

調味料の塩分を知ろう

計量スプーン小さじ1杯 (5ml)あたりの塩分量を比較してみました



<p>濃口しょうゆ</p>  <p>小さじ1杯(6g) 食塩相当量 0.9g</p>	<p>薄口しょうゆ</p>  <p>小さじ1杯(6g) 食塩相当量 1.0g</p>	<p>354.フードケア 天然低塩しょうゆだしわり</p>  <p>小さじ1杯(5.5g) 食塩相当量 0.3g</p>	<p>349.キッセイ薬品 減塩げんたしょうゆ</p>  <p>小さじ1杯(6g) 食塩相当量 0.4g</p>	<p>352.キッコーマン だしわりしょうゆ</p>  <p>小さじ1杯(5.5g) 食塩相当量 0.44g</p>
<p>あら塩(並塩)</p>  <p>小さじ1杯(5g) 食塩相当量 5g</p>	<p>精製塩</p>  <p>小さじ1杯(6g) 食塩相当量 6g</p>	<p>348.ポッカサッポロ ウレシオ</p>  <p>小さじ1杯(5g) 食塩相当量 2.4g</p>	<p>374.赤穂化成 あましおハーフ</p>  <p>小さじ1杯(4g) 食塩相当量 1.9g</p>	
<p>西京みそ</p>  <p>小さじ1杯(6g) 食塩相当量 0.4g</p>	<p>信州みそ (米麴・淡色辛味噌)</p>  <p>小さじ1杯(6g) 食塩相当量 0.7g</p>	<p>381.青源味噌 減塩味噌</p>  <p>小さじ1杯(6g) 食塩相当量 0.4g</p>	<p>382.全病食(協) 減塩みそ</p>  <p>小さじ1杯(6g) 食塩相当量 0.4g</p>	<p>360.木徳神糧 米麴みそ</p>  <p>小さじ1杯(6g) 食塩相当量 0.3g</p>
<p>とんかつソース</p>  <p>小さじ1杯(6g) 食塩相当量 0.3g</p>	<p>中濃ソース</p>  <p>小さじ1杯(6g) 食塩相当量 0.3g</p>	<p>388.ジャネフ 減塩中濃ソース</p>  <p>小さじ1杯(5.6g) 食塩相当量 0.1g</p>	<p>364.フードケア 低塩中濃ソース</p>  <p>小さじ1杯(6g) 食塩相当量 0.1g</p>	
<p>トマトケチャップ</p>  <p>小さじ1杯(5g) 食塩相当量 0.2g</p>	<p>387.ハグルマ ヘルシーケチャップ</p>  <p>小さじ1杯(5g) 食塩相当量 0g</p>	<p>マヨネーズ(卵黄型)</p>  <p>小さじ1杯(4g) 食塩相当量 0.1g</p>	<p>362.ジャネフ プロチョイスマヨネーズタイプ</p>  <p>小さじ1杯(4g) 食塩相当量 0.05g</p>	

内の商品は弊社取扱商品です。