

標準計量スプーン・計量カップによる 重量表(単位g)

食品を、標準計量スプーン・計量カップで量ったら何グラムになるのかな



	小さじ1 5ml/5cc	大さじ1 15ml/15cc [小さじ3]	1カップ 200ml/200cc [小さじ40]* [大さじ13と小さじ1]*	
水	5g	15g	200g	水との比較
酒	5g	15g	200g	1.0
醤油	6g	18g	230g	1.15
食塩	6g	18g	240g	1.2
上白糖	3g	9g	130g	0.65
小麦粉(薄力粉)	3g	9g	110g	0.55
精白米	-	-	170g	0.85

1合(180ml)
=150g

