



Каша гречневая с яйцом



На 2000 г	Калории 2460	Белки 104.9	Жиры 83.2	Углеводы 309.6
На 100 г	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

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