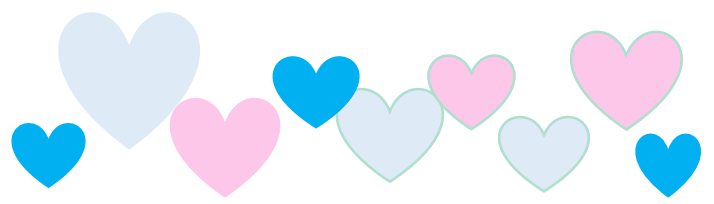


cookpad

糖尿病予防♡



食物繊維で
血糖値の上昇をゆるやかに

きのこと
海藻サラダ



焼きりんご



秋鮭の
アリオリソース



カンダバーとアーモンド
ミルクのポタージュ



その他のレシピはこちら



1食555キロカロリー
食物繊維10.5g、食塩相当量1.8g