



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KARACIĞER (TAVUK) (BESİN DEĞERLERİ)

Adı.....: Karaciğer (tavuk)

Ağırlık gr.....: 100

Protein.....: 19,7

Karbonhidrat: 2,9

Yağ.....: 3,7

Kolesterol...: -

Kalori.....: 129

Kalsiyum.....:

Demir.....:

A vitamini...:

B1 vitamini..:

B2 vitamini..:

Niasin.....:

C vitamini...: