



CAFÉ CON LECHE ENRIQUECIDA EN CALCIO

Fotografía: elle

 3 horas

 1 porción

INGREDIENTES

- 1 Taza de leche, entera enriquecida en calcio [225 g]
- 1 taza de café, solo [45 g]

MÉTODO DE PREPARACIÓN

1º Añadir café y leche Importante que la leche sea enriquecida en calcio

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORCIÓN [270 g]	% DDR
ENERGÍA	34 kcal	91 kcal	5 %
PROTEÍNA	3 g	9 g	18 %
H. CARBONO	4 g	12 g	5 %
AZÚCARES	4 g	11 g	12 %
GRASA	0 g	1 g	1 %
GRASAS SATURADAS	0 g	0 g	2 %
FIBRA ALIMENTARIA	0 g	0 g	0 %
SODIO	38 mg	101 mg	4 %