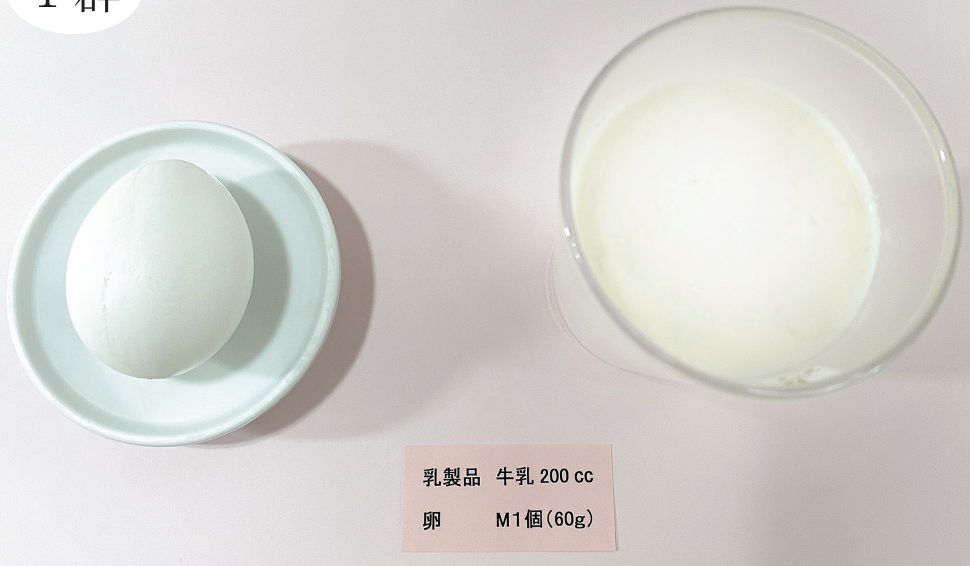


食品の種類と目安量（成人1日分）

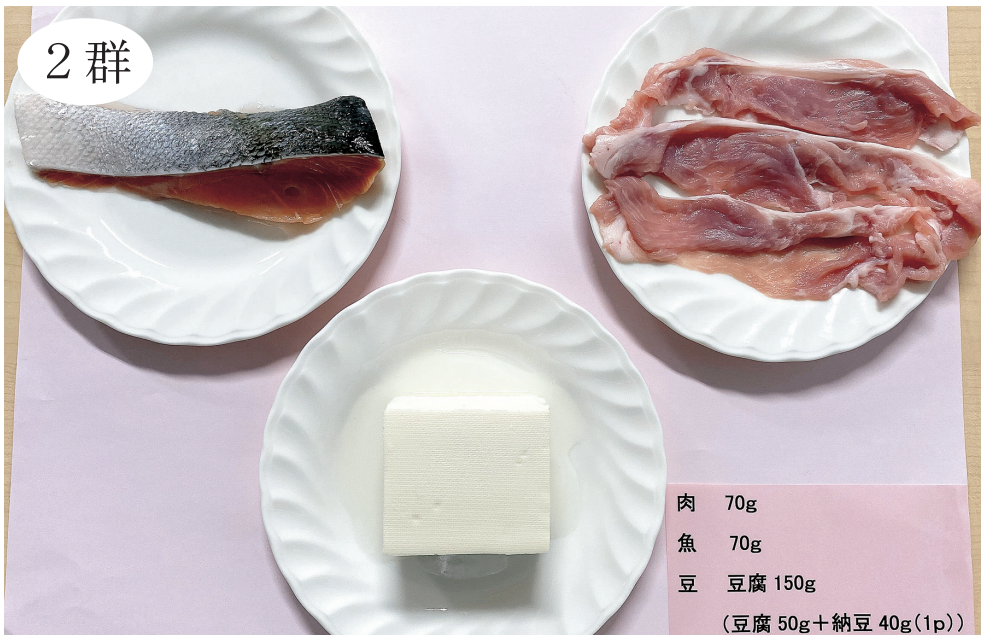
1 群



3 群



2 群



4 群

