

## ■夕食の献立推薦システム■

あなたの体調と朝食・昼食を考慮して、あなたにぴったりの夕食の献立を推薦します！

### ■フェイスシート

あなたについて、もれなく記入してください。

性別：男性 ☒ 女性 ☐

身長  cm 体重  kg

年齢

### ■欲求項目とその重要度

あなたが感じている体調への欲求とその重要度を選択してください。

5を最大値、1を最小値とし、同じ数値は一度ずつまで選択でき、欲求は最大5つまで選択できます。

神経痛	<input type="text" value="--"/>	風邪予防	<input type="text" value="--"/>	めまい	<input type="text" value="--"/>	骨粗しょう症	<input type="text" value="--"/>	歯が弱い	<input type="text" value="--"/>	イライラしやすい	<input type="text" value="--"/>
肩こり	<input type="text" value="3"/>	低血圧	<input type="text" value="--"/>	貧血	<input type="text" value="--"/>	冷え性	<input type="text" value="--"/>	胃痛	<input type="text" value="--"/>	抜け毛	<input type="text" value="--"/>
動脈硬化予防	<input type="text" value="--"/>	疲れ目	<input type="text" value="4"/>	口内炎	<input type="text" value="--"/>	美肌	<input type="text" value="--"/>	がん予防	<input type="text" value="--"/>	ストレス過多	<input type="text" value="--"/>
頭痛	<input type="text" value="5"/>	糖尿病予防	<input type="text" value="--"/>	便秘	<input type="text" value="--"/>	下痢	<input type="text" value="--"/>				

### ■朝と昼に食べたもの

あなたが朝と昼に食べたものに近いものを選択してください。

朝食	主食	<input type="text" value="食パン"/>	副菜1	<input type="text" value="目玉焼き"/>	副菜2	<input type="text" value="コーンスープ"/>	副菜3	<input type="text" value="グリーンサラダ"/>
昼食	主食	<input type="text" value="カレーライス"/>	副菜1	<input type="text" value="グリーンサラダ"/>	副菜2	<input type="text" value="--"/>	副菜3	<input type="text" value="--"/>

GO!!

クリア