



## Котлета курино-капустная



<b>На 621 г</b>	Калории 724	Белки 96.7	Жиры 24.0	Углеводы 24.4
<b>На 100 г</b>	Калории 116.6	Белки 15.6	Жиры 3.9	Углеводы 3.9

### Ингредиенты

Куриный фарш - 500 граммов  
Капуста белокачанная - 400 граммов

Процент потерь по массе: 37.9 %

### Инструкция по приготовлению

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