



Котлеты с курицы, лука и яйца



На **624.45 г**

Калории
1336

Белки
138.0

Жиры
82.9

Углеводы
9.4

На **100 г**

Калории
213.9

Белки
22.1

Жиры
13.3

Углеводы
1.5

Ингредиенты

Курица грудка - 700 граммов
Лук репчатый - 100 граммов
Яйцо - 55 граммов
Масло подсолнечное - 50 граммов

Процент потерь по массе: 37.555 %

Инструкция по приготовлению

© 2013-2024 Береги фигуру
Все права защищены
Распечатано с сайта beregifiguru.ru