

「長生きサポート」1日の給与量

アダルトのためのごはん

6～7才

総合栄養価(100g当り)

370kcal／100g

体重(Kg)	給与量(g)
1	14～15
1.1	15～17
1.2	17～18
1.3	18～20
1.4	20～22
1.5	21～23
1.6	22～25
1.7	24～26
1.8	25～28
1.9	27～29
2	28～31
2.2	31～34
2.4	34～37
2.6	36～40
2.8	39～43
3	42～46
4	53～64
5	61～74
6	69～83
7	77～92
8	84～101
9	91～109
10	98～117
11	104～125
12	111～133
13	117～140
14	123～147
15	128～154