

1日の食事量

1日の食事量

人間の食事量

一日に必要な食事のカロリー

約1600kcal

50kg: 身長152cmの標準体重

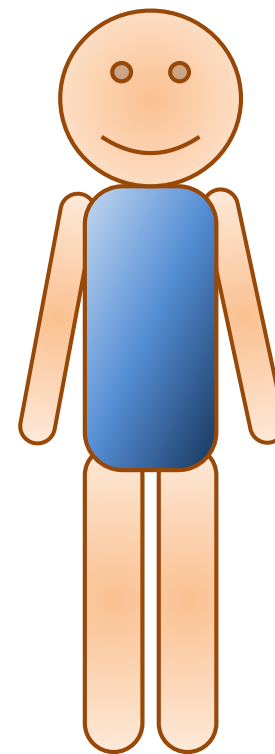
『立っている時間が長い』



一日の摂取カロリー

1524~1778kcal

人間50kg



参考: (参照日2018年08月09日)

[1日の摂取カロリーを計算！平均は1,800~2,200kcal | メディチェ](#)

『身長152cm』、『立っている時間が長い』で計算すると、標準体重『50.8kg』、一日に摂取できるカロリー『1524~1778kcal』と出てくる。

1600kcalとは

一日に必要な食事のカロリー

約1600kcal

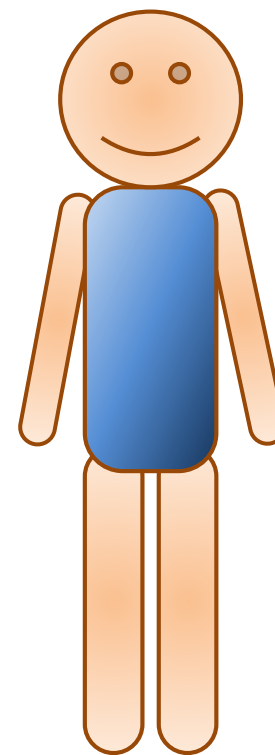
米だけで摂取するなら・・・



1600kcal ≒ 茶碗6.7杯



人間50kg



参考: (参照日2018年08月09日)

[ご飯のカロリー: ご飯のカロリーは茶碗一杯・一合・大盛りでいくら? 糖質の量はどのくらい? | 情報整理の都](#)

1600kcalとは

一日に必要な食事のカロリー

約1600kcal

単位換算すると、

$$1600 \text{ kcal} = 6.7 \times 10^6 \text{ J}$$

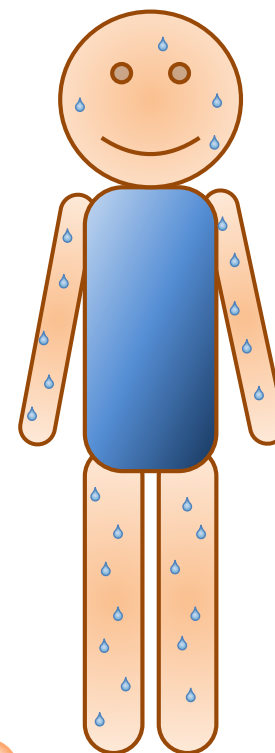
人間50kg

人間 \approx 50kgの水を1600kcalで加熱
上昇温度は

$$1600 \div 50 = 32^\circ\text{C}$$

体温が32°C上昇。

危険な体温！



食べた熱量を放出しているはず！

参考：(参照日2018年08月09日)

カロリーをジュールに換算 | [wikipedia](#)

1 cal = (正確に) 4.184 J

古い定義では、1 cal (標準カロリー) = 『標準大気圧下で1グラムの水を14.5°Cから15.5°Cに上げる熱量』

目次へ

