このおやつを食べると何分走らなければいけないのか

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| おやつ | カロリー（Kcal） | カロリーを消費するのに必要な運動量のめやす（ジョギング） |
| チョコレート菓子（1箱） | ３６２ | C:\Users\sayo\Pictures\img517.jpg | ４５分 |
| ショートケーキ（１こ） | ３５０ | C:\Users\sayo\Pictures\img517.jpg | ４４分 |
| ハンバーガー（１こ） | ３３９ | C:\Users\sayo\Pictures\img517.jpg | ４２分 |
| ポテトチップ（1袋） | ３３０ | C:\Users\sayo\Pictures\img517.jpg | ４１分 |
| チョコレート（1枚） | ３２０ | C:\Users\sayo\Pictures\img517.jpg | ４０分 |
| スナック菓子（1袋） | ３０１ | C:\Users\sayo\Pictures\img517.jpg | ３８分 |
| アイスクリーム（１こ） | ２５０ | C:\Users\sayo\Pictures\img517.jpg | ３１分 |
| フライドポテトS（１袋） | ２５０ | C:\Users\sayo\Pictures\img517.jpg | ３１分 |
| 肉まん（１こ） | ２３０ | C:\Users\sayo\Pictures\img517.jpg | ２９分  |
| ジュース（1本） | １５０ | C:\Users\sayo\Pictures\img517.jpg | １９分 |
| プリン（１こ） | １１４ | C:\Users\sayo\Pictures\img517.jpg | １４分  |
| バナナ（1本） | ８０ | C:\Users\sayo\Pictures\img517.jpg | １０分 |
| りんご（１こ） | ８０ | C:\Users\sayo\Pictures\img517.jpg | １０分  |
| みかん（１こ） | ３０ | C:\Users\sayo\Pictures\img517.jpg |  ４分 |