



Ингредиенты

- 1 свекла¹ - **100 г**
- 2 моркови¹ - **150 г**
- Мёд¹ - **1 ст. л.**
- [Nutridrink Compact protein со вкусом ванили](#) - **125 мл**

Приготовление

Нарезать кусочками свеклу и морковь. Смешать в блендере с напитком [Nutridrink Compact protein со вкусом ванили](#) и мёдом. По желанию украсить базиликом.

Пищевая ценность

Калории

475 ккал

Белки

21 г

Жиры

12 г

Углеводы

71 г

Клетчатка

8 г

Список литературы

1. Химически состав российских пищевых продуктов. Под редакцией член-корр. МАИ, проф. И. М. Скурихина и академика РАМН, проф В. А. Тутельяна - МОСКВА, 20022, стр. 236

Информация для пациентов, кому специалист рекомендовал Nutridrink
Compact Protein, 18+