



Конвертики из лаваша с яйцом (Алена)



На 700 г	Калории 1765	Белки 83.0	Жиры 115.5	Углеводы 15.2
На 100 г	Калории 252.1	Белки 11.9	Жиры 16.5	Углеводы 2.2

Ингредиенты

Лаваш армянский тонкий - 180 граммов
Яйцо - 4 штуки
Сыр - 100 граммов
Масло сливочное - 60 граммов
Помидор свежий - 100 граммов
Ветчина "Нежная" - 100 граммов

Процент потерь по массе: 30 %

Инструкция по приготовлению

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