ไส้กรอกเซเว่น ซีพี ไส้กรอกแฮมพริก กี่แคล ?

ซีพี ไส้กรอกแฮมพริก กี่แคล กินแล้วอ้วนไหม

ซีพี ไส้กรอกแฮมพริก กี่แคล ไส้กรอกเซเว่นแบบไส้กรอกแฮมพริกห่อนี้ หลายคนคงอยากจะรู้ว่ากินแล้วอ้วนมั้ยนะ ขึ้นชื่อว่าไส้กรอก ไม่ว่าจะเป็นไส้กรอกแบบไหน หากกินในประมาณที่ไม่เหมาะสมหรือมากเกินไป ก็อาจจะทำให้อ้วนได้ ทางที่ดีควรเลือกกินอย่างเหมาะสม ศึกษาเกี่ยวกับโภชนาการอาหาร และออกกำลังกายให้พอเหมาะ ก็จะกินอาหารประเภทไส้กรอกได้อย่างสบายใจเลยค่ะ

ข้อมูลทางโภชนาการของ ซีพี ไส้กรอกแฮมพริก

ซีพี ไส้กรอกแฮมพริก 1 ห่อ 120 กรัม มีแคลลอรี่ 310 กิโลแคลอรี่

ข้อมูลโภชนาการ		
ซีพี ไส้กรอกแฮมพริก	**120**	**กรัม**
พลังงาน	**310**	**กิโลแคลอรี่**
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 กิโลแคลอรี่

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

เรื่องน่าอ่าน:

คาร์ดิโอ 10 วิธีเบิร์นไขมันกระจาย

วิธีลดไขมัน 14 วิธีเพิ่มอัตราการเผาผลาญ

ข้าวกล่องเซเว่น 5 เมนูยอดฮิตลองทำเองก็ได้ที่บ้าน