

商品名	商品コード	入数	梱包サイズ 約(mm)	重量 約(kg)
LLF肉じゃが(50個入)	2710	1	310×410×H200	8.6
LLFおでん(50個入)	2711	1	310×410×H400	14
LLF鯖味噌煮(50個入)	2712	1	310×410×H200	4.8
LLF野菜カレー(50個入)	2713	1	310×410×H200	11.1
LLFやわらかナポリタンスパゲティ(50個入)	2714	1	310×410×H200	11.1
LLFしっとりコッペパン(50個入)	2715	1	345×600×H190	5.5
LLF牛丼の具(50個入)	2721	1	310×410×H200	8.1
LLFやわらか玄米炊き込みご飯(50個入)	2722	1	310×410×H200	12.3
LLF玄米トマトリゾット(50個入)	2723	1	310×410×H200	12.3
おでん缶	2091	12	270×207×H110	4.2
きんぴらごぼう(24缶入)	2725	1	235×310×H70	2.0
ごもく豆(24缶入)	2726	1	235×310×H70	2.6
切り干しだいこん(24缶入)	2727	1	235×310×H70	2.5
ひじき(24缶入)	2728	1	235×310×H70	2.5
かぼちゃいとこ煮(24缶入)	2729	1	235×310×H70	2.4
コンビーフ	2045	24	201×346×H96	2.3

商品名	商品コード	入数	梱包サイズ 約(mm)	重量 約(kg)
さば味噌煮	2062	24	317×241×H126	6.2
いわし味付	2063	24	220×275×H88	3.4
いわし味噌煮	2067	24	317×241×H104	5.0
まぐろ油漬(ライトツナ・フレーク)	2065	24	317×241×H68	2.4
やきとり たれ味	2105	24	316×239×H69	2.7
やきとり 塩味	2107	24	316×239×H69	2.6
朝からフルーツ パイミン	2049	24	413×277×H77	5.8
スーパー保存水(1.5ℓ)	2005	8	320×191×H319	13.2
スーパー保存水(500ml)	2004	24	430×285×H230	13.7
純天然アルカリ7年保存水(2ℓ×6本)	2501	1	325×187×H317	12.9
純天然アルカリ7年保存水(500ml×24本)	2500	1	387×265×H206	13.1
アルファ米携帯おにぎり 鮭	2680	50	382×317×H113	2.9
アルファ米携帯おにぎり わかめ	2682	50	382×317×H113	2.9
アルファ米携帯おにぎり 五目おこわ	2684	50	382×317×H113	3.1
アルファ米携帯おにぎり 昆布	2686	50	382×317×H113	2.9
保存用焼きのり	2513	24	440×300×H125	1.7

## 保存食料 ●カロリー・食物アレルギー(7品目)一覧●

(※1 調理の必要な食品の場合は調理前の熱量です。)

一般的な成人の1日あたりの摂取カロリーの目安は、年齢・体格などの条件によって違ってきますが、およそ女性1800kcal、男性2200kcal前後です。下記のカロリー表を参考に保存食料の備蓄量を計算してください。

商品名	商品コード	目安として約1食(1包装) あたりの熱量(kcal) ※1	100gあたりの 熱量(kcal)	乳	卵	小麦	落花生	そば	えび	かに
災害食用ハイハイ	2143	1袋(20g)	13	376						
はぐくみ 小・大缶	2051・2059			512	●					
MA-mi 大缶	2048			477	●					
ビスコ保存缶	2351	1パック(20.6g)	100	485	●		●			
保存用ビスコ コンパクトタイプ	2358・2352	1袋(61.8g)	300	485	●		●			
カンパン 110g	2024	1缶(110g)	449	408			●			
保存用大型カンパン	2028・2029	1食(115g)	481	418			●			
保存用ビスケット	2202・2203	1食(66g)	301	456	●		●			
保存用クラッカー	2206・2207	1食(54g)	248	459			●			
カニヤバリヤ®ソフトカンパン	2201	1食(76g)	304	400			●			
7年保存クッキー チーズ	2413	1食(70g)	328	468	●	●	●			
7年保存クッキー ココナッツ	2415	1食(70g)	335	478	●	●	●			
7年保存クッキー パンプキン	2417	1食(70g)	332	474	●	●	●			
尾西のライスクッキー ココナッツ風味	2405	1食(48g)	276	575						
尾西のライスクッキー いちご味	2408	1食(48g)	263	548						
缶入クラッカー	2211	1缶(75g)	373	497	●		●			
あたり前田のクラッカー	2224	1缶(135g)	697	516	●		●			
ヒジョウシヨク ER 9食入	2401	1個(56g)	274	489	●		●	●		
保存食 塩せんべい	2140	1袋(80g)	310	388						
保存用ファイバービスケット	2208	1袋(80g)	355	444			●			
ミルクスティック	2430	1袋(48g)	200	417	●					
スーパーバランス	2419	1パック(82g)	400	483	●	●	●			
カロリーメイト・ロングライフ	2365	1食(40g)	200	500	●	●	●			
野菜一日これ一本 長期保存用(30缶)	2368	1本(190g)	83	44						
非常災害用ドロップス	2057	1缶(140g)	547	391						
えいようかん	2453	1食(60g)	171	285						
ひだまりパン プレーン	2690	1缶(70g)	257	367	●	●	●			
ひだまりパン チョコ	2692	1缶(70g)	251	359	●	●	●			
ひだまりパン メープル	2694	1缶(70g)	251	359	●	●	●			
おいしい! 防災Pancan マフィン仕立て	2581	1缶(95g)	364	383	●	●	●			
備蓄deポローニャ プレーン	2670	1缶(100g)	370	370	●	●	●			

※供給時期により栄養成分は異なる可能性があります。 ※コンタミネーションは表示していません。

(※1 調理の必要な食品の場合は調理前の熱量です。)

一般的な成人の1日あたりの摂取カロリーの目安は、年齢・体格

# 保存食料 ●カロリー・食物アレルギー(7品目)一覧●

商品名	商品コード	目安として約1食(1包装)あたりの熱量(kcal)※1	100gあたりの熱量(kcal)	乳	卵	小麦	落花生	そば	えび	かに
備蓄deポローニャ ライ麦オレンジ	2672	1缶(100g)	360	●	●	●				
備蓄deポローニャ メープル	2674	1缶(100g)	382	●	●	●				
7年保存レトルトパン ブルーベリー	2447	1袋(100g)	375	●	●	●				
7年保存レトルトパン ミルクブレッド	2448	1袋(100g)	372	●	●	●				
7年保存レトルトパン チョコレート	2449	1袋(100g)	371	●	●	●				
パンですよ! チョコチップ	2340	1缶(100g)	380	●	●	●				
パンですよ! レーズン	2342	1缶(100g)	332	●	●	●				
パンですよ! コーヒーナッツ	2344	1缶(100g)	367	●	●	●				
パンですよ! あずきミルク	2346	1缶(100g)	385	●	●	●				
パンですよ! プレーン(卵不使用)	2347	1缶(100g)	361	●		●				
新食缶ベーカー 缶入りソフトパン コーヒー	2630	1缶(100g)	351	●	●	●				
新食缶ベーカー 缶入りソフトパン 黒糖	2632	1缶(100g)	361	●	●	●				
新食缶ベーカー 缶入りソフトパン オレンジ	2634	1缶(100g)	348	●	●	●				
新食缶ベーカー 缶入りソフトパン プレーンeggフリー	2636	1缶(100g)	337	●		●				
ドライカレー	2147・2167	1食(100g)	361							
チキンライス	2148・2168	1食(100g)	359			●				
えびピラフ	2149	1食(100g)	361	●		●			●	●
白飯	2153・2173	1食(100g)	366							
赤飯	2151・2171	1食(100g)	355							
山菜おこわ	2152・2172	1食(100g)	359							
五目ごはん	2144・2146	1食(100g)	370							
わかめごはん	2155・2175	1食(100g)	361							
松茸ごはん	2181	1食(100g)	366	●		●				
きのごはん	2150・2170	1食(100g)	362							
たけのごはん	2184・2177	1食(100g)	359							
新潟のごはん(50g)	2548	1食(50g)	194							
はんぶん米	2550	1食(100g)	366							
梅干	2410	1粒(6g)	2							
アルファ米 白がゆ	2164	1食(42g)	150							
アルファ米 梅がゆ	2165	1食(42g)	151							
アルファ米 塩こんぶがゆ	2183	1食(46g)	164							
にんべん[かつお節入り]だしがゆ まぐろ	2640	1食(200g)	78							
にんべん[かつお節入り]だしがゆ こんぶ	2642	1食(200g)	67							
にんべん[かつお節入り]だしがゆ あずき	2644	1食(200g)	88							
災害食用梅がゆ	2495	1食(200g)	101							
災害食用白がゆ	2497	1食(200g)	104							
こまちがゆ	2070	1食(280g)	129							
アルファ米炊き出しセット おかゆ(50食)	2166	1食(40g)	149							
保存用即席乾燥餅 きなこ餅	2461	1袋(94g)	357	●						
保存用即席乾燥餅 あんこ餅	2471	1袋(100g)	376	●						
保存用即席乾燥餅 いそべ餅	2481	1袋(83g)	316	●		●				
サバイバルフーズ 洋風とり雑炊	2655・2665	1食(40g)	151			●				
サバイバルフーズ 洋風えび雑炊	2657・2667	1食(40g)	163	●		●			●	
サバイバルフーズ クラッカー	2652	1食(91g)	432			●				
サバイバルフーズ チキンシチュー	2653	1食(42g)	182	●		●				
サバイバルフーズ 野菜シチュー	2654	1食(34g)	141			●				
救命ライス(しお)	2561	1袋(100g)	501							
救命ライス(カレー)	2563	1袋(100g)	530							
救命ライス(うめ)	2565	1袋(100g)	533							
非常食Aセット 非常用玄米がゆ	2270	1袋(220g)	158							
非常用玄米小豆がゆ		1袋(235g)	157							
非常用甘辛豚肉		1袋(50g)	93	186						
非常用きのこの佃煮		1袋(50g)	58	116						
非常食Bセット 非常用玄米がゆ	2275	1袋(220g)	158							
非常用玄米梅がゆ		1袋(220g)	141	64						
非常用四目野菜のネギ油ピリ辛煮		1袋(50g)	89	178						
非常用ごぼうと鶏肉のしょうが煮		1袋(50g)	64	128						
非常食Cセット 非常用玄米がゆ	2280	1袋(220g)	158							
非常用玄米梅がゆ		1袋(220g)	141	64						
非常用鶏肉とごぼうの旨煮		1袋(50g)	48	96						
非常用大豆と野菜のひじき煮		1袋(50g)	50	100						
レトルト保存食 白ごはん	2511	1食(200g)	180			●				
レトルト保存食 きのごはん	2520	1食(200g)	306			●				
レトルト保存食 ビーフカレー	2540	1食(200g)	180			●				
レトルト保存食 カレーピラフ	2600	1食(230g)	327							
レトルト保存食 五目ごはん	2602	1食(230g)	306							

などの条件によって違ってきますが、およそ女性1800kcal、男性2200kcal前後です。下記のカロリー表を参考に保存食料の備蓄量を計算してください。

商品名		商品コード	目安として約1食(1包装)あたりの熱量(kcal)※1	100gあたりの熱量(kcal)	乳	卵	小麦	落花生	そば	えび	かに
7年保存 レトルト食品	コーンピラフ	2604	1食(230g)	320	139						
	トマトリゾット	2606	1食(230g)	306	133						
	わかめご飯	2607	1食(230g)	115	50						
	ホワイトシチューリゾット	2609	1食(230g)	306	133						
常備用カレー職人(甘口) 3食パック		2617	1食(170g)	109	64		●				
常備用カレー職人(中辛) 3食パック		2627	1食(170g)	108	64		●				
CoCo寺番屋監修 尾西のカレーライスセット		2543	1食(260g)	448	172						
その場deパスタ トマト味		2233	1袋(66g)	241	365	●	●				
その場deパスタ コーンクリーム味		2234	1袋(65g)	254	390	●	●				
その場deパスタ 和風味		2239	1袋(55g)	208	378		●				
米粉でつくったうどん 山菜うどん		2253	1袋(71.5g)	254	355						
米粉でつくったうどん カレーうどん		2251	1袋(73g)	256	351						
容器付き非常用保存食 にゅうめん		2135	1食(15g)	57	380		●	●			
容器付き非常用保存食 ほうれん草のおみそ汁		2108	1食(7g)	24	343						
容器付き非常用保存食 たまごスープ		2109	1食(7g)	26	371	●	●	●			
野菜たっぷりトマトのスープ		2372	1食(160g)	67	42			●			
野菜たっぷりかぼちゃのスープ		2374	1食(160g)	81	51			●			
野菜たっぷり豆のスープ		2376	1食(160g)	86	54	●		●			
野菜たっぷりきのこのスープ		2378	1食(160g)	50	31			●			
保存用けんちん汁		2136	1食(9.5g)	46	485			●			
保存用とん汁		2138	1食(13.5g)	66	485			●			
ポケットワン	ポケットワン おみそ汁	2121	1食(9.5g)	33	347			●			
	ポケットワン コーンスープ	2122	1食(9.8g)	32	327						
	ポケットワン わかめスープ	2126	1食(9.5g)	28	295						
LRF	白粥	2700	1食(230g)	92	40						
	梅粥	2701	1食(230g)	92	40						
	鮭粥	2702	1食(230g)	106	46						
	備蓄やわらかご飯	2703	1食(200g)	179	90						
	手作りデミソース煮込みハンバーグ	2704	1食(100g)	212	212	●	●	●			
	ぜんざい	2705	1食(150g)	212	141						
	豚汁	2706	1食(180g)	111	62						
	きんぴらごぼう	2707	1食(80g)	66	83			●			
	ウィンナーソーセージ	2708	1食(90g)	286	318	●	●	●			
	筑前煮	2709	1食(145g)	86	59			●			
	肉じゃが	2710	1食(155g)	146	94			●			
	おでん	2711	1食(250g)	138	55		●	●			
	鯖味噌煮	2712	1食(80g)	227	284			●			
	野菜カレー	2713	1食(200g)	224	112	●		●			
	やわらかナポリタンスパゲティ	2714	1食(200g)	380	190			●			
	しっとりコッペパン	2715	1食(100g)	415	415	●		●			
牛丼の具	2721	1食(140g)	162	116			●				
やわらか玄米炊き込みご飯	2722	1食(230g)	265	115							
玄米トマトリゾット	2723	1食(230g)	138	60							
おでん缶		2091	1缶(280g)	122	44	●	●	●			
お惣菜缶詰	きんぴらごぼう	2725	1缶(45g)	54	120			●			
	ごもく豆	2726	1缶(70g)	81	116			●			
	切り干しだいこん	2727	1缶(65g)	95	146			●			
	ひじき	2728	1缶(65g)	67	103			●			
	かぼちゃいとこ煮	2729	1缶(60g)	69	115			●			
缶詰	コンビーフ	2045	1缶(80g)	184	230						
	さば味噌煮	2062	1缶(190g)	469	247						
	いわし味付	2063	1缶(100g)	162	162			●			
	いわし味噌煮	2067	1缶(140g)	281	201						
	まぐろ油漬(ライトツナ・フレーク)	2065	1缶(70g)	217	310						
	やきとり たれ味	2105	1缶(75g)	144	195			●			
	やきとり 塩味	2107	1缶(70g)	118	164	●	●	●			
	朝からフルーツ パイミン	2049	1缶(190g)	90	48						
携帯おにぎり	鮭	2680	1食(42g)	152	362						
	わかめ	2682	1食(42g)	151	360						
	五目おこわ	2684	1食(45g)	168	373			●			
	昆布	2686	1食(42g)	150	357						
保存用焼きのり		2513	1缶(10g)	19	188						

※供給時期により栄養成分は異なる可能性があります。 ※コンタミネーションは表示していません。