

WEB-1-1-8 高木の改善食

食品	(g)	食品	(g)
白米	675	茶	7.5
獣肉	300	油脂	15
魚肉	150	ミルク	45
味噌	53	酢	7.5
醤油	60	ごま	1
野菜	450	漬け物	75
豆類	45	果物	適宜
小麦粉	75		