

ビークリンズ+の飲み方

溶かして飲む方法

STEP
1



真っ黒い粉

カップに一包
入れます。

※水を先に入れるといちど溶けにくくなります。

STEP
2



100~150ccの
水を入れて混せます。
(お好みの濃さで飲んでOK)

STEP
3



軽く混ぜるだけで
溶けるので、
すぐに飲めます!

直接飲む方法

B-CLEANSE



水等に溶かさずに、
飲むこともできます。

※粒子がとても細かいので、
むせないようにご注意ください。

水以外に溶かして
味をアレンジ！

野菜
ジュース



紅茶
(無糖)



豆乳



ヨーグルト
ドリンク





\ビーグレンズ+で置き換えて/ カロリーOFF

7kcal

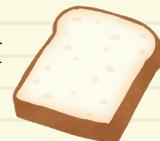
主な食べ物のカロリーを一覧にしました。
ビーグレンズ+と置き換えて、下記のカロリーを
なかつたことにしてみては!

主食

ご飯1杯
(150g)
168kcal



食パン1枚
(6枚切り)
158kcal



和食

唐揚げ定食
501kcal



牛丼
771kcal



きつねうどん
458kcal



冷やし中華
485kcal



お好み焼キ
545kcal



洋食

ナポリタン
590kcal



オムライス
850kcal



カレーライス
859kcal



ステーキ
437kcal



ハンバーガー¹
422kcal



デザート

アーリン
113kcal



ドーナツ
224kcal



みたらし団子
158kcal



ショートケーキ
366kcal



パンケーキ
644kcal



飲み物

ビール
(350ml)
142kcal



ワイン
(350ml)
256kcal



日本酒
(350ml)
382kcal



コーラ
(350ml)
161kcal



オレンジジュース
(350ml)
144kcal

