

RECEITA BOLINHO MAROMBA

 21.6 Unidades

INGREDIENTES

- 500 gramas de frango cozido
- 500 gramas de batata doce cozida
- 80 gramas de farinha de aveia

MÉTODO DE PREPARO

1º misture tudo

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR UNIDADE [50 g]	% DDR
ENERGIA	175 kcal	87 kcal	4 %
CARBOIDRATOS	13 g	7 g	2 %
PROTEÍNA	14 g	7 g	9 %
GORDURA	7 g	3 g	6 %
GORDURAS SATURADAS	2 g	1 g	4 %
FIBRA ALIMENTAR	2 g	1 g	4 %
SÓDIO	40 mg	20 mg	1 %