

「長生きサポート」1日の給与量

アダルトのためのごはん

3～6才

総合栄養価(100g当り)

370kcal／100g

体重(Kg)	給与量(g)
1	14～16
1.1	16～17
1.2	17～19
1.3	19～21
1.4	20～22
1.5	21～24
1.6	23～25
1.7	24～27
1.8	26～28
1.9	27～30
2	29～32
2.2	32～35
2.4	34～38
2.6	37～41
2.8	40～44
3	43～47
4	54～65
5	63～75
6	71～85
7	79～95
8	86～103
9	93～112
10	100～120
11	107～128
12	113～136
13	119～143
14	125～150
15	131～157