

脱メタボ！フードモデル貸出教材

【野菜セット】

5-1 1日5皿の野菜料理



1日分の野菜の目安量（350g）となる5皿の野菜料理のフードモデルです。

（野菜小鉢5皿と説明パネル付き）

5-2 30gの野菜



1食あたり「あとこれ位」プラスするとよい野菜の量（30g）を示したフードモデルです。（トマト、人参、かぼちやの3種のフードモデルとA5サイズの説明パネル付き）