

酵素ドリンクのカロリー比較表

| 商品名 | 100mlあたりのカロリー | 1回に飲む量 | 1杯あたりのカロリー |
|----------|-------------------|--------|------------|
| お嬢様酵素 | 130kcal | 30ml | 39kcal |
| 優光泉 | 178kcal | 20ml | 35.6kcal |
| ベルタ酵素液 | 142kcal | 40ml | 56.8kcal |
| ベジータル酵素液 | 174kcal | 60ml | 104.4kcal |
| アイ酵素 | 163kcal (100gあたり) | 20ml | 32.6kcal |
| ベジライフ酵素液 | 71kcal | 30ml | 21.3kcal |

| 商品名 | 100mlあたりのカロリー | 1日に飲む量 | 1日あたりのカロリー |
|----------|-------------------|--------|------------|
| お嬢様酵素 | 130kcal | 330ml | 429kcal |
| 優光泉 | 178kcal | 200ml | 356kcal |
| ベルタ酵素液 | 142kcal | 200ml | 284kcal |
| ベジータル酵素液 | 174kcal | 360ml | 626.4kcal |
| アイ酵素 | 163kcal (100gあたり) | 330ml | 537.9kcal |
| ベジライフ酵素液 | 71kcal | 280ml | 198.8kcal |

※ 1回または1日に飲む量は、各酵素ドリンクの説明書に基づき推奨されている分量で計算

※ お嬢様酵素はカロリー表示がないため、ネットで調べた数字を使用

※ アイ酵素は100gあたりのカロリー表示だったため、比重1 (100ml=100g)で計算