



Бифштекс из телятины



На 1114 г	Калории 1171	Белки 226.2	Жиры 11.0	Углеводы 43.7
На 100 г	Калории 105.1	Белки 20.3	Жиры 1.0	Углеводы 3.9

Ингредиенты

Телятина 2 кат. - 1070 граммов
Лук репка - 140 граммов
Хлеб Станичный - 70 граммов

Процент потерь по массе: -11.4 %

Инструкция по приготовлению

© 2013-2018 Береги фигуру
Все права защищены
Распечатано с сайта beregifigu.ru