

ÁGUA SABORIZADA DE ABACAXI, CANELA E HORTELÃ. [CÓPIA] 1 porção

INGREDIENTES

- 10 gramas de fruta seca ou desidratada
- 2 folhas de hortelã, fresco [0 g]

MÉTODO DE PREPARO

- 1º À noite, coloque em um recipiente de vidro 500ml de água, depois acrescente a fruta desidratada de sua preferencia e hortelã. Deixar pelo menos 10 min antes de começar a tomar.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORÇÃO [10 g]	% DDR
ENERGIA	234 kcal	24 kcal	1 %
CARBOIDRATOS	62 g	6 g	2 %
PROTEÍNA	2 g	0 g	0 %
CORDURA	0 g	0 g	0 %
CORDURAS SATURADAS	0 g	0 g	0 %
FIBRA ALIMENTAR	7 g	1 g	3 %
SÓDIO	3 mg	0 mg	0 %