『日本食品標準成分表2015』に基づく、各100gあたりの成分値（計算値）です。

| 食品成分表 ムースパレット | | エネルギー kcal | 水分 g | 蛋白質 g | 脂質 g | 炭水化物 g | 灰分 g | 無機質 | | | | | | | | ビタミン | | | | | | | | | | | | | | | コレステロール mg | 食物繊維（総量） g | 食塩相当量 g | アレルギー含有原材料 | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | ナトリウム mg | カリウム mg | カルシウム mg | マグネシウム mg | リン mg | 鉄 mg | 亜鉛 mg | 銅 mg | レチノール μg | レチノール当量 μg | β-カロテン当量 μg | α-カロテン μg | β-カロテン μg | クリプトキサンチン μg | V・D μg | V・E mg | V・B1 mg | V・B2 mg | V・B6 mg | V・B12 μg | V・C mg | ナイアシン mg | パントテン酸 mg | 葉酸 μg | V・K μg | | | 特定原材料7品目 | その他20品目 |
| お魚・海藻類 | 赤魚 | 195 | 65.8 | 13.5 | 12.7 | 6.6 | 1.3 | 334 | 87 | 7 | 8 | 54 | 0.1 | 0.1 | 0.01 | 0 | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0.7 | 2.1 | 0.01 | 0.02 | 0.02 | 0.4 | 0 | 0.3 | 0.08 | 1 | 14 | 12 | 1.1 | 0.8 | 卵 乳 小麦 | 大豆 ゼラチン |
| | あじ | 199 | 64.9 | 14.3 | 12.7 | 6.6 | 1.4 | 343 | 105 | 8 | 10 | 67 | 0.2 | 0.2 | 0.02 | 3 | 3 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0.5 | 1.9 | 0.03 | 0.05 | 0.09 | 0.2 | 0 | 1.3 | 0.18 | 4 | 14 | 17 | 1.1 | 0.9 | 卵 乳 小麦 | 大豆 ゼラチン |
| | いか | 192 | 66.0 | 13.6 | 12.2 | 6.5 | 1.4 | 361 | 96 | 5 | 12 | 79 | 0.1 | 0.3 | 0.05 | 1 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0.0 | 1.9 | 0.01 | 0.01 | 0.03 | 0.6 | 0 | 0.6 | 0.10 | 1 | 14 | 63 | 1.1 | 0.9 | 卵 乳 小麦 | 大豆 いか ゼラチン |
| | 糸より鯛 | 190 | 66.1 | 14.3 | 11.9 | 6.7 | 1.1 | 303 | 7 | 10 | 5 | 42 | 0.0 | 0.1 | 0.00 | 1 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1.1 | 1.9 | 0.00 | 0.01 | 0.00 | 0.1 | 0 | 0.0 | 0.12 | 0 | 14 | 14 | 1.1 | 0.8 | 卵 乳 小麦 | 大豆 ゼラチン |
| | えび | 193 | 65.3 | 14.5 | 12.0 | 6.6 | 1.6 | 376 | 102 | 10 | 12 | 83 | 0.1 | 0.3 | 0.14 | 2 | 2 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0.0 | 2.3 | 0.01 | 0.02 | 0.02 | 0.6 | 0 | 0.6 | 0.16 | 11 | 14 | 36 | 1.1 | 1.0 | 卵 乳 小麦 えび | 大豆 ゼラチン |
| | かにかま | 123 | 75.2 | 9.5 | 6.0 | 7.7 | 1.6 | 469 | 35 | 55 | 9 | 36 | 0.1 | 0.1 | 0.02 | 10 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0.5 | 1.3 | 0.00 | 0.02 | 0.00 | 0.3 | 0 | 0.1 | 0.04 | 1 | 7 | 8 | 0.5 | 1.2 | 卵 乳 小麦 かに | 大豆 ゼラチン |
| | 魚肉ソーセージ | 162 | 70.1 | 9.5 | 9.8 | 9.1 | 1.5 | 428 | 30 | 43 | 5 | 86 | 0.4 | 0.2 | 0.03 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0.4 | 1.1 | 0.09 | 0.26 | 0.01 | 0.1 | 0 | 2.2 | 0.03 | 2 | 8 | 13 | 0.6 | 1.1 | 卵 乳 小麦 えび かに | 大豆 さけ ゼラチン |
| | さけ | 202 | 64.4 | 14.6 | 12.8 | 6.6 | 1.4 | 331 | 100 | 5 | 8 | 70 | 0.1 | 0.1 | 0.02 | 3 | 3 | 0 | 0 | 0 | 0 | 7.3 | 1.9 | 0.04 | 0.06 | 0.15 | 1.4 | 0 | 1.6 | 0.31 | 5 | 14 | 13 | 1.1 | 0.8 | 卵 乳 小麦 | 大豆 さけ ゼラチン |
| | さわら | 212 | 63.6 | 14.1 | 14.1 | 6.6 | 1.5 | 331 | 132 | 5 | 9 | 65 | 0.2 | 0.3 | 0.01 | 3 | 3 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1.6 | 1.9 | 0.03 | 0.09 | 0.09 | 1.3 | 0 | 2.2 | 0.29 | 3 | 14 | 14 | 1.1 | 0.8 | 卵 乳 小麦 | 大豆 ゼラチン |
| | 白身魚 | 196 | 64.8 | 11.9 | 12.2 | 9.3 | 1.4 | 406 | 51 | 5 | 5 | 38 | 0.1 | 0.1 | 0.02 | 1 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0.0 | 2.0 | 0.01 | 0.02 | 0.01 | 0.2 | 0 | 0.2 | 0.06 | 2 | 14 | 0 | 1.1 | 1.0 | 卵 乳 小麦 | 大豆 ゼラチン |
| | ツナ | 172 | 72.5 | 10.4 | 13.2 | 3.0 | 1.0 | 233 | 109 | 2 | 12 | 76 | 0.2 | 0.1 | 0.02 | 4 | 4 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0.9 | 2.7 | 0.00 | 0.01 | 0.12 | 0.5 | 0 | 4.2 | 0.04 | 1 | 24 | 15 | 0.3 | 0.6 | 卵 乳 小麦 | 大豆 ゼラチン |
| | ひじき煮 | 89 | 66.5 | 4.2 | 4.9 | 7.1 | 0.5 | 144 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0.0 | 0.0 | 0.00 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0.0 | 0.6 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0 | 0 | 0.0 | 0.00 | 0 | 5 | 0 | 0.4 | 0.4 | 卵 乳 小麦 | 大豆 ゼラチン |
| お肉類 | 牛肉 | 241 | 61.3 | 15.2 | 17.4 | 4.9 | 1.1 | 226 | 118 | 2 | 8 | 64 | 0.9 | 1.6 | 0.03 | 2 | 2 | 1 | 0 | 1 | 0 | 0.0 | 1.8 | 0.03 | 0.08 | 0.14 | 0.6 | 0 | 1.8 | 0.37 | 3 | 16 | 25 | 1.1 | 0.6 | 卵 乳 小麦 | 大豆 牛肉 ゼラチン |
| | 鶏肉 | 219 | 63.3 | 15.9 | 14.9 | 4.7 | 1.2 | 230 | 103 | 4 | 10 | 34 | 0.5 | 0.3 | 0.02 | 15 | 15 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0.0 | 1.9 | 0.04 | 0.08 | 0.26 | 0.1 | 0 | 2.4 | 0.51 | 3 | 20 | 28 | 1.1 | 0.6 | 卵 乳 小麦 | 大豆 ゼラチン 鶏肉 |
| | 豚肉 | 238 | 61.7 | 15.0 | 17.3 | 4.8 | 1.2 | 233 | 118 | 2 | 7 | 64 | 0.4 | 0.9 | 0.03 | 5 | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0.2 | 1.8 | 0.23 | 0.08 | 0.13 | 0.2 | 0 | 2.1 | 0.49 | 1 | 17 | 29 | 1.1 | 0.6 | 卵 乳 小麦 | 大豆 ゼラチン 豚肉 |
| たまご | たまご | 172 | 66.2 | 7.4 | 9.2 | 15.9 | 1.2 | 282 | 49 | 68 | 4 | 60 | 0.6 | 0.4 | 0.03 | 41 | 41 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0.4 | 1.3 | 0.02 | 0.12 | 0.03 | 0.3 | 0 | 0.2 | 0.43 | 12 | 11 | 131 | 1.7 | 0.7 | 卵 乳 小麦 | 大豆 ゼラチン |
| 大豆加工 | 大豆加工 | 163 | 66.0 | 7.0 | 7.8 | 17.9 | 1.2 | 205 | 143 | 67 | 26 | 46 | 0.6 | 0.5 | 0.06 | 0 | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0.0 | 1.3 | 0.05 | 0.02 | 0.03 | 0 | 0 | 0.2 | 0.10 | 11 | 9 | 0 | 3.9 | 0.5 | 卵 小麦 | 大豆 ゼラチン |
| お野菜類 | 赤パプリカ | 128 | 73.3 | 3.8 | 6.2 | 15.9 | 0.8 | 156 | 72 | 56 | 4 | 10 | 0.1 | 0.0 | 0.01 | 0 | 89 | 1062 | 16 | 860 | 389 | 0.0 | 0.9 | 0.02 | 0.05 | 0.00 | 0 | 27 | 0.5 | 0.00 | 26 | 10 | 0 | 2.3 | 0.4 | 卵 | ゼラチン |
| | トマト | 129 | 73.2 | 3.9 | 6.0 | 16.2 | 1.1 | 143 | 92 | 56 | 5 | 10 | 0.2 | 0.0 | 0.03 | 0 | 18 | 219 | 0 | 219 | 0 | 0.0 | 1.4 | 0.02 | 0.01 | 0.04 | 0 | 4 | 0.2 | 0.08 | 8 | 9 | 0 | 2.3 | 0.4 | 卵 | ゼラチン |
| | 人参 | 120 | 74.3 | 3.1 | 5.0 | 16.6 | 0.8 | 138 | 116 | 59 | 4 | 12 | 0.1 | 0.1 | 0.02 | 0 | 676 | 4151 | 1352 | 4151 | 0 | 0.0 | 1.0 | 0.01 | 0.02 | 0.06 | 0 | 1 | 0.2 | 0.13 | 9 | 8 | 0 | 2.9 | 0.4 | 卵 | ゼラチン |
| | 南瓜 | 150 | 68.0 | 4.2 | 6.2 | 20.7 | 0.9 | 141 | 139 | 57 | 6 | 15 | 0.1 | 0.1 | 0.02 | 0 | 141 | 1688 | 12 | 1680 | 0 | 0.0 | 2.8 | 0.03 | 0.03 | 0.07 | 0 | 7 | 0.7 | 0.00 | 0 | 7 | 0 | 3.0 | 0.4 | 卵 | ゼラチン |
| | 黄パプリカ | 131 | 72.6 | 3.8 | 6.0 | 16.8 | 0.8 | 157 | 69 | 57 | 0 | 9 | 0.1 | 0.0 | 0.00 | 0 | 10 | 138 | 0 | 0 | 0 | 0.0 | 0.9 | 0.02 | 0.01 | 0.00 | 0 | 38 | 0.0 | 0.00 | 0 | 7 | 0 | 2.3 | 0.4 | 卵 | ゼラチン |
| | コーン | 157 | 66.6 | 4.8 | 6.7 | 21.0 | 0.9 | 141 | 112 | 55 | 15 | 39 | 0.3 | 0.4 | 0.04 | 0 | 3 | 0 | 19 | 0 | 0 | 0.0 | 1.1 | 0.05 | 0.04 | 0.05 | 0 | 2 | 0.8 | 0.20 | 33 | 7 | 0 | 3.0 | 0.4 | 卵 | ゼラチン |
| | さつま芋 | 169 | 63.1 | 3.9 | 6.1 | 25.9 | 1.0 | 143 | 182 | 68 | 10 | 18 | 0.3 | 0.1 | 0.07 | 0 | 1 | 9 | 0 | 9 | 0 | 0.0 | 1.5 | 0.04 | 0.01 | 0.11 | 0 | 11 | 0.3 | 0.37 | 19 | 7 | 0 | 2.7 | 0.4 | 卵 | ゼラチン |
| | カリフラワー | 130 | 72.5 | 4.4 | 6.0 | 16.1 | 0.8 | 144 | 85 | 61 | 5 | 14 | 0.3 | 0.2 | 0.01 | 0 | 0 | 6 | 0 | 6 | 2 | 0.0 | 1.0 | 0.02 | 0.02 | 0.05 | 0 | 20 | 0.1 | 0.32 | 34 | 19 | 0 | 3.0 | 0.4 | 卵 | ゼラチン |
| | キャベツ | 127 | 73.7 | 3.8 | 6.1 | 15.6 | 0.7 | 158 | 77 | 69 | 5 | 10 | 0.1 | 0.1 | 0.01 | 0 | 2 | 19 | 0 | 19 | 0 | 0.0 | 1.0 | 0.02 | 0.01 | 0.04 | 0 | 16 | 0.1 | 0.08 | 30 | 37 | 0 | 2.5 | 0.4 | 卵 | ゼラチン |
| | 里芋 | 147 | 68.6 | 4.3 | 6.0 | 20.2 | 0.9 | 160 | 131 | 60 | 8 | 21 | 0.2 | 0.2 | 0.05 | 0 | 0 | 2 | 0 | 2 | 0 | 0.0 | 1.2 | 0.03 | 0.00 | 0.05 | 0 | 2 | 0.3 | 0.12 | 9 | 7 | 0 | 2.5 | 0.4 | 卵 小麦 | 大豆 ゼラチン |
| | じゃが芋 | 148 | 68.1 | 3.9 | 5.8 | 21.1 | 1.0 | 206 | 157 | 52 | 8 | 17 | 0.2 | 0.1 | 0.04 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0.0 | 0.9 | 0.03 | 0.01 | 0.07 | 0 | 13 | 0.5 | 0.18 | 8 | 7 | 0 | 2.2 | 0.5 | 卵 小麦 | 大豆 ゼラチン |
| | 大根 | 129 | 72.8 | 3.5 | 5.8 | 16.7 | 1.0 | 213 | 90 | 60 | 4 | 9 | 0.1 | 0.1 | 0.01 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0.0 | 0.9 | 0.01 | 0.01 | 0.02 | 0 | 4 | 0.1 | 0.05 | 13 | 7 | 0 | 2.2 | 0.5 | 卵 小麦 | 大豆 ゼラチン |
| | きのこ | 125 | 72.0 | 4.2 | 5.8 | 16.9 | 1.0 | 226 | 97 | 52 | 5 | 27 | 0.1 | 0.2 | 0.03 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0.9 | 0.9 | 0.04 | 0.07 | 0.03 | 0 | 0 | 1.1 | 0.44 | 9 | 7 | 0 | 3.4 | 0.6 | 卵 小麦 | 大豆 ゼラチン |
| | ごぼう | 143 | 69.2 | 3.9 | 5.8 | 19.9 | 1.0 | 210 | 83 | 69 | 16 | 19 | 0.3 | 0.3 | 0.06 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0.0 | 1.1 | 0.01 | 0.01 | 0.04 | 0 | 0 | 0.1 | 0.08 | 23 | 7 | 0 | 4.0 | 0.5 | 卵 小麦 | 大豆 ゼラチン |
| | 長芋 | 146 | 68.4 | 4.2 | 5.9 | 20.3 | 1.2 | 207 | 164 | 57 | 7 | 12 | 0.2 | 0.1 | 0.04 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0.0 | 0.9 | 0.04 | 0.01 | 0.04 | 0 | 2 | 0.2 | 0.23 | 3 | 7 | 0 | 2.1 | 0.5 | 卵 小麦 | 大豆 やまいも ゼラチン |
| | いんげん | 130 | 72.6 | 4.1 | 6.0 | 16.3 | 0.9 | 141 | 104 | 75 | 8 | 17 | 0.3 | 0.1 | 0.02 | 0 | 18 | 223 | 58 | 200 | 0 | 0.0 | 1.0 | 0.02 | 0.04 | 0.03 | 0 | 2 | 0.2 | 0.06 | 20 | 27 | 0 | 2.8 | 0.4 | 卵 | ゼラチン |
| | グリンピース | 154 | 67.5 | 5.6 | 6.3 | 19.7 | 0.9 | 142 | 93 | 61 | 12 | 41 | 0.6 | 0.4 | 0.07 | 0 | 14 | 167 | 0 | 0 | 0 | 0.0 | 0.9 | 0.12 | 0.05 | 0.03 | 0 | 7 | 0.0 | 0.18 | 38 | 16 | 0 | 4.1 | 0.4 | 卵 | ゼラチン |
| | 青梗菜 | 124 | 74.3 | 3.8 | 6.0 | 14.7 | 0.9 | 152 | 97 | 99 | 7 | 10 | 0.3 | 0.1 | 0.02 | 0 | 85 | 1004 | 0 | 1004 | 0 | 0.0 | 1.3 | 0.01 | 0.02 | 0.02 | 0 | 6 | 0.1 | 0.05 | 20 | 54 | 0 | 2.4 | 0.4 | 卵 | ゼラチン |
| | 白菜 | 125 | 74.1 | 3.7 | 6.0 | 15.3 | 0.8 | 143 | 61 | 69 | 3 | 13 | 0.1 | 0.1 | 0.01 | 0 | 84 | 995 | 0 | 995 | 0 | 0.0 | 1.0 | 0.00 | 0.00 | 0.02 | 0 | 4 | 0.1 | 0.10 | 16 | 41 | 0 | 2.3 | 0.4 | 卵 | ゼラチン |
| | ブロッコリー | 129 | 73.0 | 4.3 | 6.1 | 15.8 | 0.7 | 148 | 54 | 67 | 5 | 20 | 0.2 | 0.3 | 0.03 | 0 | 12 | 149 | 2 | 307 | 3 | 0.0 | 1.8 | 0.02 | 0.03 | 0.10 | 0 | 10 | 0.0 | 0.43 | 81 | 69 | 0 | 2.7 | 0.4 | 卵 | ゼラチン |