

栄養価計算基本5項目

料理名 バウムクーヘン（18cm焼き型 10個）

ポーション 1個あたりの栄養価

料理名/食品名	摂取量	エネルギーKC	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
	g	kcal	g	g	g	g
アーモンド 乾	12	73	2.4	6.2	2.5	0
小麦粉 薄力粉 1等	28	98	2.3	0.4	21.2	0
でん粉類 とうもろこしでん粉	4	15	0	0	3.5	0
鶏卵 全卵 生	150	213	18.3	15.3	0.6	0.6
ざらめ糖 グラニュー糖	100	393	0	0	100	0
でん粉糖類 還元水あめ	5	11	0	Tr	3.5	0
ブランデー	3	7	0	0	0	0
バター類 食塩不使用バター	50	360	0.3	41.5	0.1	0
植物油脂類 調合油	30	266	0	30	0	0
合 計	382	1435	23.2	93.5	131.4	0.6