



✂ Breakfast ⏱ 15 min

????? ?? ?????? ?? ????????

Chiquita

????? ???? ??????? ?????????? Chiquita, 15 ?????? ???
 ???? ??????? ?????????????????; ?????? ???? ???
 ?????????????? ?????????? ??? ?????? ?? ?????? ?? ?????????
 Chiquita!

1

????????? ?? ???? , ?? ?????????? ??? ??? ?????????????
 ???? ???? ??? ?????????????????? ??????? ?????.

1

????????? ?? ??????? ?????????, ??? ??????? ??? ??
 ?????????? ?????????? ???? ???????.

1

?????? ??? ?????????? Chiquita. ?????????? ?????????????? ???
 ?????? ?????????? Chiquita ???? ??????? ??? ???????
 ??????? ?????????? ??? ?? ??????.

2

2 ?????????? Chiquita
 40 g ??????? ??????
 2 ????
 30 g ??????? ??????????
 60 g ????
 5 g ?????????? ??????????
 2.5 g ???????

384 ??????????
 5,7 g ???????
 2 g ??????????
 69,6 g ??????????????????
 45,2 g ??????????
 3,7 g ?????????? ????
 11,8 g ??????????
 0,2 g ??????

1

????? ??? ?????? ??? ???? ???? ?????????????? ?? 90
?????????????? ?? ????? ??????????.

1

???? ??????????, ?????????? ?? ?????????? ??????????
????????? Chiquita ??? ???? ?? ?????????? ??? ????.