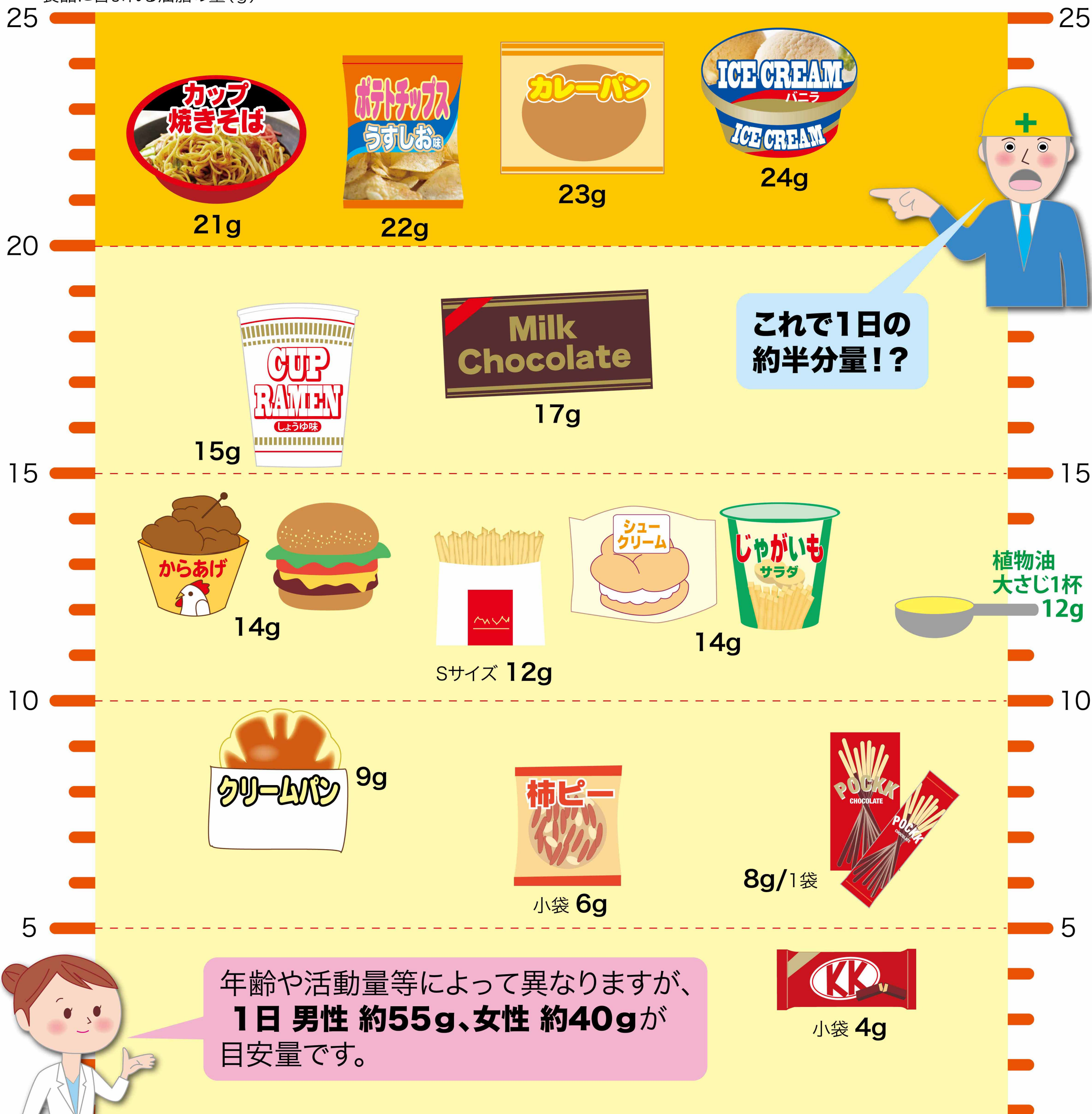


いつも食べてる食品の 見えないあぶらに**要注意!!**

食品に含まれる油脂の量(g)



※商品により、脂質量は変わります。

※1日の油脂摂取量で、「目に見えない油脂」が約8割を占めていると言われています。（厚生労働省 平成26年度 国民健康・栄養調査より算出）

組合管理栄養士が『おとなの食育』を応援します!
食生活の改善に向けた取り組みをはじめませんか?