糖質の計算ツール

・糖質制限ダイエットがしたい
・栄養成分一覧表に糖質が載っていない
・簡単に糖質量が知りたい

糖質量がわかる計算機を作りました！

また「炭水化物の量」を入力すれば、食物繊維の量もわかります。

■糖質を摂りすぎるとどうなる？
糖質を摂り過ぎてしまうと、

・肥満
・集中力思考力の低下
・不安感
・イライラ
・疲れやすくなる
・などが生じやすくなります。

「ダイエットしている、糖質制限している」という方は、ぜひ活用してください。

■糖質を簡単に自動計算！食物繊維もわかります
https://meal-deli.net/carbohydrate_calculation/
2022年4月26日 公開

Generated by ぷれりりプレスリリース
https://www.prerele.com