

動脈硬化性疾患予防のための食事療法に関する次の記述のうち、正しいのはどれか。

1. 脂質エネルギー比率を7%未満とする。
2. トランス脂肪酸の摂取を増やす。
3. 炭水化物エネルギー比率を30～40%とする。
4. アルコールの摂取は1日25g以下とする。
5. 食塩の摂取量は7.5g/日未満を目標とする。