

**BRIGADEIRO DE WHEY GROWTH****INGREDIENTES**

- 30 gramas de WHEY PROTEIN ISOLADO (1KG) - GROWTH SUPPLEMENTS
- 2 colheres de sopa cheias de leite em pó desnatado (20 g)
- 13 gramas de cacau em pó Mundo Verde Seleção

MÉTODO DE PREPARO

1º Misturar tudo com meia xic de chá de água, colocar no fogo até dar o ponto.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	% DDR
ENERGIA	353 kcal	18 %
CARBOIDRATOS	21 g	7 %
PROTEÍNA	59 g	79 %
GORDURA	3 g	6 %
GORDURAS SATURADAS	2 g	8 %
FIBRA ALIMENTAR	6 g	24 %
SÓDIO	302 mg	13 %