BRUNA BERCKE
Nutricionista · 54746

RECEITA DE ACHOCOLATADO PARA TRANSIÇÃO DE REDUÇÃO DO CONSUMO DE AÇÚCAR

20 Colheres de sopa

INGREDIENTES

- 100 gramas de nescal MAX Zr AÇ
- 100 gramas de cacau em pó 50 ou 100%

MÉTODO DE PREPARO

1º Misture todos os ingredientes e armazene em um pote fechado

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR COLHER DE SOPA (10 g)	% DDR
ENERGIA	337 kcal	34 kcal	2 %
CARBOIDRATOS	38 g	4 g	1 %
PROTEÍNA	16 g	2 g	2 %
GORDURA	13 g	1 g	2 %
GORDURAS SATURADAS	7 g	1 g	3 %
FIBRA ALIMENTAR	14 g	1 g	5 %
SÓDIO	100 mg	10 mg	0 %