

「付け合せ検索機能」について

・和風・洋風・中華風・エスニック風・イタリアン・韓国風とジャンルの絞り込み検索ができ、主菜のジャンルに合わせた検索ができます。

野菜、お肉、魚介、汁物、麺類などカテゴリーの絞り込み検索ができます。

含める食材、除く食材を設定することができ、残った食材や、嫌いな食材を加味した検索ができます。

症状、目的を設定することで簡単に食事制限や目的に合わせた検索ができます。
また重要視する成分を設定することで自分が望んでいる成分を重要視した栄養バランス順に並べ替えてくれます。



「表示画面」について

Aの主菜と、Bの副菜の栄養価の合計がCの欄にグラフで表示されます。このグラフを見れば一目で栄養バランスがわかります。

Aの主菜と、栄養バランスの良い副菜が、栄養バランスの良い順に表示されます。副菜を一つ選ぶと、Bの欄の表示がその副菜と入れ替わり、それに合わせてCの欄のグラフの内容も入れ替わります。

「もっと表示する」をクリックすると、右の図のDのように、栄養バランスの良い順に料理が一覧で表示されます。