



**栄養で満たす。
おいしさで満たす。**



*1 ミネラル：9種
*2 ビタミン：13種

※「明治メイバランスMICHITASのむヨーグルト 宅配専用(たんぱく質4.3g)」と比較し、1.9g増量しています。

全ビタミン配合[※] (13種類)

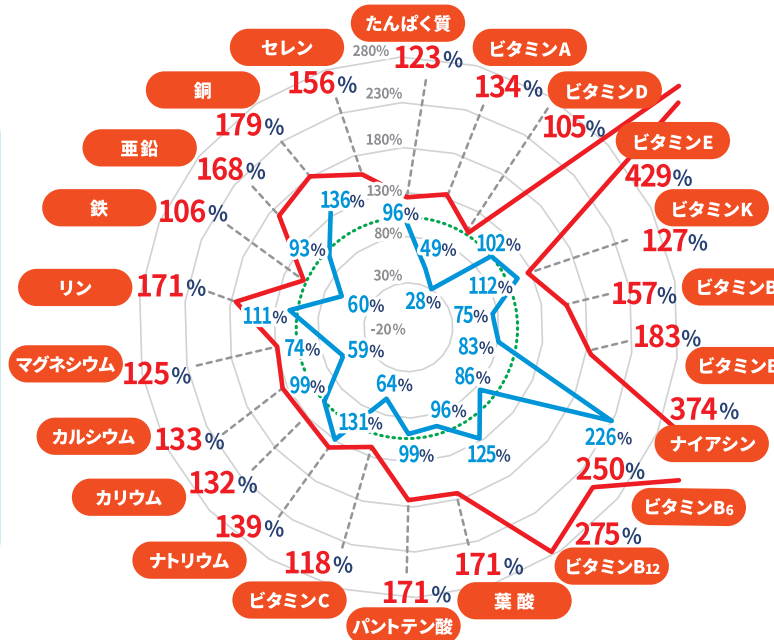
※2020年度版日本人の食事摂取基準で推奨量または目安量が記載されているビタミン13種を全て含む

- フラクトオリゴ糖
- β-カロテン配合
- のむヨーグルト

明治 MICHITAS (ミチタス) のむヨーグルト



「明治MICHITAS(ミチタス) のむヨーグルト」を1本摂取したときの40～49歳女性の1食あたりの充足率(%) ※1



- 食事摂取基準の推奨量を100%とした場合 ※2
(ビタミンD、E、K、パントテン酸は目安量)
- 日本人の1食分の栄養素摂取量の実態 ※3
(①と比較した割合)
- ②に当商品を1本プラスした場合
(①と比較した割合)

※1 令和元年 国民健康・栄養調査における栄養素等摂取量(40～49歳、女性)の中央値の日本人の食事摂取基準(2020年版)40～49歳女性の推奨量または目安量の1/3を1食分として換算
 ※2 日本人の食事摂取基準(2020年版)40～49歳女性の推奨量または目安量(推奨量または目安量の1/3を1食分として換算)
 ※3 令和元年 国民健康・栄養調査における栄養素等摂取量(40～49歳、女性)の中央値の1/3を1食分として換算

明治MICHITAS(ミチタス)のむヨーグルトなら…

栄養バランスが充実

ビタミン13種類配合

ビタミンA ビタミンD ビタミンE
 ビタミンK ビタミンB1 ビタミンB2
 ナイアシン ビタミンB6 ビタミンB12
 葉酸 ビオチン パントテン酸 ビタミンC



※1 ミネラル：9種
 ※2 ビタミン：13種

20歳以上の男女すべての年代で、
**1本飲むだけで1食不足分※4の
 全ビタミン※5・9種のミネラルが充足!**

ミネラル9種類配合

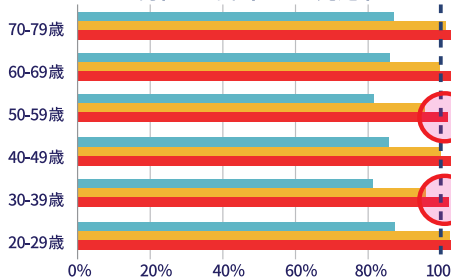
鉄 亜鉛 銅 セレン ナトリウム
 カルシウム マグネシウム リン カリウム

※4 令和元年 国民健康・栄養調査(20歳以上の各年代)の摂取量(中央値)と、日本人の食事摂取基準(2020年版)の推奨量または目安量を比較し、不足量の1/3(1食分を想定)以上を配合。
 ※5 2020年版日本人の食事摂取基準で推奨量または目安量が記載されているビタミン13種類を全て含む。

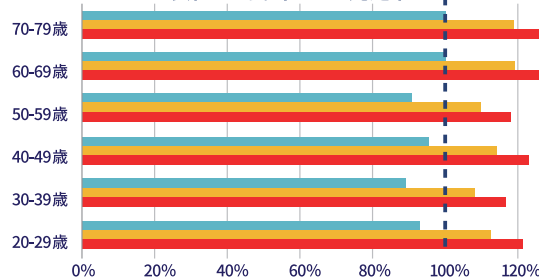
たんぱく質の充足率

20歳以上の男女
 すべての年代で、**1本飲むだけで1食不足分※6のたんぱく質が充足可能!**

男性の1食あたりの充足率 ※6



女性の1食あたりの充足率 ※6



※6 令和元年国民健康・栄養調査における1日当たりの栄養素等摂取量(20歳以上の各年代)の中央値と、日本人の食事摂取基準(2020年版)における各年代の身体活動レベルII(ふつう=自立している者)の目標量から、1/3を1食分として換算し、充足率を算出
 ※7 日本人の食事摂取基準(2020年版)における各年代の身体活動レベルII(ふつう=自立している者)の目標量(目標量の1/3を1食分として換算)
 ※8 令和元年 国民健康・栄養調査における栄養素等摂取量(20歳以上の各年代)の中央値(中央値の1/3を1食分として換算)

■栄養成分表示/1本(100ml)当たり

エネルギー	100kcal	リン	160mg
たんぱく質	6.2g	ナイアシン	5.9mg
脂質	2.3g	パントテン酸	1.2mg
炭水化物	14.9g	ビオチン	4.5μg
糖質	12.7g	ビタミンA	200~360μg
食物繊維	1.5~3.0g	ビタミンB1	0.30~0.80mg
食塩相当量	0.18g	ビタミンB2	0.40~1.40mg
亜鉛	2.0mg	ビタミンB6	0.60mg
カリウム	220mg	ビタミンB12	1.2μg
カルシウム	160mg	ビタミンC	18mg
セレン	13.0μg	ビタミンD	22~44μg
鉄	1.6mg	ビタミンE	6.0mg
銅	0.10mg	ビタミンK	7.5~15.0μg
マグネシウム	50mg	葉酸	60~150μg
フラクトオリゴ糖 1000mg			

アレルギー物質(特定原材料等)

栄養機能食品(ビタミンD)
 食生活は、主食、主菜、副菜を
 基本に、食事のバランスを。

乳成分



ホームページは
 コチラ!

●宅配申込書

ご記入日

年

月

日

お名前

様

ご住所

TEL

(

)

ご希望本数

明治MICHITAS(ミチタス)
 のむヨーグルト

本/週

●月極めでご自宅までお届けいたします。

【個人情報の取扱いについて】お客様の個人情報につきましては、商品の配達、集金業務の遂行、各種サービス・イベントのお知らせの他、マーケティング等の目的のために個人を特定しない統計的情報の形で利用させていただきます。