

KF-1022 川崎製 毎日くだもの200グラム以上フードモデル

くだものはがんをはじめとする生活習慣病予防の強い味方です。毎日果物 200 g 以上の摂取を目標にぜひフードモデルをお役立てください。糖尿病の方にも使いやすいよう 0.5 ~ 1 単位の重量です。

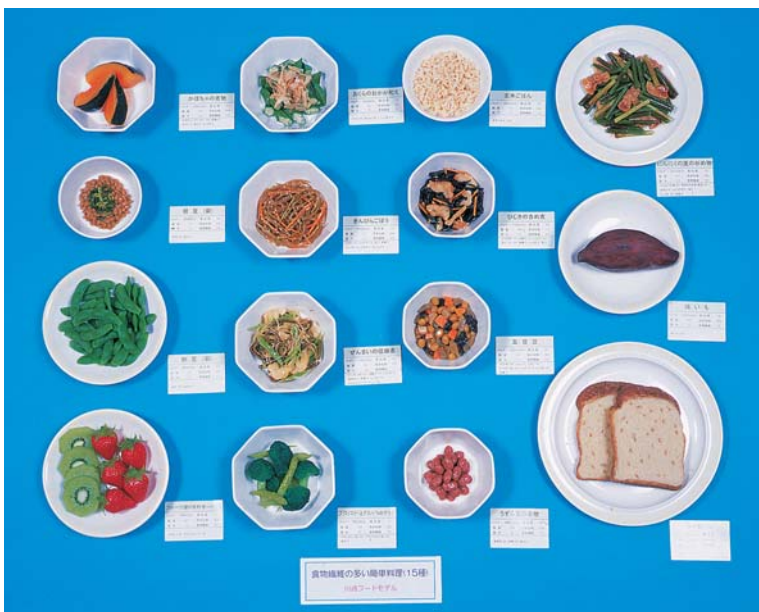


内容明細					
品名	重量g	可食部	品名	重量g	可食部
みかん	135	100	パイナップル	270	150
りんご	180	150	バナナ	170	100
日本なし	240	200	グレープフルーツ	290	200
かき	170	150	パルシアオレンジ	165	100
ぶどう	180	150	マスクメロン	400	200
もも	240	200	すいか	330	200
夏みかん	360	200	いちご	130	125
はっさく	310	200	いちじく	180	150
キウイフルーツ	90	75	レモン	160	150
西洋なし	180	150	ブルーベリー	75	75

■ 磁石なし・かご 2 個・
 収容バスケット付
 定価 73,000 円
 (税込 76,650 円)

KF-0505 川崎製 食物繊維の多い簡単料理 15 種

食物繊維がたっぷり取れる簡単料理 15 種です。コレステロールを減らす働きがある食物繊維を利用すると食事療法を上手に行うことができます。食物繊維は 1 日 20 ~ 30 g 摂るのが効果的とされています。



料理名
ライ麦パン
五目豆
うずら豆の煮物
玄米ごはん
ぜんまいの信田煮
きんぴらごぼう
かぼちゃの煮物
ブロッコリーとアスパラのサラダ
おくらのおかか和え
枝豆(茹)
フルーツ盛り合わせ(イチゴ・キウイ)
ひじきの含め煮
納豆
にんにくの茎の炒め物
焼いも

■ メラミン食器入り・
 コンテナケース付
 定価 95,000 円
 (税込 99,750 円)