



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

© 2013-2017 Береги фигуру
Все права защищены
Распечатано с сайта beregifigu.ru