



## Каша пшенная на воде с курагой и черносливом



<b>На 0 г</b>	Калории 0	Белки 0.0	Жиры 0.0	Углеводы 0.0
<b>На 100 г</b>	Калории 149.8	Белки 3.7	Жиры 0.8	Углеводы 31.9

### Ингредиенты

Пшено - 100 граммов  
Вода - 200 граммов  
Соль поваренная пищевая - 10 граммов  
Курага - 50 граммов  
Чернослив - 50 граммов

Процент потерь по массе: 0 %

### Инструкция по приготовлению

© 2013-2018 Береги фигуру  
Все права защищены  
Распечатано с сайта [beregifiguru.ru](http://beregifiguru.ru)