

## Fruit Juice Fizz

1 Servings

### Ingredients

4 oz **plain seltzer water**

4 oz **100% fruit juice** - apple, grape or cranberry juice work well!



### **Nutrition Information**

Serving Size: 8oz

Calories: 50

Total Fat: 0g

Saturated Fat: 0g

Protein: 0g

Sodium: 5mg

Carbohydrates: 13g

Added Sugar: 0g

Fiber: 0g

### Instructions

1. Mix the seltzer water and juice together over ice.

*\*Nutrition information includes 100% cranberry juice in analysis.*

## Jugo Efervescente de Frutas

1 Porción

### Ingredientes

4 onzas de **agua de soda/efervescente** sin sabor

4 onzas de **jugo 100% de fruta**-manzana, uva o arándano.



### **Información Nutricional**

Tamaño de Porción: 8oz

Calorías: 50

Grasa Total: 0g

Grasa Saturada: 0g

Proteína: 0g

Sodio: 5mg

Carbohidratos: 13g

Azúcar Agregado: 0g

Fibra: 0g

### Preparación

1. Mezcle el agua de soda y el jugo y agregue hielo.

*\* La información nutricional incluye 100% de jugo de arándano en el análisis.*

