



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

MERCİMEK ÇORBASI (BESİN DEĞERLERİ)

Adı.....: Mercimek Çorbası

Ağırlık gr.....: 100

Protein.....: 19

Karbonhidrat: 37,5

Yağ.....: 1

Kolesterol...: -

Kalori.....: 235

Kalsiyum.....:

Demir.....:

A vitamini...:

B1 vitamini..:

B2 vitamini..:

Niasin.....:

C vitamini...: