



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

PASTIRMA (ÇEMENSİZ) (BESİN DEĞERLERİ)

Adı.....: Pastırma (çemensiz)

Ağırlık gr.....: 100

Protein.....: 32,7

Karbonhidrat: -

Yağ.....: 14,9

Kolesterol...: -

Kalori.....: 269

Kalsiyum.....:

Demir.....:

A vitamini...:

B1 vitamini..:

B2 vitamini..:

Niasin.....:

C vitamini...: