

ไส้กรอกเซเว่น ซีพี ไส้กรอกแฮมพริก ก็แคล ?



ซีพี ไส้กรอกแฮมพริก ก็แคล กินแล้วอ้วนไหม

ซีพี ไส้กรอกแฮมพริก ก็แคล ไส้กรอกเซเว่นแบบไส้กรอกแฮมพริกห่อนี้ หลายคนคงอยากรู้ว่ากินแล้วอ้วนมั้ยนะ ขึ้นชื่อว่าไส้กรอก ไม่ว่าจะเป็ไส้กรอกแบบไหน หากกินในปริมาณที่ไม่เหมาะสมหรือมากเกินไป ก็อาจจะทำให้อ้วนได้ ทางที่ดีควรเลือกกินอย่างเหมาะสม ศึกษาเกี่ยวกับโภชนาการอาหาร และออกกำลังกายให้พอเหมาะ ก็จะกินอาหารประเภทไส้กรอกได้อย่างสบายใจเลยคะ



ข้อมูลทางโภชนาการของ ซีพี ไส้กรอกแฮมพริก

ซีพี ไส้กรอกแฮมพริก 1 ห่อ 120 กรัม มีแคลลอรี่ 310 กิโลแคลลอรี่

| ข้อมูลโภชนาการ | | |
|---------------------|-----|--------------|
| ซีพี ไส้กรอกแฮมพริก | 120 | กรัม |
| พลังงาน | 310 | กิโลแคลลอรี่ |
| สารอาหาร | | |
| ไขมัน | 26 | กรัม |
| คาร์โบไฮเดรต | 0 | กรัม |
| โปรตีน | 16 | กรัม |
| โซเดียม | 710 | มิลลิกรัม |

ส่วนผสมของไส้กรอกเซเว่น ซีพี ไส้กรอกแฮมพริก

| | |
|-------------------|--|
| วัตถุดิบ | |
| เนื้อสัตว์ | |
| เกลือเสริมไอโอดีน | |
| น้ำตาล | |
| เครื่องเทศ | |

ออกกำลังเพื่อกำจัดไส้กรอกเซเว่น ซีพี ไส้กรอกแฮมพริก จำนวน 310 กิโลแคลลอรี่

| กิจกรรม | เวลา | หน่วย |
|-------------|------|-------|
| วิ่ง | 29 | นาที |
| เดิน | 83 | นาที |
| ปั่นจักรยาน | 43 | นาที |



เรื่องน่าอ่าน:

คาร์ดิโอ 10 วิธีเบิร์นไขมันกระจาย



วิธีลดไขมัน 14 วิธีเพิ่มอัตราการเผาผลาญ





ข้าวกล่องเซเว่น 5 เมนูยอดฮิตลองทำเองก็ได้ที่บ้าน

