# カルビー製品 カリウム・リン一覧

代表的な商品のカリウム・リンの値は次のとおりです。
カリウム・リンはパッケージには記載していません。参考値として分析したものです。
**※スナック菓子は、1包装（袋、カップ、筒）の内容量当たりの値です。**
**＊シリアルは、1食の目安量当たりの値です。**

2026年10月更新

## 【スナック菓子】

| 商品名 | 1包装の内容量(g)(※) | カリウム | リン |
|---|---|---|---|
| | | mg | mg |
| ポテトチップス うすしお味 | 55 | 471 | 58 |
| ポテトチップス のりしお | 55 | 451 | 66 |
| ポテトチップス コンソメパンチ | 55 | 457 | 66 |
| 堅あげポテト うすしお味 | 65 | 1222 | 137 |
| 堅あげポテト ブラックペッパー | 65 | 1105 | 111 |
| 堅あげポテト 焼きのり味 | 65 | 975 | 124 |
| ピザポテト | 60 | 600 | 78 |
| クリスプ うましお味 | 45 | 495 | 32 |

| 商品名 | 1包装の内容量(g)(※) | カリウム | リン |
|---|---|---|---|
| | | mg | mg |
| じゃがりこ サラダ | 57 | 678 | 91 |
| じゃがりこ チーズ | 55 | 715 | 154 |
| じゃがりこ じゃがバター | 55 | 660 | 110 |
| じゃがりこ たらこバター | 52 | 624 | 94 |
| Jagabee(じゃがビー) うすしお味 | 38 | 494 | 80 |
| | 15 | 195 | 32 |
| miino(ミーノ）そら豆　しお味 | 28 | 200 | 99 |

| 商品名 | 1包装の内容量(g)(※) | カリウム | リン |
|---|---|---|---|
| | | mg | mg |
| サッポロポテト つぶつぶベジタブル | 72 | 158 | 54 |
| サッポロポテト バーベQあじ | 72 | 150 | 69 |
| かっぱえびせん | 77 | 72 | 69 |
| かっぱえびせん 塩分35%カット | 68 | 58 | 50 |
| ベジたべる あっさりサラダ味 | 50 | 80 | 34 |
| さやえんどう しお味 | 61 | 592 | 281 |
| チーズビット まろやかチーズ味 | 45 | 63 | 33 |
| おさつスナック(秋冬限定) | 52 | 95 | 46 |
| マイクポップコーン バターしょうゆ味 | 50 | 122 | 115 |

| 商品名 | 1包装の内容量(g)(※) | カリウム | リン |
|---|---|---|---|
| | | mg | mg |
| 1才からのかっぱえびせん | 8 | 5 | 8 |
| 1才からのサッポロポテトつぶつぶベジタブル | 8 | 11 | 6 |
| じゃがポックル オホーツクの塩味 | 18 | 198 | 19 |

## 【シリアル(フルグラなど)】

| 商品名 | 1食の目安量(g)(＊) | カリウム | リン |
|---|---|---|---|
| | | mg | mg |
| フルグラ<br>(赤いパッケージ) | 50 | 137 | 88 |
| フルグラ　チョコバナナ味 | 50 | 128 | 72 |
| フルグラ　糖質オフ | 50 | 438 | 161 |
| フルグラ　糖質オフ<br>カカオ＆ストロベリーテイスト | 50 | 496 | 179 |
| マイグラ | 50 | 130 | 91 |
| マイグラ　プロテイン | 60 | 584 | 212 |
| ベイクドオーツ ナッツ＆シード | 40 | 113 | 106 |
| ベイクドオーツ SOY | 40 | 143 | 108 |