



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TUZLU BALIK (BESİN DEĞERLERİ)

Adı.....: Tuzlu Balık
Ağırlık gr.....: 100
Protein.....: 18,5
Karbonhidrat: 0
Yağ.....: 25,1
Kolesterol...: -
Kalori.....: 305
Kalsiyum.....:
Demir.....:
A vitamini...:
B1 vitamini.:
B2 vitamini.:
Niasin.....:
C vitamini...: