



【那些年你吃錯的偽蔬菜】

豆豆連連看

〇〇竟然是澱粉！還不趕快來弄清楚
#那些年你吃錯的偽蔬菜 第三集來啦！

以下食物你分得清楚嗎!!!

紅豆 = ? (A) 蔬菜類

豌豆 = ? (B) 全穀雜糧類

黃豆 = ? (C) 豆魚蛋肉類

答案是什麼呢？

你也有很疑惑的豆類嗎？

鷹嘴豆？黑豆？

毛豆？咖啡豆？米豆？

乾脆來蓋一個「豆類」大樓吧！讓營養師回答你！

義大減重LINE@



義大減重FB臉書粉絲專頁



義大減重官方網站

