

ラーメンのスープを全部飲んだ時の食塩量は、どのくらい？



しょうゆラーメン1杯分の場合



全部残した時
麺 0.3 g + スープ **1.6 g**



1/3 飲んだ時
麺 0.3 g + スープ **2.7 g**



1/2 飲んだ時
麺 0.3 g + スープ **3.2 g**



全部飲んだ時
麺 0.3 g + スープ **4.8 g**

参考：厚生労働省 保健指導における学習教材集（確定版）