

# 【フードモデル写真】

## 野菜一皿 70 g



## 目で見てわかるシリーズ



みそ汁の具



ラーメンのお汁を半分残すと・・・



お刺身の醤油のつけ方

## 脂質と塩分はどれくらい？働き盛り編



ウインナーソーテ



かつ丼



カレーライス



チャーハン



とんこつラーメン



ポテトサラダ



## 脂質と塩分はどれくらい？働き盛り編



ミートスパゲティ



鶏のから揚げ



豚のしょうが焼き



お店の焼きそば

## 離乳食フードモデル



5倍がゆ・たらのバター焼き野菜あんかけ  
ほうれん草のごま和え



にんじんディスプレイ