



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KRAKER (TUZLU) (BESİN DEĞERLERİ)

Adı.....: Kraker (tuzlu)

Ağırlık gr.....: 100

Protein.....: 9,8

Karbonhidrat: 71,5

Yağ.....: 12

Kolesterol....: -

Kalori.....: 433

Kalsiyum.....:

Demir.....:

A vitamini....:

B1 vitamini..:

B2 vitamini..:

Niasin.....:

C vitamini....: