



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

EKLER BESİN DEĞERLERİ

Serving: 100g
Calories: 239kcal
Carbohydrates: 22.36g
Protein: 6.9g
Fat: 13.53g
Cholesterol: 97.92mg
Sodium: 94.42mg
Potassium: 134.18mg
Fiber: 1.57g
Vitamin A: 188.9IU
Vitamin C: 0.4mg
Calcium: 62.83mg
Iron: 1.05mg



Fotoğraf "gül" tarafından gönderildi. 17.01.2024