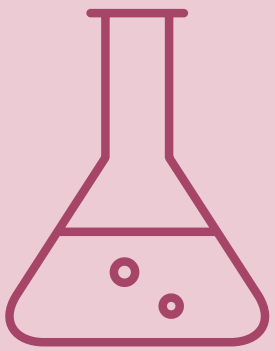
FOOD / 044

단백질 18 g의 열량

질량에서 열량으로 환산하기.



72

01

계수

단백질은 단순 환산 시 4 kcal/g.

02

계산

18 × 4를 계산해요.

03

결과

72 kcal이며 필요량 제안은 아니에요.

가상 수치 · 계산 예시

개인별 목표량이나 실제 측정값이 아닙니다.

계산 방식 · 가상 데이터