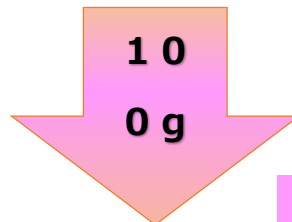


コンビニのスムージー 栄養・価格比較表

	重量 (gまたは ml)	価格 (税抜)	食物繊維 (g)	エネルギー (Kcal)	糖質 (g)	脂質 (g)
ローソンフルーツミックススムージー	200	¥178	6.4	112	21.2	0.8
サークルKサンクス GREEN+SOY	200	¥156	3.6	84	10.1	—
野菜生活100 Smoothie ブルーベリー	330	¥168	4.2	137	30.9	0
野菜生活100 Smoothie グリーン	330	¥168	4.2	143	32.3	0
セブンプレミアム グリーンスムージー	190	¥184	0.9~1.8	78	17.5	0
ファミマ (ドール社) グリーンブレンド	200	¥178	(推定1~2)	128	(27.2~28.2)	—



おすすめ
順



おすすめ 順	重量	価格 (税抜)	多い方が 良い	少ない方が良い		
			食物繊維 (g)	エネルギー (Kcal)	糖質 (g)	脂質 (g)
1	100g	¥89	3.2	56.0	10.6	0.4
2		¥78	1.8	42.0	5.1	-
3		¥51	1.3	41.5	9.4	0.0
		¥51	1.3	43.3	9.8	0.0
		¥97	0.5~0.9	41.1	9.2	0.0
		¥89	(0.5~1.0)	64.0	(13.6~14.1)	-

※感想は個人の主観です