

BOMBOM DE WHEY E IOGURTE

 8 porções

INGREDIENTES

- 40 gramas de whey protein concentrado sabor baunilha Dux Nutrition
- 40 gramas de chocolate
- 170 gramas de iogurte desnatado

MÉTODO DE PREPARO

1º Misturar tudo e levar ao freezer

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORÇÃO (31 g)	% DDR
ENERGIA	188 kcal	59 kcal	3 %
CARBOIDRATOS	17 g	5 g	2 %
PROTEÍNA	16 g	5 g	7 %
CORDURA	6 g	2 g	3 %
CORDURAS SATURADAS	4 g	1 g	6 %
FIBRA ALIMENTAR	1 g	0 g	1 %
SÓDIO	100 mg	31 mg	1 %