



Musli z rodz. i orzechami na mleku 2% tłuszczu

★★★★★ (6)



2 minuty



1 osoba



łatwy

Wartości odżywcze

230 kcal / 1 porcję (260 g)

na 100g potrawy % - dzienne zapotrzebowanie



Kaloryczność

88.38 kcal

4.42%



Białko

4.33 g

8.66%



Węglowod.

11.59 g

4.29%



Tłuszcze

3.23 g

4.61%



Błonnik

1.12 g

4.48%

GDA

4.42 %



Składniki

- Mleko UHT, 2% tłuszczu - 230g (szklanka)
- Musli z rodzynkami i orzechami - 30g (3 łyżki stołowe)



Sposób przyrządzenia

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

Smacznego!

