



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://BanuAtabay.com)

GRAVYER (%8 TUZLU) (BESİN DEĞERLERİ)

Adı.....: Gravyer (%8 Tuzlu)

Ağırlık gr.....: 100

Protein.....: 29,8

Karbonhidrat: 0,4

Yağ.....: 32,3

Kolesterol...: 110

Kalori.....: 413

Kalsiyum.....:

Demir.....:

A vitamini...:

B1 vitamini..:

B2 vitamini..:

Niasin.....:

C vitamini...: