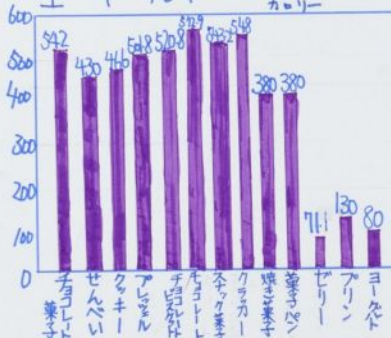
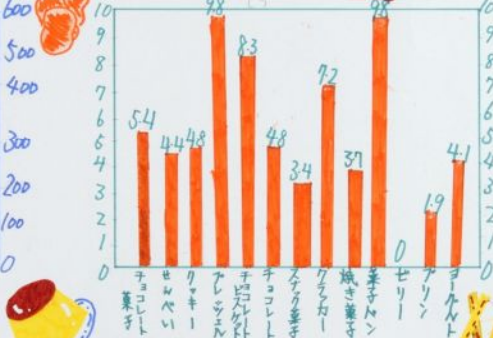


お菓子とデザート の 栄養せいぶん

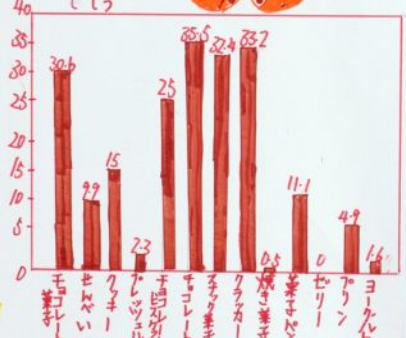
エネルギー (kcal)



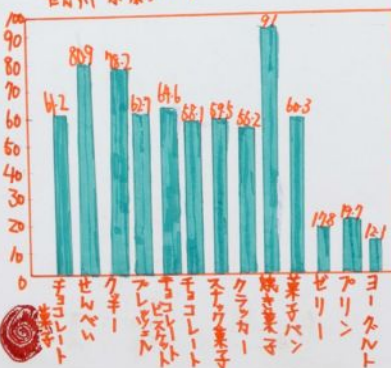
たんぱく質 (g)



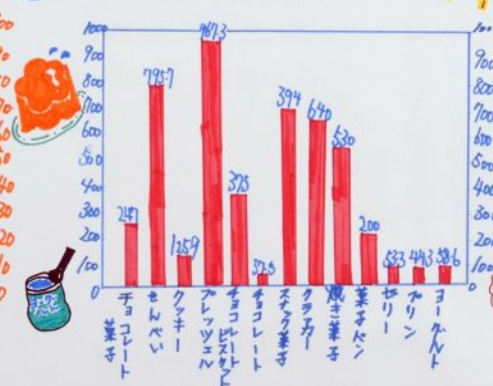
脂質 (g)



炭水化物 (g)



ナトリウム (mg)



たんぱく質ってなに?
動物や植物の体をつづけている成分の一つ。
肉・牛乳・豆などに多くふくまれる。

脂質ってなに?
動物や植物の体の中にたくさんあるから。

炭水化物ってなに?
炭素・水素・酸素が結びついてできたもの。でんぷん・砂糖など。

ナトリウムってなに?
食用として作られた塩。塩化ナトリウムのこと。