



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

PEKMEZ (ÜZÜM) (BESİN DEĞERLERİ)

Adı.....: Pekmez (Üzüm)

Ağırlık gr.....: 100

Protein.....: 0,6

Karbonhidrat: 70,6

Yağ.....: 0,1

Kolesterol...: 0

Kalori.....: 293

Kalsiyum.....:

Demir.....:

A vitamini...:

B1 vitamini..:

B2 vitamini..:

Niasin.....:

C vitamini...: