

WEB-1-1-6 軍隊の一般的な食事例

朝食

味噌汁
味噌
ネギ



米飯

30 g

25 g

500 g

昼食

小雑魚
酢
醤油



米飯

20 g

2 g

15 g

500 g

夕食

昆布
出し雑魚
醤油
白砂糖



米飯

6 g

1.5 g

15 g

5 g

500 g

