

Апельсиновый торт с маком

На 630 г	Калории	Белки	Жиры	Углеводы
	733	74.9	20.5	58.6
Ha 100 r	Калории 116 3	Белки 11 9	Жиры	Углеводы 93

Ингредиенты

Отруби овсяные - 25 граммов Пшеничные отруби - 28 граммов Кефир 1 - 110 граммов Куриные яйца - 50 граммов Молоко 1% - 50 граммов Творог 1% - 300 граммов Мак - 13 граммов Апельсин - 300 граммов Шоколад Российский 70% какао горький - 3 грамма

Процент потерь по массе: 37 %

Инструкция по приготовлению

© 2013-2024 Береги фигуру Все права защищены Распечатано с сайта beregifiguru.ru