



Куриные котлеты с шампиньонами



На 717 г	Калории 1049	Белки 206.9	Жиры 16.5	Углеводы 2.7
На 100 г	Калории 146.2	Белки 28.9	Жиры 2.3	Углеводы 0.4

Ингредиенты

Куриное филе - 853 грамма
Лук репка - 27 граммов
Шампиньоны - 82 грамма
Сельдерей - 30 граммов
Белок - 30 граммов
Желток - 17 граммов

Процент потерь по массе: 28.3 %

Инструкция по приготовлению

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