



Запеканка с курицей и шампиньонами



На 2120 г	Калории 3152	Белки 338.0	Жиры 128.6	Углеводы 149.0
На 100 г	Калории 148.7	Белки 15.9	Жиры 6.1	Углеводы 7.0

Ингредиенты

Куриное филе - 1000 граммов
Шампиньоны - 500 граммов
Сыр Гауда - 200 граммов
Макароны отварные - 700 граммов
Яйцо - 250 граммов

Процент потерь по массе: -112 %

Инструкция по приготовлению

© 2013-2019 Береги фигуру
Все права защищены
Распечатано с сайта beregifiguru.ru