

Bevanda isotonica fai da te

INGREDIENTI	500ML H ₂ O	750ML H ₂ O	1L H ₂ O	1,5L H ₂ O	2L H ₂ O
BICARBONATO	1/2 CUCCHIAINO 4 gr	3/4 CUCCHIAINO 6gr	1 CUCCHIAINO 7gr	1+1/2 CUCCHIAINO 11gr	2 CUCCHIAINI 14 gr
ZUCCHERO	1 CUCCHIAO 20 gr	1+1/2 CUCCHIAIO 30 GR	2 CUCCHIAI 40 gr	3 CUCCHIAI DI ZUCCHERO 60gr	4 CUCCHIAI 80 gr
SALE IODATO MARINO FINO	1/2 CUCCHIAINO 4 gr	3/4 CUCCHIAINO 6gr	1 CUCCHIAINO 7gr	1+1/2 CUCCHIAINO 11 gr	2 CUCCHIAINI 14 gr
LIMONI	1 LIMONE	1+1/2 LIMONI	2 LIMONI	3 LIMONI	4 LIMONI