

[Strona główna](#) > [Przepisy](#) > [Lista przepisów](#) > [Musli z owocami suszonymi na mleku 1,5% tłuszczu](#)

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!

