



Varza calita cu mamaliguta



Ingrediente o portie de 400g :

varza fiarta 200g, mamaliga (apa 150g, rosii 20g, ulei de floarea soarelui 10g, ceapa galbena 10g, marar 10g, piper negru 4g, foi dafin 3g

Declaratie nutritionala	100g	Portie 400g
Energie Kcal	63.28	253.13
Energie Kj	264.76	1059.09
Grasimi	2.48g	9.93g
din care acizi grasi saturati	0.2g	0.82g
Glucide	9.64g	38.57g
din care zaharuri	1.54g	6.14g
Fibre	1.86g	7.44g
Proteine	1.55g	6.2g
Sare	0.02g	0.06g

Alergeni

Aditivi

-