

5 FOOD COMBOS DIABETIC MUST AVOID



COMBO 1



भात र आलु संगै नखाने

COMBO 2



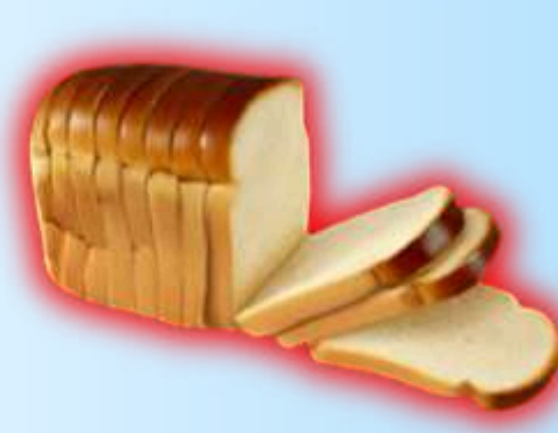
बिहानको फल र चिया संगै नखाने

COMBO 3



भात वा रोटीमध्ये एउटामात्र रोज्नुहोस्,
तर दाल भने छोड्नु पर्दैन।

COMBO 4



Bread र केरा एकैसाथ नखाने,
Bread + अण्डा वा केरा + काजु खान सकिन्छ।

COMBO 5



फलफूल + दूध + सिरियल एकैसाथ नखाने,
दूधको ठाउँमा चिनी नहालेको दही प्रयोग गर्नुहोस्।

आफ्नो स्वास्थ्यको ख्याल गर्नुहोला



Address

Manakamana Hospital,
Bharatpur- Chitwan
056-595133



Lets Connect

DR. SANDEEP PANDEY
Consultant Physician

click on icons

