

CREME DE PROTEÍNA VEGANA

 1 porção

INGREDIENTES

- 15 gramas de proteína Vegana
- 1 colher de sopa de cacau, pó seco, sem adoçante [5 g]

MÉTODO DE PREPARO

- 1º Misturar tudo com um pouco de água até ficar na consistência desejada

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORÇÃO (20 g)	% DDR
ENERGIA	333 kcal	68 kcal	3 %
CARBOIDRATOS	24 g	5 g	2 %
PROTEÍNA	47 g	10 g	13 %
GORDURA	8 g	2 g	3 %
GORDURAS SATURADAS	3 g	1 g	3 %
FIBRA ALIMENTAR	21 g	4 g	17 %
SÓDIO	579 mg	118 mg	5 %