mg
ナイアシン(ビタミンB <sub>3</sub> )		3.4	mg
ビタミンB <sub>6</sub> (ピリドキシン)		0.3	mg
ビタミンB <sub>12</sub> (コバラミン)		7.4	μg
葉酸		220	μg
パントテン酸(ビタミンB <sub>5</sub> )		2.1	mg
ビタミンC		3.8	mg