



CHOCOMILK NATURAL

 5 minutos 1 porción

INGREDIENTES

- 1 taza de leche de soya saborizada a vainilla (240 g) o 1 taza de leche lala semidescremada (240 g)
- 15 gramos de cocoa, en polvo, sin endulzar, natural o marca Hershey's
- 5 gramos de stevia (1 sobre)

MÉTODO DE PREPARACIÓN

- 1º Agregar todos los ingredientes más cubos de hielo a la licuadora
- 2º Mezclar y servir

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORCIÓN (260 g)	% DDR
ENERGÍA	74 kcal	192 kcal	10 %
GRASA	2 g	6 g	9 %
GRASAS SATURADAS	0 g	0 g	0 %
COLESTEROL	0 mg	0 mg	0 %
SODIO	70 mg	182 mg	8 %
H. CARBONO	11 g	29 g	10 %
AZÚCARES	0 g	0 g	—
FIBRA ALIMENTARIA	1 g	3 g	12 %
PROTEÍNA	4 g	10 g	—