



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KARPUZ

100 gr Karpuzda;

Kalori kcal 26
Protein g 0.5
Yağ g 0.1
Karbonhidrat g 7.5
Demir mg 0.5
Selüloz g 0.3
Kalsiyum mg 7
Fosfor mg 10
A vitamini iu 590
C vitamini mg 7
Potasyum mg 320



Fotoğraf "gül" tarafından gönderildi. 22.01.2024