

MIX DE FARINHAS @JULIE 2

 40 Colheres

INGREDIENTES

- 100 gramas de farinha de aveia
- 100 gramas de farinha de beterraba
- 100 gramas de leite de coco em pó
- 100 gramas de farinha de arroz, branco

MÉTODO DE PREPARO

- 1º misture todas as farinhas e armazene em um local fechado

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR COLHER (10 g)	% DDR
ENERGIA	265 kcal	26 kcal	1 %
CARBOIDRATOS	43 g	4 g	1 %
PROTEÍNA	6 g	1 g	1 %
GORDURA	8 g	1 g	1 %
GORDURAS SATURADAS	5 g	1 g	2 %
FIBRA ALIMENTAR	5 g	1 g	2 %
SÓDIO	9 mg	1 mg	0 %