

MIX DE PRÉ TREINO JOELMA

INGREDIENTES

- 100 gramas de farinha de beterraba
- 100 gramas de farinha de uva
- 100 gramas de guaraná em pó Mundo Verde Seleção
- 100 gramas de maca Peruana com vitaminas e minerais em cápsulas Elixir
- 100 gramas de gengibre em pó Mundo Verde Seleção

MÉTODO DE PREPARO

1º adicional todos os ingredientes em um bol

2º misturar tudo

3º armazenar em pote bem fechado

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	% DDR
ENERGIA	180 kcal	9 %
CARBOIDRATOS	37 g	12 %
PROTEÍNA	0 g	0 %
GORDURA	1 g	2 %
GORDURAS SATURADAS	0 g	1 %
FIBRA ALIMENTAR	11 g	44 %
SÓDIO	0 mg	0 %