



## Котлеты рыбные (минтай)



|                 |                 |               |             |                 |
|-----------------|-----------------|---------------|-------------|-----------------|
| <b>На 0 г</b>   | Калории<br>0    | Белки<br>0.0  | Жиры<br>0.0 | Углеводы<br>0.0 |
| <b>На 100 г</b> | Калории<br>65.1 | Белки<br>11.7 | Жиры<br>1.3 | Углеводы<br>1.7 |

### Ингредиенты

Минтай - 1000 граммов  
Лук репчатый - 250 граммов  
Яйцо - 100 граммов  
Соль поваренная пищевая - 10 граммов

Процент потерь по массе: 0 %

### Инструкция по приготовлению

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