

※  
73%

昭和40年度当時



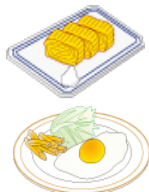
ごはん  
1日5杯



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



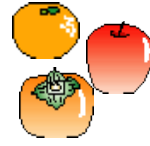
牛乳  
(牛乳びん)  
週に2本



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)



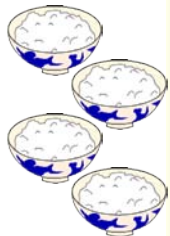
果実  
1日80g程度  
(りんごが3割)



魚介類  
1日80g程度

※  
53%

昭和55年度当時



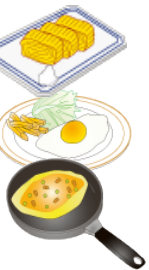
1日4杯



月2回



月5回



2週間で  
1パック弱



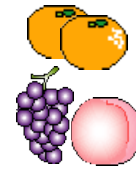
週に3本



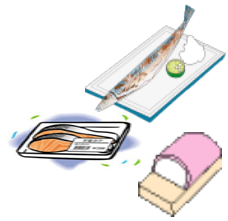
年に7本



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

※  
39%

平成22年度



1日3杯



月3回



月7回



2週間で  
1パック強



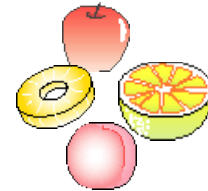
週に3本



年に8本



1日240g程度  
(緑黄色野菜以外は減少)



-輸入物増-

1日100g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