

肉料理

とんかつ

100gあたりの値

糖質： **11.3 g** 角砂糖2.8個分

脂質概算： 37.5 g

100.0 g あたりの値

糖質： 11.3 g 角砂糖2.8個分

カロリー： 490.0 kcal

たんぱく質： 21.7 g

脂質： 37.5 g

塩分： 0.8 g

お気に入り

コピー

シェア

