영양 리포트 / HEALTH NOTES

열량 비율 계산 실습

전체 중 얼마나 차지할까요?



01	**가상 데이터**	총 500 kcal 중 탄수화물 200 kcal.
02	**계산식**	200 ÷ 500 × 100.
03	**결과**	탄수화물의 열량 비율은 40%.

권장 비율이 아닌 계산 연습입니다.

계산 방식 · 가상 데이터
가상 데이터 · 계산 예시 · 자료 확인 2026.10.18