



Кальмары тушеные в йогурте



На 0 г	Калории 0	Белки 0.0	Жиры 0.0	Углеводы 0.0
На 100 г	Калории 59.6	Белки 11.7	Жиры 0.5	Углеводы 2.2

Ингредиенты

Кальмар - 500 граммов
Йогурт, 1,5% - 140 граммов
Лук репчатый - 100 граммов

Процент потерь по массе: 0 %

Инструкция по приготовлению

© 2013-2017 Береги фигуру
Все права защищены
Распечатано с сайта beregifiguru.ru