



CAFÉ CON LECHE REDUCIDA EN GRASA Y AZÚCAR

 5 minutos 1 porción

INGREDIENTES

- 1/2 taza de leche descremada [123 g]
- 1 cucharada de café soluble o el que se prefiera [4 g]
- 1 cucharadita de azúcar blanca [4 g]

MÉTODO DE PREPARACIÓN

- 1º Calentar la leche.
- 2º Adicionar café y azúcar.

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORCIÓN [131 g]	% DDR
ENERGÍA	46 kcal	61 kcal	3 %
GRASA	0 g	0 g	0 %
GRASAS SATURADAS	—	—	—
COLESTEROL	2 mg	2 mg	1 %
SODIO	48 mg	63 mg	3 %
H. CARBONO	8 g	10 g	3 %
AZÚCARES	3 g	4 g	—
FIBRA ALIMENTARIA	—	—	—
PROTEÍNA	4 g	5 g	—