

バイクドチーズケーキ

食品名	炭水化物	食物繊維	100@糖質	重量/100	糖質
クリームチーズ	2.3	0	2.3	10	23
生クリーム	2.9	0	2.9	4.3	12.47
卵黄	0.1	0	0.1	1.8	0.18
卵白	0.4	0	0.4	1.8	0.72
レモン	8.6	0	8.6	0.2	1.72
ラカントs	0	0	0	3	0
大豆粉	28.6	13.2	15.4	0.33	5.082
バター	0.2	0	0.2	1.18	0.236
	0	0	0	0	0
くるみ	11.7	7.5	4.2	1.05	4.41
ふすま粉	60.2	42.2	18	1.05	18.9
グルテン	10.6	2.4	8.2	1.05	8.61
バター	0.2	0	0.2	1.05	0.21
ラカントs	0	0	0	1.05	0
	0	0	0	0	0
合計				27.86	75.538

全糖質量	台数	1台@糖質	カット数	一人分の糖質量
75.538	6	12.58967	8	1.573708333
				約1.6g

\* 注意:ラカントsは糖質量に含めておりません。