



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!

