



## BILDIRCIN YUMURTASI (BESİN DEĞERLERİ)

Adı.....: Bildircin yumurtası  
Ağırlık gr.....: 100  
Protein.....: 13,1  
Karbonhidrat: 0,4  
Yağ.....: 11,1  
Kolesterol...: 844  
Kalori.....: 158  
Kalsiyum.....:  
Demir.....:  
A vitamini...:  
B1 vitamini..:  
B2 vitamini..:  
Niasin.....:  
C vitamini...:



Fotoğraf "gül" tarafından gönderildi. 08.02.2023