



Musli z owocami suszonymi na mleku 1,5% tłuszczu

★★★★★ (6)

2 minuty

1 osoba

łatwy

Wartości odżywcze

206 kcal / 1 porcję (260 g)

na 100g potrawy % - dzienne zapotrzebowanie

 Kaloryczność
79.08 kcal
3.95% Białko
3.98 g
7.96% Węglowod.
12.75 g
4.72% Tłuszcze
1.72 g
2.46% Błonnik
0.92 g
3.68%**GDA**
3.95 %

Składniki

- Mleko UHT, 1,5% tłuszczu - 230g (szklanka)
- Musli z owocami suszonymi - 30g (3 łyżki stołowe)



Sposób przyrządzenia

KROK 1: Musli wsyp do miseczki, zalej zimnym lub podgrzanym mlekiem (wedle upodobań), zamieszaj.

Smacznego!

