



# YOGUR SIN LACTOSA CON NUECES Y TROCITOS DE MANZANA

## INGREDIENTES PARA 1 COMENSALES

- 125 g de yogur desnatado
- 25 g de nueces
- 50 g de manzana

## LA PREPARACIÓN



### INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Hidratos de carbono 14 g	Grasas 16.2 g
Kcal 243	Proteínas 9.1 g