



Musli z owocami suszonymi na mleku 2% tłuszczu

★★★★★ (7)

2 minuty

1 osoba

łatwy

Wartości odżywcze

215 kcal / 1 porcję (260 g)

na 100g potrawy % - dzienne zapotrzebowanie

Kaloryczność 82.62 kcal 4.13%	Białko 3.98 g 7.96%	Węglowod. 12.67 g 4.69%	Tłuszcze 2.16 g 3.09%	Błonnik 0.92 g 3.68%	GDA 4.13 %
--	----------------------------------	--------------------------------------	------------------------------------	-----------------------------------	-----------------------------

Składniki

- Mleko UHT, 2% 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!

