



## Каша рисово-кукурузная на молоке с маслом и сахаром



На 3000 г

Калории  
3898

Белки  
65.0

Жиры  
100.0

Углеводы  
686.6

На 100 г

Калории  
129.9

Белки  
2.2

Жиры  
3.3

Углеводы  
22.9

### Ингредиенты

Крупа рисовая - 500 граммов  
Кукурузная крупа - 150 граммов  
Молоко 2% - 500 граммов  
Масло сливочное - 100 граммов  
Яблоко (зеленое) - 100 граммов  
Сахарный песок - 100 граммов  
Клюква сушеная - 50 граммов  
Изюм светлый - 50 граммов

Процент потерь по массе: -200 %

### Инструкция по приготовлению

© 2013-2017 Береги фигуру  
Все права защищены  
Распечатано с сайта [beregifiguru.ru](http://beregifiguru.ru)