

宇宙食としての災害食の利用 食塩濃度から考えた食事献立1週間

The use of the disaster food as space foods -Dietary nutrients in one week-
(Thought from salt density)

*岡野 志美¹、片山 直美¹

*Yukimi Okano¹, Naomi Katayama¹

1.越原学園 名古屋女子大学 大学院 生活学研究科 食物栄養学専攻

1.Graduate School of Nagoya Women's University

高血圧を防止するために食事で摂取する食塩量を一定量に保つことが必要です。減塩食は、宇宙で必要です。宇宙食として災害食を用いることは効果的です。私が用いた災害食は、3年から5年間、常温で保存することができます。私は、災害食の組合せで、1週間のメニューを製作しました。我々は、災害食物の市販製品を用いて、1週間のメニューを製作し、そのメニューは、10g未満の塩分量を含んでいます。

キーワード：宇宙食、災害食、食塩濃度、市販品

Keywords: Space foods, Disaster food, Salt density, Marketing product