

一千卡路里等于多少千焦谢谢了，怎么换算的说

千卡等于卡路里 千卡等于大卡 1千卡等于1000卡 1千焦等于1000焦耳

1千卡1大卡1卡路里等于1000卡

1千卡/1大卡/1卡路里 (kcal) 等于4.184千焦 (kj) 1卡等于4.182焦耳 食物热能传统上以卡路里计量。1卡亦即1克水要上升1摄氏度所需的热能。由于卡的单位相当小，因而在计算食物热能时，通常以大卡(千卡kilocalorie)表示，英文中常以大写开头的calorie表示大卡，与小写开头的小卡calorie相区分。每人每天所需的热能，因个人活动及自身基本热能的消耗量而不同。在休息状态下，成年妇女每天平均需要约1300大卡，男子则需要大约1600大卡。任何运动都需要额外的热能，因而你所需的总热能也随之增加。——— 很多人对于不同热量表上出现的“卡”、“千卡”“大卡”等单位感到疑惑，希望这个帖子可以解除疑问。

实际上，在所有涉及到人体的摄取和消耗的热量表示中，从来不会用小的cal。大写开头的calorie与小写开头的calorie译成中文后，由于汉字没有大小写之分，故常令不了解的人产生疑惑。即使很多相当流行的营养书籍，亦是以“卡”或“卡路里”来作为“大卡”或“千卡”的简称。不存在混淆的另一热量单位是“千焦耳”。较多欧洲国家使用千焦耳，但美洲却仍习惯用大卡或千卡。

一个大卡约等于4.184千焦耳。 减肥瘦身

建议你选择国家认证的品牌和品牌指定卖家 出售的减肥产品

详情请搜索一下：“keepfitgirl”

一卡等于多少千焦，一千卡等于多少千焦

可以负责任的说,在热量单位领域1卡 = 4.18焦耳=0.00418千焦; 1千卡(大卡) = 4.18千焦耳.