

Cantidad equivalente a 20g de hidratos de carbono



2 sobres
de azúcar
20g de HC



Pasta codillos
8 unidades
30g



Placas canelones
Con bechamel: 3 unidades
4 unidades
30g



Volovanes
40g



Pasta tiburones
30g



Palitos de pan
30g

Tostadas canapés
25g



Pan de molde
2 rebanadas
40g



ID | BAPS

www.diabetesalacarta.org