



## Каша гречневая с яйцом



<b>На 2000 г</b>	Калории 2460	Белки 104.9	Жиры 83.2	Углеводы 309.6
<b>На 100 г</b>	Калории 123.0	Белки 5.2	Жиры 4.2	Углеводы 15.5

### Ингредиенты

Яйцо куриное (целое) - 250 граммов  
Масло сливочное несоленое «Крестьянское» - 20 граммов  
Лук репчатый - 100 граммов  
Каша гречневая на воде с маслом и солью - 1500 граммов

Процент потерь по массе: -100 %

### Инструкция по приготовлению

© 2013-2024 Береги фигуру  
Все права защищены  
Распечатано с сайта [beregifiguru.ru](http://beregifiguru.ru)