

我漸漸習慣無糖了

便利商店沒有義美的低糖豆漿，改買無糖黑豆漿，感覺還是甜甜的。

全家 Let's Café 的伯爵奶茶、仙女醇奶茶，也都是無糖的，但是牛奶本身也是甜的。

無糖、低糖的咖啡、紅茶，我plugin-autotooltip__defaultGHSRobert Ciang/MilchFlasche也是都喝得不亦樂乎。

如此，擺脫前幾個月常常早餐、午餐喝甜的紅茶以後，身體不適的症狀吧。

published, 保健, 飲食

From:

<http://ciangbrides.myds.me/dw/!ghsrobert.tk/> - 夏夜暖風

Permanent link:

<http://ciangbrides.myds.me/dw/!ghsrobert.tk/diary/2019/09/18-no-sugar?rev=1568770457>



Last update: **2019/09/18 09:34**