

春 [봄] 당뇨인의 간식 이야기

드시기 전 이것만은 꼭 기억하세요!!

식후 1잔의 달콤한 유혹 **믹스커피**



※ 믹스커피는 단순당이 많아 밥보다 혈당을 더 빨리 올립니다.

사계절 간식 **견과류**

