



Empanada de res - Jamaican Beef Patty



Jamaican Beef Patty

Jamaican Beef Patty

made with beef, yeast, vegetable shortening onions spices, garlic, salt, peppers, flour, beef suet

Nutrition Facts	
Serving Size 1 Patty (141g)	
Servings per container	
Amount Per Serving	
Calories 400	Calories from Fat 150
% Daily Value*	
Total Fat 16 g	25%
Saturated Fat 8g	40%
Trans Fat 0 g	
Cholesterol 30 mg	10%
Sodium 210 mg	9%
Total Carbohydrate 51g	17%
Dietary Fiber 8g	32%
Sugars 2g	
Protein 15g	
Vitamin A 0%	Vitamin C 0%
Calcium 4%	Iron 20%
* Percent Daily Values are based on a 2,000 calorie diet.	

Foods can be prepared in different ways.

We can not guarantee complete accuracy of label /ingredients listed.

Nutrient Facts: <http://www.towerislespatties.com/>

Photo: <http://tonymountain.blogspot.com/2011/06/baked-grilled-or-fried-dough-covered.html>

Empanada de res (Jamaican Beef Patty)

hecha con res, levadura, manteca vegetal, cebollas, especias, ajo, sal, pimienta, harina, manteca de res.

Datos de Nutrición	
Tamaño por Ración 1 Patty (141g)	
Raciones por Envase	
Cantidad por Ración	
Calorías 400	Calorías de Grasa 150
% Valor Diario*	
Grasa Total 16g	25%
Grasa Saturada 8g	40%
Grasa Trans 0 g	
Colesterol 30mg	10%
Sodio 210 mg	9%
Carbohidrato Total 51g	17%
Fibra 8g	32%
Azúcares 2g	
Proteínas 15g	
Vitamina A 0 %	Vitamina C 0%
Calcio 4%	Hierro 20%
* Los porcentajes de Valores Diarios están basados en una dieta de 2,000 calorías.	

Los alimentos se pueden preparar de diferentes maneras. No podemos garantizar la precisión completa de etiquetas / ingredientes enumerados.

Nutrient Facts: <http://www.towerislespatties.com/>

Photo: <http://tonymountain.blogspot.com/2011/06/baked-grilled-or-fried-dough-covered.html>