

Các loại thức uống



Duy trì năng lượng đưa vào cơ thể ở mức 1,400 - 1,600 Kcal/ngày (tương ứng 30 Kcal/1kg cân nặng)

STT	TÊN MÓN ĂN	KHẨU PHẦN (gram)	NĂNG LƯỢNG (Kcal)
1	COCKTAIL TRÁI CÂY	Ly (158g)	158
2	VÃI ĐÓNG HỘP	Ly 215g	129
3	CHÔM CHÔM ĐÓNG HỘP	Ly 230g	138
4	KEM QUE	Cây 65ml	86
5	KEM CORNETTO	Cây 125ml	202
6	KEM HỘP	Hộp 500ml (250g)	381
7	THẠCH	Cái 16g	14
8	CÀ PHÊ ĐEN	Tách 80ml	40

STT	TÊN MÓN ĂN	KHẨU PHẦN (gram)	NĂNG LƯỢNG (Kcal)
9	CÀ PHÊ SỮA	Gói 20g	85
10	NƯỚC CAM VẮT	Ly 200ml	226
11	NƯỚC CHANH	Ly 200ml	149
12	NƯỚC DỪA TƯƠI	Ly 200ml, cơm dừa 50g	94
13	NƯỚC DỪA TƯƠI	Trái Trung bình: 420ml, cơm dừa 100g	128
14	NƯỚC RAU MÁ	Ly 200ml	174
15	NƯỚC ÉP TRÁI CÂY ĐÓNG HỘP	Ly 160ml	74
16	BIA	Ly 330ml	141

Xem thêm thông tin tại:

www.lic-ecogreen.com.vn