



Каша овсяная с тыквой



На 465 г	Калории 495	Белки 22.0	Жиры 13.5	Углеводы 71.5
На 100 г	Калории 106.5	Белки 4.7	Жиры 2.9	Углеводы 15.4

Ингредиенты

Овсянка - 100 граммов
Тыква - 100 граммов
Молоко - 300 граммов

Процент потерь по массе: 53.5 %

Инструкция по приготовлению

© 2013-2018 Береги фигуру
Все права защищены
Распечатано с сайта beregifiguru.ru