

Ensalada de Frutas

Rinde 4 porciones (1/2 taza por porción)



Información nutricional
por porción:

Calorías:	109
Carbohidrato:	28 g
Proteína:	1 g
Grasa Total:	0 g
Grasa Saturada:	0 g
Colesterol:	0 g
Sodio:	3 mg
Fibra:	2 g

INGREDIENTES

- 1/2 taza plátano en rebanadas
- 1/2 taza manzana picada
- 1/2 taza papaya picada
- 1/2 taza uvas
- 1/2 taza de jugo de naranja

PREPARACIÓN

1. En un tazón mediano, mezcle todos los ingredientes. Sirvala.

Están Fácil.

www.ca5aday.com

Receta cortesía de *California Latino 5 a Day Campaign.*

Fondos provistos por el Programa de Cupones para Alimentos del
Departamento de Agricultura de los Estados Unidos