



VITAMINA PROTEICA PÓS

 2 porção

INGREDIENTES

- 80 gramas de morango [1/2 xícara]
- 1 fatia de mamão Papaia [170 g]
- 30 g de whey protein
- 200 ml de bebida vegetal [coco, amêndoas, avelã, castanha do pará, arroz]

MÉTODO DE PREPARO

1º Bata todos os ingredientes no liquidificador e consumir em seguida.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR COPO [200 g]	% DDR
ENERGIA	64 kcal	127 kcal	6 %
CARBOIDRATOS	8 g	15 g	5 %
PROTEÍNA	6 g	13 g	17 %
GORDURA	1 g	2 g	4 %
GORDURAS SATURADAS	0 g	0 g	1 %
FIBRA ALIMENTAR	1 g	3 g	11 %
SÓDIO	28 mg	56 mg	2 %