



## Борщ украинский с курицей



<b>На 4790 г</b>	Калории 1351	Белки 86.8	Жиры 63.2	Углеводы 106.5
<b>На 100 г</b>	Калории 28.2	Белки 1.8	Жиры 1.3	Углеводы 2.2

### Ингредиенты

Курица. Окорочок - 300 граммов  
Картофель - 100 граммов  
Свекла - 200 граммов  
Морковь - 150 граммов  
Лук репчатый - 100 граммов  
Капуста белокачанная - 700 граммов  
Томатная паста - 50 граммов  
Перец болгарский - 150 граммов  
Масло подсолнечное - 30 граммов  
Чеснок - 10 граммов  
Вода - 3000 граммов

Процент потерь по массе: -379 %

### Инструкция по приготовлению

© 2013-2018 Береги фигуру  
Все права защищены  
Распечатано с сайта [beregifiguru.ru](http://beregifiguru.ru)