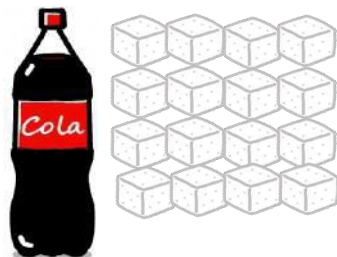


飲み物に含まれる砂糖の量



スポーツドリンク
(500ml)
角砂糖**7**個



コーラ
(500ml)
角砂糖**16**個



コーヒー牛乳
(500ml)
角砂糖**10**個



お茶
(500ml)
角砂糖**0**個

疲れている時には、甘い飲み物をつい飲んでしまいがちですが、飲料によっては砂糖が多く含まれていることがあります。飲み過ぎには注意しましょう。

