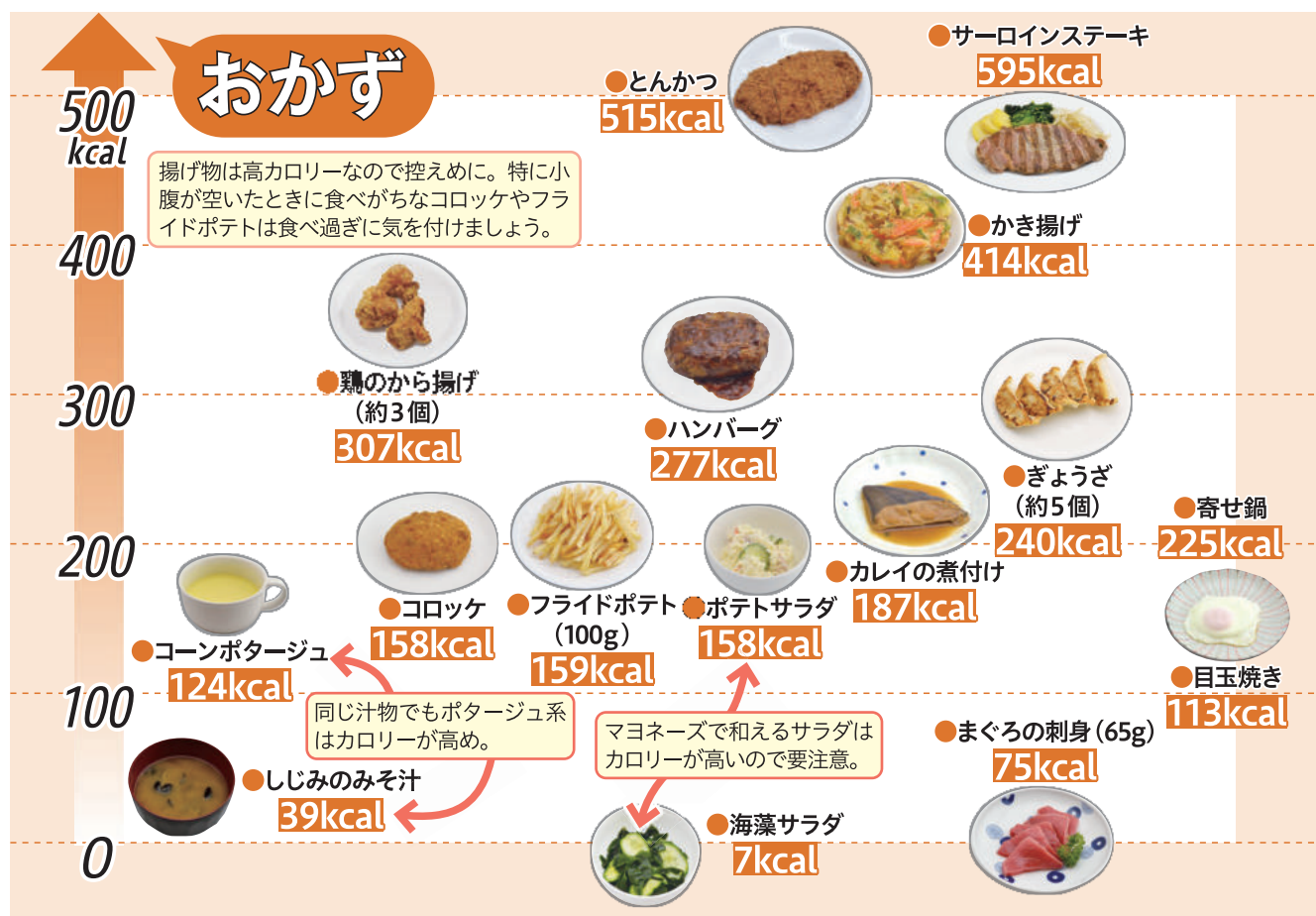


カテゴリー別

カロリー早見表



●参考：『かんたん！やせる！カロリーブック』（西東社）
 『糖質早わかり』牧野直子監修（女子栄養大学出版部）
 『塩分早わかり第3版』牧野直子監修（女子栄養大学出版部）、『毎日の食事のカロリーガイド第3版』香川明夫監修（女子栄養大学出版部）
 『日本食品標準成分表2020年版（八訂）』

※算出方法：飲料(200g)のカロリー÷砂糖3gのカロリー(約12kcal)
 ※記載してある砂糖の量をそのまま含む訳ではありません。