

SALATA DE CRUDITATI

🍴 Număr porții: 1

Ingrediente

- Salata iceberg - 200 Grame
- Salata verde - 300 Grame
- Rosii - 150 Grame
- Castraveti - 100 Grame
- Ardei gras - 200 Grame
- Crutoane - 30 Grame
- Morcovi - 70 Grame
- Telina - 50 Grame
- Porumb - 50 Grame
- Otet balsamic - 50 Grame
- Ulei de masline - 70 Mililitri
- Miere - 10 Grame

Instrucțiuni

SALATA DE CRUDITATI

400 grame (salata verde, salata iceberg, ardei gras rosu si verde, rosii, castraveti, morcovi, ulei masline, telina, porumb, otet balsamic, crutoane, miere)

ALERGENI: telina, gluten

ADITIVI:

Macronutrienți Rețetă

Calorii	4159 kJ / 994.1 kCal
Grăsimi	74.81 g
din care	
Saturate	0.7 g
Ne-Saturate	1.75 g
Carbohidrați	82.98 g
din care	
Zaharuri	35.46 g
Fibre	15.51 g
Proteine	14.98 g
Sare	463.1 mg

Macronutrienți pentru 1 Porție

Calorii	4159 kJ / 994.1 kCal
Grăsimi	74.81 g
din care	
Saturate	0.7 g
Ne-Saturate	1.75 g
Carbohidrați	82.98 g
din care	
Zaharuri	35.46 g
Fibre	15.51 g
Proteine	14.98 g
Sare	463.1 mg