



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

YAYLA ÇORBASI (BESİN DEĞERLERİ)

Adı.....: Yayla Çorbası
Ağırlık gr.....: 200
Protein.....: 3.3
Karbonhidrat:
Yağ.....: 5.8
Kolesterol...:
Kalori.....: 115
Kalsiyum.....: 42.9
Demir.....: 0.5
A vitamini...: 208
B1 vitamini.: 0.1
B2 vitamini.: 0.1
Niasin.....: 0.3
C vitamini...: 0.3