

# 鉄分



**冷凍** 歯くまでつぶせる

**42056** カセイ食品(株)  
**ふわふわワッフル Feチョコレート**  
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	<b>鉄(mg)</b>	<b>2.0</b>
炭水化物(g)	12.8	食塩相当量(g)	0.08

**30g×20** お問い合わせ下さい **1,416円**

**冷凍** 歯くまでつぶせる

**42075** カセイ食品(株)  
**ふわふわワッフル Feアプリコット&ココア**  
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	<b>鉄(mg)</b>	<b>2.0</b>
炭水化物(g)	14.3	食塩相当量(g)	0.08

**((30g×20)×5)×2** お問い合わせ下さい **14,160円**

学会分類 2021 **1j**相当

**42064** ハウス食品(株)  
**ふる一つゼリー 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	<b>鉄(mg)</b>	<b>4.0</b>
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** **73円**

学会分類 2021 **1j**相当

**42065** ハウス食品(株)  
**ふる一つゼリー 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	<b>鉄(mg)</b>	<b>4.0</b>
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** **73円**

学会分類 2021 **1j**相当

**42023** ハウス食品(株)  
**おいしくミネラル 鉄分プリン**  
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。

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	<b>鉄(mg)</b>	<b>1.0</b>
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** **113円**

**42076** ヘルシーフード(株)  
**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	<b>鉄(mg)</b>	<b>5.0</b>
ナトリウム(mg)	13	食塩相当量(g)	0.03

**6.5g×14** **319円**

**42031** 林兼産業(株)  
**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	<b>鉄(mg)</b>	<b>4.2</b>
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** **96円**

**42067** 江崎グリコ(株)  
**毎日ビテツ フルーツミックス**  
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。

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	<b>鉄(mg)</b>	<b>7.5</b>
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** **118円**



42068 Glico-江崎グリコ(株)

毎日ビテツ オレンジ

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。

Table with 2 columns: Nutrient, Amount. Includes Energy, Water, Protein, Fat, Carbohydrates, Sugar, Fiber, Salt, Calcium, Magnesium, Iron, Zinc, Vitamin C.

100ml 118円



42069 Glico-江崎グリコ(株)

毎日ビテツ キャロット&アップル

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。後味さっぱり野菜ブレンド。

Table with 2 columns: Nutrient, Amount. Includes Energy, Water, Protein, Fat, Carbohydrates, Sugar, Fiber, Salt, Calcium, Magnesium, Iron, Zinc, Vitamin C.

100ml 118円



42054 林兼産業(株)

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。

Table with 2 columns: Nutrient, Amount. Includes Energy, Protein, Fat, Iron, Sodium.

1Lx12 14,112円



42077 カセイ食品(株)

Feパテ チョコレート

1袋15gあたり鉄1.5mg配合(ヘム鉄使用)したチョコレートスプレッドです。パンに塗ってお召し上がり下さい。

Table with 2 columns: Nutrient, Amount. Includes Energy, Protein, Fat, Iron, Sodium.

取扱なし



42078 カセイ食品(株)

Feパテ 黒ごま

1袋15gあたり鉄1.5mg配合(ヘム鉄使用)した黒ごまペーストです。パンに塗ってお召し上がり下さい。

Table with 2 columns: Nutrient, Amount. Includes Energy, Protein, Fat, Iron, Sodium.

取扱なし

42071 (株)大冷 お手軽調理骨なし白糸だら(F) 60g

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。



Table with 2 columns: Nutrient, Amount. Includes Energy, Water, Protein, Fat, Carbohydrates, Sodium, Calcium, Magnesium, Iron, Zinc, Vitamin D, E, K, B1, B2, B6, B12, Folate, Pantoic acid, Vitamin C, Fiber, Carotenoids.

お問い合わせ下さい

42072 (株)大冷 お手軽調理骨なし白糸だら(F) 80g

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。



Table with 2 columns: Nutrient, Amount. Includes Energy, Water, Protein, Fat, Carbohydrates, Sodium, Calcium, Magnesium, Iron, Zinc, Vitamin D, E, K, B1, B2, B6, B12, Folate, Pantoic acid, Vitamin C, Fiber, Carotenoids.

お問い合わせ下さい



42046 (株)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)。

Table with 2 columns: Nutrient, Amount. Includes Energy, Water, Protein, Fat, Carbohydrates, Sodium, Calcium, Magnesium, Iron, Zinc.

3gx50 780円



42047 (株)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)。

Table with 2 columns: Nutrient, Amount. Includes Energy, Water, Protein, Fat, Carbohydrates, Sodium, Calcium, Magnesium, Iron, Zinc.

3gx50 780円



42048 (株)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)。

Table with 2 columns: Nutrient, Amount. Includes Energy, Water, Protein, Fat, Carbohydrates, Sodium, Calcium, Magnesium, Iron, Zinc.

3gx50 780円

鉄分


**42049** (株)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袋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×50 780円**

**42050** (株)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袋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×50 780円**

**42073** (株)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袋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×50 780円**

**42042** キューピー(株)  
**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袋(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	ナトリウム(mg)	57
たんぱく質(g)	0.2	カリウム(mg)	4
脂質(g)	0	カルシウム(mg)	2
炭水化物(g)	1.2	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

**5g×40 1,308円**

**42043** カセイ食品(株)  
**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 1,032円**

**42044** カセイ食品(株)  
**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 756円**

**42055** 太陽化学(株)  
**クッキングサプリ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

**3g×30 1,650円**

**42070** 太陽化学(株)  
**クッキングサプリ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 3,960円**