



## Bebida Deportiva de Naranja y Piña

16 Porciones • 1 Porción = 1 Taza

### INGREDIENTES

- 4 tazas de jugo de piña, 100 % jugo, sin azúcar agregada
- 4 tazas de jugo de naranja, 100 % jugo, sin azúcar agregada
- 8 tazas de agua
- 1 cucharadita de sal

### INDICACIONES

1. Agregar todos los ingredientes en una jarra grande y revolver.
2. Servir frío.

### Información Nutricional

16 porciones por recipiente

Tamaño de la porción 1 taza (120 g)

Cantidad por porción

**Calorías** **60**

% del valor diario\*

Grasas totales 0 g 0 %

Grasas saturadas: 0 g 0 %

Grasas trans: 0 g

Colesterol: 0 mg 0 %

Sodio: 150 mg 7 %

Carbohidratos totales: 14 g 5 %

Fibra alimentaria 0 g 0 %

Azúcares totales: 14 g

Incluye 0 g de azúcar agregada 0 %

Proteínas: 0 g

Vitamina D: 0 mcg 0 %

Calcio: 5 mg 0 %

Hierro: 0 mg 0 %

Potasio: 0 mg 0 %

\*El % del valor diario le indica qué porción de la dieta diaria aporta un nutriente en una porción de alimento. Se usa un total de 2,000 calorías por día como consejo nutricional general.

[chefs.org](http://chefs.org)

@CHEFSanAntonio

