

Café Moca

Rinde 2 porciones

Ingredientes

1/3 taza	leche (sin grasa en polvo)
1 taza	agua
1 taza	café (filtrado)
4 cucharadas	mezcla para chocolate caliente
	crema batida descremada lista para usar (opcional)
	canela (opcional)

Instrucciones

1. Caliente la leche sin grasa en polvo preparada con agua en una cacerola hasta que esté tibia. No la hierva.

2. Agregue el café y la mezcla para chocolate caliente. Revuelva bien y caliente hasta la temperatura deseada.

3. Divida la mezcla de café en dos tazas. Cubra con crema batida descremada y canela, si lo desea.

* O reemplace la leche sin grasa en polvo con agua por 1 taza de leche sin grasa.

Precio

Por receta: \$0.91

Por servido: \$0.46

Fuente

United States Department of Agriculture, [USDA'S Collection of Nonfat Dry Milk \(NDM\) Recipes](#)

Datos de Nutrición

Tamaño por Ración 1/2 de receta
(297g)

Raciones por Envase 2

Cantidad por Ración

Calorías 180 **Calorías de Grasa 5**

% Valor Diario*

Grasa Total 1g **2%**

Grasa Saturada 0g **0%**

Grasa Trans 0g

Colesterol 5mg **2%**

Sodio 180mg **8%**

Carbohidrato Total 38g **13%**

Fibra Dietética 1g **4%**

Azúcares 34g

Proteínas 9g

Vitamina A 8% • Vitamina C 2%

Calcio 25% • Hierro 2%

*Los Porcentajes de Valores Diarios están basados en una dieta de 2,000 calorías. Sus valores diarios pueden ser mayores o menores, dependiendo de las calorías que usted necesite.

		Calorías: 2,000	2,500
Grasa Total	Menos de	65g	80g
Grasa Saturada	Menos de	20g	25g
Colesterol	Menos de	300mg	300mg
Sodio	Menos de	2,400mg	2,400mg
Carbohidrato Total		300g	375g
Fibra Dietética		25g	30g

Calorías por gramo:
Grasa 9 • Carbohidrato 4 • Proteína 4