



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

YAĞLI KOYUN ETİ (BESİN DEĞERLERİ)

Adı.....: Yağlı koyun eti

Ağırlık gr.....: 100

Protein.....: 15,4

Karbonhidrat: 0

Yağ.....: 27,1

Kolesterol...: 160

Kalori.....: 310

Kalsiyum.....:

Demir.....:

A vitamini...:

B1 vitamini..:

B2 vitamini..:

Niasin.....:

C vitamini...: