



★ ビール中ジョッキ1杯(500ml) 200kcal 脂肪0g
焼酎ロック1杯(100ml) 197kcal 脂肪0g
日本酒コップ1杯(200ml) 206kcal 脂肪0g
ごはん軽く1杯に比べ高エネルギー

料理名
エネルギー kcal
脂肪 g
※エネルギー、脂質量は、分量により大きく異なるため、明示しているものは一例である。