Большой бутерброд с красной рыбкой (крошка-картошка)

	Калории	Белки	Жиры	Углеводы
На 200 г	451	19.5	24.5	38.3
На 100 г	225.3	9.7	12.2	19.1

Ингредиенты

Горбуша - 73 грамма
Соль поваренная пищевая - 6 граммов
Масло подсолнечное - 19 граммов
Хлеб "Нарочанский" - 75 граммов
Вода - 27 граммов

Процент потерь по массе: 80 %

Инструкция по приготовлению

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