

# 生協の「マイページ」のご案内

食事の記録「利用履歴」をいつでも見ることができます。

本人の自己管理はもちろんですが、遠く離れた実家からでも食事の内容を確認できることが、保護者の方々の安心につながっています。利用履歴には、「いつ食事をしたのか」「何を食べたのか」「栄養のバランスはどうか」等の情報を掲載しています。利用履歴を見ることで、毎日通学していることや毎日ちゃんと食事をとっていることが分かります。

インターネットから見る利用履歴「マイページ」をご覧ください。には、事前に利用の手続きが必要です。

## ■利用履歴には「食」を見直せる情報がいっぱい

### ●生協の「マイページ」

生協のマイページでは、ミールカードのご利用状況（利用明細、累計利用金額や残額）のほか、月別の3群点数法による栄養価状況やご利用明細を確認し、印刷することができます。

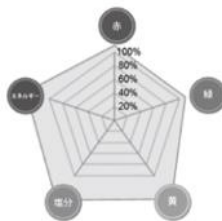
ほかに、ICプリペイド（Pico）のご利用状況、生協店舗のご利用状況、プリペイド（Pico）残高や利用履歴なども確認することが出来ます。



### ●ミールカードご利用の栄養価状況

＝ 2019年11月 栄養価状況

(19歳 女性)	利用点数	利用金額(円)	赤	緑	黄	塩分	エネルギー(kcal)
ご利用一日あたり	8.7	1,177	4.3	2.1	11.0	6.1	1,391
1食(時間帯別)あたり	4.5	610	2.2	1.1	5.7	3.2	721
1食あたりの目安	-	-	2.0	1.0	4.0	2.2	530



利用履歴のカロリーや栄養バランスの表示は、生協で内製のメニュー（内製弁当も含む）のみを計算しています。コンビニ商品等は栄養価表示には含まれません。

### ●ご利用明細一覧

ご利用	品名	単	枚	計	エネルギー(kcal)
11/1 (金)	合計	¥1,296	個	¥1,292	1,633
11/05	生協文庫 常備牛乳200ml(濃縮)×1943コップ	2.8	12	3.8	762
18/17	生協文庫 常備牛乳200ml(濃縮)×1943コップ	2.1	10	2.1	420
11/7 (水)	合計	¥1,568	個	¥1,561	1,543
13/07	生協文庫 常備牛乳200ml(濃縮)×1943コップ	2.7	10	2.7	540
18/09	生協文庫 常備牛乳200ml(濃縮)×1943コップ	1.4	13	1.8	541
11/9 (火)	合計	¥1,419	個	¥1,416	1,748
12/01	生協文庫 常備牛乳200ml(濃縮)×1943コップ	0.8	14	1.1	462
17/13	生協文庫 常備牛乳200ml(濃縮)×1943コップ	4.0	14	4.1	785
11/6 (水)	合計	¥1,308	個	¥1,300	1,391
11/06	生協文庫 常備牛乳200ml(濃縮)×1943コップ	2.7	0.1	2.7	432
17/18	生協文庫 常備牛乳200ml(濃縮)×1943コップ	2.8	0.9	3.5	758
11/7 (水)	合計	¥1,148	個	¥1,141	1,347
11/06	生協文庫 常備牛乳200ml(濃縮)×1943コップ	2.7	0.8	3.5	713
17/23	生協文庫 常備牛乳200ml(濃縮)×1943コップ	2.2	1.9	4.1	624