

Charquican de Champiñones

INGREDIENTES:

Papas
Zapallo
Agua
Champiñones
Choclo
Sofrito
Acelga
Aceite de maravilla
Sal de mar
Sal fina
Perejil seco
Orégano seco

INFORMACIÓN NUTRICIONAL			
Porción: 200g (medio frasco)			
Porciones por envase: 2			
	100 g	Porción	
Energía (Kcal)	56		112
Proteínas (g)	1,5		3
Grasa Total (g)	1,1		2,2
Grasa Saturada (g)	0,1		0,2
Grasa Monoinsaturada (g)	0,2		0,4
Grasa Poliinsaturada (g)	0,5		1
Grasa Trans	0		0
Colesterol (mg)	0		0
Hidratos de Carbono Disp. (g)	10,1		20,2
Azúcares totales (g)	1,6		3,2
Sodio (mg)	85		170