



Борщ украинский с курицей



На 4790 г

Калории
1351

Белки
86.8

Жиры
63.2

Углеводы
106.5

На 100 г

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