



ACHOCOLATADO CASEIRO EM PÓ TRADICIONAL

 5 minutos 5 minutos 8 porções

INGREDIENTES

- 1/2 xícara de chá de cacau em pó 100% (43 g)
- 4 colheres de sopa cheias de leite em pó integral (64 g)

MÉTODO DE PREPARO

1º Misture os ingredientes no liquidificador e armazene em pote de vidro fechado.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORÇÃO (13 g)	% DDR
ENERGIA	379 kcal	51 kcal	3 %
CARBOIDRATOS	45 g	6 g	2 %
PROTEÍNA	23 g	3 g	4 %
GORDURA	21 g	3 g	5 %
GORDURAS SATURADAS	12 g	2 g	7 %
FIBRA ALIMENTAR	15 g	2 g	8 %
SÓDIO	200 mg	27 mg	1 %