Té con leche o bebida vegetal, tostadas integrales con mermelada 0% y zumo de melón



Preparación:

Té con leche descremada o bebida vegetal, dos tostadas integrales con dos cucharadas de mermelada baja en calorías, un vaso de zumo de melón.

1 ración

Calorías	Proteínas	Hidratos	Grasas	Colesterol	Fibra
344kcal	21,1g	53,7 g	6,1 g	2,8 mg	4,2g

XIMENA LOAYZA
NUTRICIONISTA

ximenalolayza_dn ximena.lza.coello@gmail.com 622034524