



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

GOFRET (BESİN DEĞERLERİ)

Adı.....: Gofret
Ağırlık gr.....: 100
Protein.....: 4,7
Karbonhidrat: 62,5
Yağ.....: 21,9
Kolesterol...: 0
Kalori.....: 535
Kalsiyum.....:
Demir.....:
A vitamini...:
B1 vitamini.:
B2 vitamini.:
Niasin.....:
C vitamini...: