

Chocolate Ice Calorie Data

宮城紀花(222x222x)

1. Introduction

私はチョコレートアイスが好きでよく食べるので、今回はそれらのカロリーについて調べてみた。

2. Method

いくつかの代表的なチョコレートアイスのカロリーを可視化することで、比較を行った。また、それらをカロリーの高い順、低い順に並び変えることによってより分かりやすくした。

3. Result

図1からわかるように、Pino(一粒)のカロリーが一番低く、Choco Monaka Jamboのカロリーが一番高いことがわかった。また、低い順に並べた時、最もカロリーの低い3つにチョコレートアイス以外はあまり値が変わらないことも分かった。

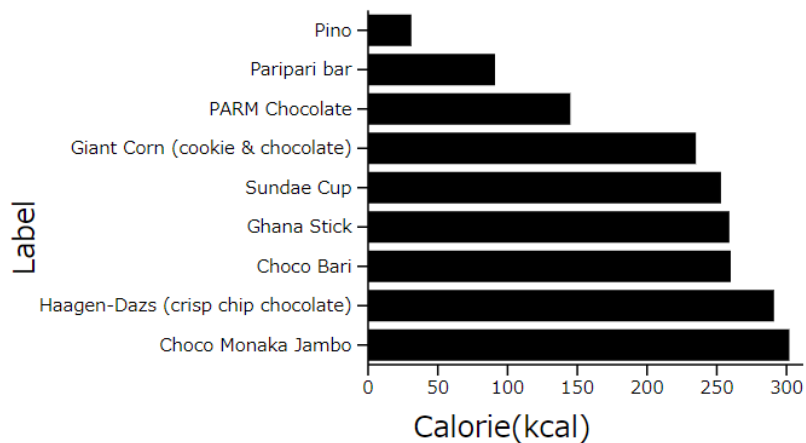


図1 代表的なチョコレートアイスとそれらのカロリー

4. Discussion

Sundae Cup や Haagen-Dazs のほうが Choco Monaka Jambo よりもたくさんチョコが入っていてカロリーが高いイメージがあったが、Choco Monaka Jambo のカロリーが一番高いことに驚いた。Choco Monaka Jambo の大多数を占めているバニラ部分にカロリーが多いと考える。

5. Conclusion

予想していた結果とは違う結果が得られた。これをもとに今後アイスを選ぶときは気をつけようと思った。

6. Reference

【メーカー別】アイスのカロリー一覧 | 太るアイスと太りにくいアイスの種類の違い (yase.tech)

<https://yase.tech/10055.html>