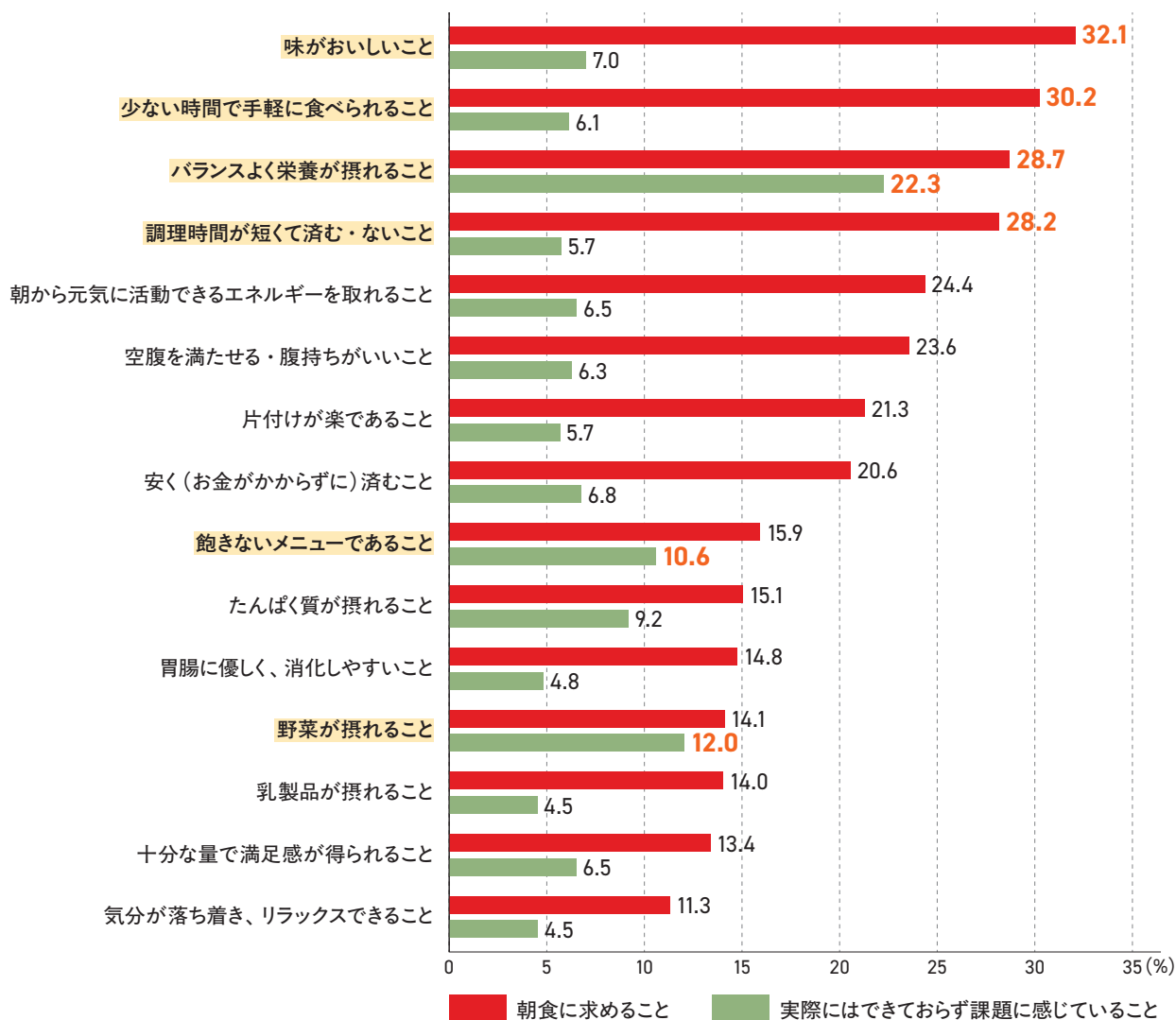


朝食に求めること・課題

最大の課題は「バランスよく栄養が摂れること」

朝食で重視することとして上位に挙がったのは「味がおいしいこと」「少ない時間で手軽に食べられること」「バランスよく栄養が摂れること」「調理時間が短くて済む・ないこと」でした。実際にはできておらず課題に感じていることは「バランスよく栄養が摂れること」が最も高く、「野菜が摂れること」「飽きないメニューであること」が続きました。朝食は、おいしくて栄養バランスが取れているだけでなく、時短や手軽さといった簡便性も求められていると言えそうです。

●「朝食に求めること」と「実際にはできておらず課題に感じていること」(TOP15)



※いずれも複数回答(n=10,304)