



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

---

## BEZELYE UN ÇORBASI (BESİN DEĞERLERİ)

Adı.....: Bezelye Un Çorbası

Ağırlık gr.....: 200

Protein.....: 3.9

Karbonhidrat:

Yağ.....: 11.5

Kolesterol.....:

Kalori.....: 184

Kalsiyum.....: 10.5

Demir.....: 0.8

A vitamini.....: 210

B1 vitamini.: 0.1

B2 vitamini.: 0.0

Niasin.....: 0.6

C vitamini.....: 0.4