



Смузи с бананом



На 0 г	Калории 0	Белки 0.0	Жиры 0.0	Углеводы 0.0
На 100 г	Калории 53.8	Белки 1.5	Жиры 1.4	Углеводы 8.6

Ингредиенты

банан - 103 грамма
семена чиа - 2 грамма
семена льна - 2 грамма
Семечки тыквенные - 4 грамма
соевый напиток Volko Molko - 44 грамма
Вода - 150 граммов

Процент потерь по массе: 0 %

Инструкция по приготовлению

© 2013-2020 Береги фигуру
Все права защищены
Распечатано с сайта beregifiguru.ru