



OMEPRAZOL NATURAL

Estratégia Proteção da Mucosa Gástrica Consumir em jejum todos os dias pela manhã!

 15 minutos

 10 minutos

 1 porção

INGREDIENTES

- 200 gramas de chá Espinheira Santa (gastrite) ALESSANDRA MELO
- 1 folha média de couve crua [20 g]
- 1 colher de sopa de salsinha, crua [4 g]
- 1/2 unidade média de maçã [76 g]

MÉTODO DE PREPARO

- 1º BATER TODOS OS INGREDIENTES NO LIQUIDIFICADOR
- 2º COAR E BEBER

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORÇÃO [200 g]	% DDR
ENERGIA	15 kcal	31 kcal	2 %
CARBOIDRATOS	4 g	8 g	3 %
PROTEÍNA	0 g	0 g	1 %
GORDURA	0 g	0 g	0 %
GORDURAS SATURADAS	0 g	0 g	0 %
FIBRA ALIMENTAR	1 g	2 g	7 %
SÓDIO	5 mg	9 mg	0 %