

## 糖質量の色

こまつな

青：少ない

0.4 g / 100g 角砂糖0.1個分



ごぼう

緑：やや多い

10.0 g / 100g 角砂糖2.5個分



さつまいも

赤：多い

27.0 g / 100g 角砂糖6.8個分



もち

紫：非常に多い

50.3 g / 100g 角砂糖12.6個分

