



Голубцы



На 4217 г	Калории 3669	Белки 177.5	Жиры 212.7	Углеводы 261.2
На 100 г	Калории 87.0	Белки 4.2	Жиры 5.0	Углеводы 6.2

Ингредиенты

Капуста краснокочанная - 1323 грамма
Смешанный фарш - 834 грамма
Рис длиннозерный - 150 граммов
Лук репчатый - 230 граммов
Масло подсолнечное - 100 граммов
Мука пшеничная - 35 граммов
Томатная паста Помидорка - 245 граммов
Вода - 1300 граммов

Процент потерь по массе: -321.7 %

Инструкция по приготовлению

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