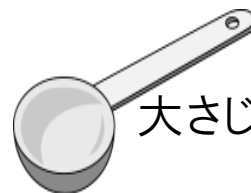


小さじ5ml



大さじ15ml

調味料	小さじ1杯 あたり (g)	大さじ1杯 あたり (g)
食塩	6.0	18.0
しょうゆ (こいくち)	0.9	2.6
しょうゆ (うすくち)	1.0	2.9
減塩しょうゆ	0.5	1.5
みそ	0.7	2.1
めんつゆ (3倍濃縮)	0.5	1.5
ポン酢	0.5	1.4
トマトケチャップ	0.2	0.6
ウスターソース	0.4	1.3
とんかつソース	0.3	0.9
マヨネーズ	0.1	0.3
フレンチドレッシング	0.2	0.5
ノンオイルドレッシング	0.4	1.1
和風だしのもと (顆粒)	1.2	3.7
コンソメの素 (顆粒)	1.3	3.9
ガラスープの素 (顆粒)	1.3	3.8