



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BARBUNYA (BESİN DEĞERLERİ)

Adı.....: Barbunya

Ağırlık gr.....: 100

Protein.....: 22,9

Karbonhidrat: 63

Yağ.....: 1,2

Kolesterol...: -

Kalori.....: 349

Kalsiyum.....:

Demir.....:

A vitamini...:

B1 vitamini..:

B2 vitamini..:

Niasin.....:

C vitamini...: