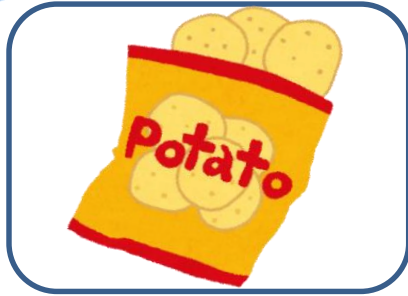




せいぶんひょうじ をみて おやつを量をチェックしてみよう！



(ポテトチップス)
(1袋60g)

エネルギー

(3 3 6) Kcal

+



(アイスクリーム)
バニラ(1個200g)

エネルギー

(3 7 4) Kcal

+



みたらし団子
(1串55g)

エネルギー

(1 0 8) Kcal

= (8 0 8) Kcal

ごはん何はい分になるでしょう？ 茶わん1はい(150g)=240Kcal



8 0 8

Kcal

÷

240

Kcal

=

3 . 3

はい分