



## Полезно ли есть манго для быстрого похудения

Сводная таблица

Наименование	Содержание в порции	% от нормы
Питательность	150 ккал.	10.53%
Белки	2.1 г.	2.56%
Жиры	1 г.	1.54%
Углеводы	37.5 г.	29.3%
Пищевые волокна	4 г.	20%
Вода	208.65 г.	8.15%