

SUCO AMARELO

 1 porção

INGREDIENTES

- 1 copo de suco concentrado de caju, envasado (200 g) ou 1 unidade grande de maracujá (100 g)
- 1 fatia de limão, cru, sem casca (7 g)
- 10 gramas de colágeno Hidrolisado Sanavita
- 1 fatia grande de melão (115 g)
- 1 fatia média de abacaxi (75 g)
- 2 colheres de sopa cheias de aveia em flocos crua (30 g)

MÉTODO DE PREPARO

1º Liquidifique e beba em seguida.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORÇÃO (334 g)	% DDR
ENERGIA	76 kcal	253 kcal	13 %
CARBOIDRATOS	14 g	47 g	16 %
PROTEÍNA	4 g	13 g	17 %
GORDURA	1 g	3 g	5 %
GORDURAS SATURADAS	0 g	0 g	2 %
FIBRA ALIMENTAR	2 g	7 g	27 %
SÓDIO	23 mg	78 mg	3 %