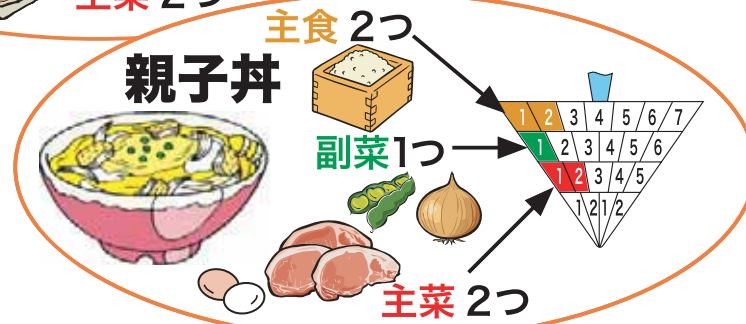
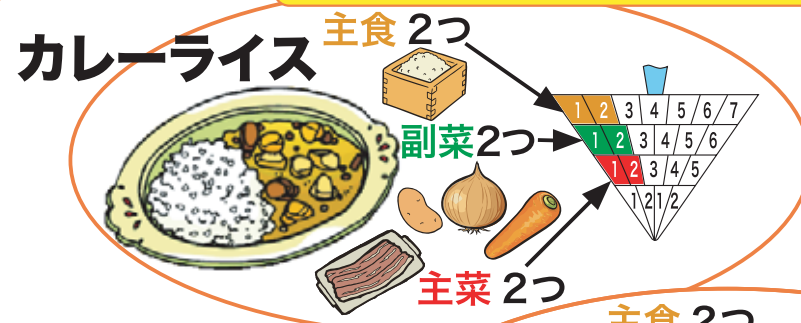


食事バランスガイドでバランスチェック No.3

複数の「つ」で数える料理(おかず)



複数の「つ」で数える料理(ごはん物)



複数の「つ」で数える料理(麺類)



複数の「つ」で数える料理(軽食)

