

# <塩分クイズ>

【解答は9ページにあります】

1 ごはんとパン 塩分が高いのはどっち?



ごはん



パン

2 すき焼きとおでん 塩分が高いのはどっち?



すき焼き



おでん

3 塩分2.5g以上のものが1つだけあります。どれでしょう?



ウインナーパン



明太子のおにぎり1個



いなりずし3個

4 塩分0.5g未満のものが1つだけあります。どれでしょう?



クリームパン1個

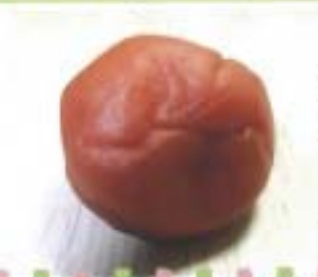


ポテトチップス1/4袋



しょうゆせんべい1枚

5 塩分1.0g以上のものが1つだけあります。どれでしょう?



低塩梅干し1個



はんぺん1枚



紅しょうが1食分(10g)