

その
マヨネーズ
必要ですか？

油脂はとい過ぎる
とカロリー過多に
なるのでほとほと
に摂いましょう。

マヨネーズ

大さじ1杯(12g) = **80** kcal
(コンビニのおにぎり1/2個分)

