鉄　分

冷凍

※歯ぐきでつぶせます。

42056 カセイ食品㈱

Feふわふわチョコレートワッフル

ふわふわ生地でお手頃サイズのチョコクリーム入りワッフルです。Fe2mg配合(ヘム鉄入)。個包装、自然解凍品。

1個30gあたり

エネルギー(kcal)	103	カリウム(mg)	66
たんぱく質(g)	1.6	リン(mg)	19
脂質(g)	5.0	鉄(mg)	2.0
炭水化物(g)	12.8	食塩相当量(g)	0.08

30g×20　**1,600円**

冷凍

※歯ぐきでつぶせます。

42075 カセイ食品㈱

Feふわふわアプリコット&ココアワッフル

ほど良い酸味のアンズジャムをココアワッフル生地でサンドしました。Fe2mg配合(ヘム鉄入)。個包装、自然解凍品。

1個30gあたり

エネルギー(kcal)	96	カリウム(mg)	57
たんぱく質(g)	1.6	リン(mg)	18
脂質(g)	3.7	鉄(mg)	2.0
炭水化物(g)	14.3	食塩相当量(g)	0.08

お問合せ

学会分類 2013 **1j**

42064 ハウス食品㈱

ふるーつゼリー 鉄分巨峰

果汁入りのフルーティな味わい。更に鉄分が4mg摂れるゼリーです。

1個60gあたり

エネルギー(kcal)	47	カルシウム(mg)	2
水分(g)	48.1	リン(mg)	1
たんぱく質(g)	0	鉄(mg)	4.0
脂質(g)	0	亜鉛(mg)	0
炭水化物(g)	11.7	食物繊維(g)	0.5
ナトリウム(mg)	47	食塩相当量(g)	0.12
カリウム(mg)	40		

60g　**85円**

学会分類 2013 **1j**

42065 ハウス食品㈱

ふるーつゼリー 鉄分オレンジ

果汁入りのフルーティな味わい。更に鉄分が4mg摂れるゼリーです。

1個60gあたり

エネルギー(kcal)	43	カルシウム(mg)	2
水分(g)	49.0	リン(mg)	1
たんぱく質(g)	0	鉄(mg)	4.0
脂質(g)	0	亜鉛(mg)	0
炭水化物(g)	10.7	食物繊維(g)	0.2
ナトリウム(mg)	70	食塩相当量(g)	0.17
カリウム(mg)	50		

60g　**85円**

手軽にカルシウム300mgとヘム鉄1.0mgを摂取できるプリンです。

学会分類 2013 **1j**

42023 ハウス食品㈱

おいしくミネラル ヘム鉄プリンココア風味

1個63gあたり

エネルギー(kcal)	88	カルシウム(mg)	300
水分(g)	45.02	リン(mg)	8
たんぱく質(g)	0.28	鉄(mg)	1.0
脂質(g)	4.8	亜鉛(mg)	0
炭水化物(g)	12.1	食物繊維(g)	0.6
ナトリウム(mg)	13	食塩相当量(g)	0.033
カリウム(mg)	17		

63g　**126円**

NEW

42076 ヘルシーフード㈱

鉄入りウエハース 鉄の国のアリス チョコ味

サクッと軽い歯ざわりのウエハースにチョコクリームをサンドしました。

1枚(6.5g)あたり

エネルギー(kcal)	32	灰分(g)	0.2
水分(g)	0.1	カリウム(mg)	19
たんぱく質(g)	0.4	カルシウム(mg)	34
脂質(g)	1.5	リン(mg)	7
炭水化物(g)	4.4	鉄(mg)	5.0
ナトリウム(mg)	13	食塩相当量(g)	0.03

お問合せ

63055 林兼産業㈱

クラッシュdeゼリー オレンジ

クラッシュして盛り付けるだけ!Fe、Zn、Ca、Mg入りの簡単ゼリー!!

100gあたり

エネルギー(kcal)	92	カルシウム(mg)	50
たんぱく質(g)	0	マグネシウム(mg)	25
脂質(g)	0	鉄(mg)	4.0
炭水化物(g)	22.6	亜鉛(mg)	4.0
食塩相当量(g)	0.1		

取扱いなし

63056 林兼産業㈱

クラッシュdeゼリー ピーチ

クラッシュして盛り付けるだけ!Fe、Zn、Ca、Mg入りの簡単ゼリー!!

100gあたり

エネルギー(kcal)	93	カルシウム(mg)	50
たんぱく質(g)	0	マグネシウム(mg)	25
脂質(g)	0	鉄(mg)	4.0
炭水化物(g)	22.8	亜鉛(mg)	4.0
食塩相当量(g)	0.1		

取扱いなし

63057 林兼産業㈱

クラッシュdeゼリー 青りんご

クラッシュして盛り付けるだけ!Fe、Zn、Ca、Mg入りの簡単ゼリー!!

100gあたり

エネルギー(kcal)	94	カルシウム(mg)	50
たんぱく質(g)	0	マグネシウム(mg)	25
脂質(g)	0	鉄(mg)	4.0
炭水化物(g)	23.1	亜鉛(mg)	4.0
食塩相当量(g)	0.1		

取扱いなし

42031 林兼産業㈱

カフィーニ

鉄を豊富に含む食物繊維・カルシウム・亜鉛・ビタミンD入りの飲料です。

1本125mlあたり

エネルギー(kcal)	67	食塩相当量(g)	0.1
たんぱく質(g)	1.6	カルシウム(mg)	155
脂質(g)	2.2	鉄(mg)	4.2
炭水化物(g)	10.4	亜鉛(mg)	1.3
糖質(g)	7.7	ビタミンD(μg)	2.3
食物繊維(g)	2.7	カフェイン	検出されず

125ml×18 **1,575円**

1日分の鉄と亜鉛を中心に、6種の栄養素を補給できます。やさしい甘さのフルーツ味。

42067 Glico 江崎グリコ㈱

毎日ビテツ フルーツミックス

1本 100mlあたり

エネルギー(kcal)	37	カリウム(mg)	51
水分(g)	91	カルシウム(mg)	200
たんぱく質(g)	0	マグネシウム(mg)	5
脂質(g)	0	リン(mg)	12
炭水化物(g)	10	鉄(mg)	7.5
糖質(g)	8	亜鉛(mg)	10.0
食物繊維(g)	2	葉酸(μg)	240
食塩相当量(g)	0.01	ビタミンC(mg)	100

100ml×15 **1,995円**

1日分の鉄と亜鉛を中心に、6種の栄養素を補給できます。すっきり爽やかなオレンジ味。

42068 Glico 江崎グリコ㈱

毎日ビテツ オレンジ

1本 100mlあたり

エネルギー(kcal)	44	カリウム(mg)	96
水分(g)	90	カルシウム(mg)	200
たんぱく質(g)	0	マグネシウム(mg)	6
脂質(g)	0	リン(mg)	20
炭水化物(g)	12	鉄(mg)	7.5
糖質(g)	10	亜鉛(mg)	10.0
食物繊維(g)	2	葉酸(μg)	240
食塩相当量(g)	0.01	ビタミンC(mg)	100

100ml×15 **1,995円**

1日分の鉄と亜鉛を中心に、6種の栄養素を補給できます。後味さっぱりの野菜ブレンド。

42069 Glico 江崎グリコ㈱

毎日ビテツ キャロット&アップル

1本 100mlあたり

エネルギー(kcal)	45	カリウム(mg)	42
水分(g)	90	カルシウム(mg)	200
たんぱく質(g)	0	マグネシウム(mg)	4
脂質(g)	0	リン(mg)	15
炭水化物(g)	12	鉄(mg)	7.5
糖質(g)	10	亜鉛(mg)	10.0
食物繊維(g)	2	葉酸(μg)	240
食塩相当量(g)	0.03	ビタミンC(mg)	100

100ml×15 **1,995円**

42054 林兼産業㈱

鉄とり名人

「鉄」独特の味、においが少なく、料理や飲み物に混ぜて手軽に鉄を補うことができます。

20gあたり

エネルギー(kcal)	23	炭水化物(g)	5.8
たんぱく質(g)	0	食塩相当量(g)	0.01
脂質(g)	0	鉄(mg)	4.0

1L **1,166円**

42055 太陽化学㈱

クッキンサプリFe スティック

鉄っぽい味やにおいがしない独自製法でつくられた鉄分サプリです。サッと溶かしてご利用いただけます。使いやすいスティックタイプです！

1包3.4gあたり

エネルギー(kcal)	12.5	炭水化物(g)	3.1
たんぱく質(g)	0	食塩相当量(g)	0.0024
脂質(g)	0	鉄(mg)	6.8

3.4g×30 **2,160円**

42070 太陽化学㈱

クッキンサプリFe (1kg)

鉄っぽい味やにおいがしない独自製法でつくられた鉄分サプリです。サッと溶かしてご利用いただけます。お得な業務用タイプです！

3.4gあたり

エネルギー(kcal)	12.5	炭水化物(g)	3.1
たんぱく質(g)	0	食塩相当量(g)	0.0024
脂質(g)	0	鉄(mg)	6.8

1kg **4,200円**

凍ったまま調理しても、ふっくら柔らかくジューシーです。魚の風味を残し、生臭さを省きました。

冷凍

42071 ㈱大冷

お手軽調理骨なし白糸だら(F) 60g

1食60gあたり

エネルギー(kcal)	47	レチノール当量(μg)	6
水分(g)	48.2	ビタミンD(μg)	0.6
たんぱく質(g)	10.6	ビタミンE(mg)	0.5
脂質(g)	0.1	ビタミンK(μg)	0
炭水化物(g)	0.2	ビタミンB1(mg)	0.06
ナトリウム(mg)	117	ビタミンB2(mg)	0.06
カリウム(mg)	208	ナイアシン(mg)	0.8
カルシウム(mg)	19.2	ビタミンB6(mg)	0.04
マグネシウム(mg)	14	ビタミンB12(μg)	0.8
リン(mg)	141	葉酸(μg)	3
鉄(mg)	4.9	パントテン酸(mg)	0.26
亜鉛(mg)	0.3	ビタミンC(mg)	0
レチノール(μg)	6	食物繊維(g)	0.0
カロテン(μg)	0	食塩相当量(g)	0.3

60g×5 **700円**

凍ったまま調理しても、ふっくら柔らかくジューシーです。魚の風味を残し、生臭さを省きました。

冷凍

42072 ㈱大冷

お手軽調理骨なし白糸だら(F) 80g

1食80gあたり

エネルギー(kcal)	62	レチノール当量(μg)	8
水分(g)	64.2	ビタミンD(μg)	0.8
たんぱく質(g)	14.1	ビタミンE(mg)	0.6
脂質(g)	0.2	ビタミンK(μg)	0
炭水化物(g)	0.3	ビタミンB1(mg)	0.08
ナトリウム(mg)	156	ビタミンB2(mg)	0.08
カリウム(mg)	278	ナイアシン(mg)	1.1
カルシウム(mg)	26	ビタミンB6(mg)	0.06
マグネシウム(mg)	19	ビタミンB12(μg)	1.0
リン(mg)	188	葉酸(μg)	4
鉄(mg)	6.6	パントテン酸(mg)	0.35
亜鉛(mg)	0.4	ビタミンC(mg)	0
レチノール(μg)	8	食物繊維(g)	0.0
カロテン(μg)	0	食塩相当量(g)	0.4

80g×5 **925円**

42046 ㈱フードケア

Fe+Znふりかけ たらこ(小袋)

鉄分と亜鉛を手軽に補給できます。栄養機能食品(亜鉛)。

1個3gあたり

エネルギー(kcal)	11.9	カリウム(mg)	5
水分(g)	0.1	リン(mg)	6
たんぱく質(g)	0.3	鉄(mg)	1.2
脂質(g)	0.3	亜鉛(mg)	2.4
炭水化物(g)	2.0	食塩相当量(g)	0.3
ナトリウム(mg)	117		

3g×50 **810円**

42047 ㈱フードケア

Fe+Znふりかけ 鮭(小袋)

鉄分と亜鉛を手軽に補給できます。栄養機能食品(亜鉛)。

1個3gあたり

エネルギー(kcal)	12.2	カリウム(mg)	5
水分(g)	0.1	リン(mg)	5
たんぱく質(g)	0.3	鉄(mg)	1.2
脂質(g)	0.3	亜鉛(mg)	2.4
炭水化物(g)	2.0	食塩相当量(g)	0.3
ナトリウム(mg)	126		

3g×50 **810円**

42048 ㈱フードケア

Fe+Znふりかけ のりごま(小袋)

鉄分と亜鉛を手軽に補給できます。栄養機能食品(亜鉛)。

1個3gあたり

エネルギー(kcal)	14.0	カリウム(mg)	9
水分(g)	0.0	リン(mg)	10
たんぱく質(g)	0.4	鉄(mg)	1.3
脂質(g)	0.7	亜鉛(mg)	2.5
炭水化物(g)	1.6	食塩相当量(g)	0.3
ナトリウム(mg)	102		

3g×50 **810円**

42049 ㈱フードケア

Fe+Znふりかけ たまご(小袋)

鉄分と亜鉛を手軽に補給できます。栄養機能食品(亜鉛)。

1個3gあたり

エネルギー(kcal)	12.3	カリウム(mg)	5
水分(g)	0.0	リン(mg)	8
たんぱく質(g)	0.4	鉄(mg)	1.2
脂質(g)	0.3	亜鉛(mg)	2.4
炭水化物(g)	2.1	食塩相当量(g)	0.2
ナトリウム(mg)	81		

3g×50 **810円**

42050 ㈱フードケア

Fe+Znふりかけ かつお(小袋)

鉄分と亜鉛を手軽に補給できます。栄養機能食品(亜鉛)。

1個3gあたり

エネルギー(kcal)	12.1	カリウム(mg)	9
水分(g)	0.1	リン(mg)	12
たんぱく質(g)	0.6	鉄(mg)	1.3
脂質(g)	0.4	亜鉛(mg)	2.3
炭水化物(g)	1.6	食塩相当量(g)	0.3
ナトリウム(mg)	135		

3g×50 **810円**

42073 ㈱フードケア

Fe+Znふりかけ 焼肉(小袋)

鉄分と亜鉛を手軽に補給できます。栄養機能食品(亜鉛)。

1個3gあたり

エネルギー(kcal)	10.8	カリウム(mg)	20
水分(g)	0.2	リン(mg)	5
たんぱく質(g)	0.3	鉄(mg)	1.4
脂質(g)	0.1	亜鉛(mg)	2.8
炭水化物(g)	2.1	食塩相当量(g)	0.3
ナトリウム(mg)	99		

3g×50 **810円**

42042 キユーピー㈱

ジャネフ 減塩のり佃煮(鉄分入り)

のりの風味をいかしたおいしい佃煮です。1食目安(5g)当たり食塩相当量0.1g、鉄3.0mg。

1個5gあたり

エネルギー(kcal)	5	カリウム(mg)	4
たんぱく質(g)	0.2	カルシウム(mg)	2
脂質(g)	0	リン(mg)	5
糖質(g)	1.0	鉄(mg)	3.0
食物繊維(g)	0.2	食塩相当量(g)	0.1
ナトリウム(mg)	57		

取扱いなし

42043 カセイ食品㈱

Feのり佃煮 8g

ヘム鉄を使用し、1包8gにFe2.4mg配合。減塩タイプに仕上げました。

1包8gあたり

エネルギー(kcal)	11	リン(mg)	4
たんぱく質(g)	0.3	鉄(mg)	2.4
脂質(g)	0	食物繊維(g)	0.3
炭水化物(g)	2.7	食塩相当量(g)	0.26
カリウム(mg)	15		

8g×40 **1,161円**

42044 カセイ食品㈱

Feのり佃煮 250g

ヘム鉄使用で1食8gあたり、Fe2.4mg配合。減塩タイプに仕上げました。

100gあたり

エネルギー(kcal)	142	リン(mg)	49
たんぱく質(g)	3.4	鉄(mg)	30.0
脂質(g)	0.2	食物繊維(g)	3.3
炭水化物(g)	33.2	食塩相当量(g)	3.2
カリウム(mg)	184		

250g **851円**