加工食品シリーズ　（ポテトチップス）

2022.7.5

加工食品 ➡ ジャンクフード（ジャンクは英語でがらくた・くず）

食べ始めたら止まらないスナック

ポテトチップスのなかみは？

例えば 1袋60g 食べたら？

油が３５％ — 21g

炭水化物５５％ — 33g

332キロカロリー

体に入って

37ｇの脂肪に変わる

- アイスクリーム
- コーンスナック
- 菓子パン
- チョコレート菓子
- クッキー
- ビスケット
- ドーナツ
- 炭酸飲料
- ジュース
- カップ麺