



## YOGUR NATURAL SIN LACTOSA CON NUECES DE BRASIL

### INGREDIENTES

- 125 gramos de yogur natural sin lactosa
- 20 gramos de nuez

### MÉTODO DE PREPARACIÓN

1º sencillo

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	% DDR
ENERGÍA	157 kcal	8 %
PROTEÍNA	5 g	10 %
H. CARBONO	9 g	4 %
AZÚCARES	—	—
GRASA	12 g	17 %
GRASAS SATURADAS	1 g	5 %
FIBRA ALIMENTARIA	1 g	3 %
SODIO	0 mg	0 %