



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ELMALI TURTA (BESİN DEĞERLERİ)

Adı.....: Elmalı turta

Ağırlık gr....: 100

Protein.....: 3

Karbonhidrat: 60

Yağ.....: 18

Kolesterol...: 0

Kalori.....: 405

Kalsiyum.....:

Demir.....:

A vitamini...:

B1 vitamini..:

B2 vitamini..:

Niasin.....:

C vitamini...: