

## 2週間備蓄リスト

## 2週間食料備蓄リスト

3人分

品目	内容量	必要量	購入価格	合計
シリアル	200g入り	12袋	178円	2,136円
ナビスコリッツ	S 13枚3パック入り	12箱	128円	1,536円
レトルトおかゆ	250g	42袋	98円	4,116円
野菜ジュース缶	190g	42本	38円	1,596円
フルーツジュース缶	190g	42本	45円	1,890円
肉・魚缶詰	140g・100g・100g	42缶	97円	4,074円
水ペットボトル	2ℓ	18本	100円	1,800円
粉末ポカリスエット	74g 1ℓ用	6袋	98円	588円
フルーツ缶	425g	12缶	98円	1,176円
			<b>合計</b>	<b>18,912円</b>