

※
73%

昭和40年度当時



ごはん
1日5杯



牛肉料理
(1食150g換算)
月1回



豚肉料理
(1食150g換算)
月2回



たまご料理
3週間で
1パック



牛乳
(牛乳びん)
週に2本



植物油
(1.5kgボトル)
年に3本



野菜
1日300g程度
(重量野菜多い)



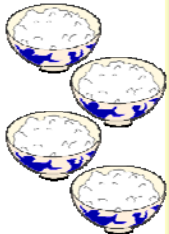
果実
1日80g程度
(りんごが3割)



魚介類
1日80g程度

※
53%

昭和55年度当時



1日4杯



月2回



月5回



2週間で
1パック弱



週に3本



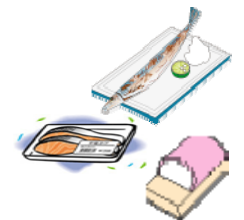
年に7本



1日310g程度
(緑黄色野菜増加)



1日110g程度
(みかんが約4割)



1日100g程度

※
40%

平成21年度



1日3杯



月3回



月6回



2週間で
1パック強



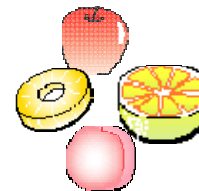
週に3本



年に8本



1日250g程度
(緑黄色野菜以外は減少)



1日110g程度
(その他果実が約7割)



-輸入物増-

1日80g程度

※カロリーベースの食料自給率