

PRÉ-TREINO NATURAL DO LÉO

INGREDIENTES

- 100 gramas de pó de guaraná
- 50 gramas de condimento, gengibre, moído
- 50 gramas de uva

MÉTODO DE PREPARO

- 1º Misturar todos os ingredientes
- 2º Tomar 2 colheres de sopa com 50ml de água

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	% DDR
ENERGIA	288 kcal	14 %
CARBOIDRATOS	58 g	19 %
PROTEÍNA	11 g	14 %
GORDURA	2 g	5 %
GORDURAS SATURADAS	1 g	3 %
FIBRA ALIMENTAR	4 g	15 %
SÓDIO	7 mg	0 %