



Коктейль белковый



На 300 г	Калории 216	Белки 27.4	Жиры 5.6	Углеводы 14.2
На 100 г	Калории 72.0	Белки 9.1	Жиры 1.9	Углеводы 4.7

Ингредиенты

Творог обезжиренный "Уманский" - 100 граммов
Молоко 2,5% - 150 граммов
Мед натуральный цветочный разнотравье - 5 граммов
Яичный белок - 45 граммов

Процент потерь по массе: 70 %

Инструкция по приготовлению

© 2013-2023 Береги фигуру
Все права защищены
Распечатано с сайта beregifiguru.ru