

# 原來這些食物我們都可以吃.....



糖尿病友可隨意使用的點心

冷飲類	蔬菜類	素食品	中藥湯類	飲料類
仙草	大蕃茄	蒟蒻	當歸	低卡健怡可樂
愛玉	(不沾梅子粉)	竹筴	川芎	無糖烏龍茶
洋菜	滷青菜、	猴頭菇	枸杞	無糖紅茶
杏仁豆腐	涼拌青菜		四物	無糖綠茶
山粉圓				無糖麥茶
決明子				黑豆茶 (不加
加代糖使用				糖)