Макароны - по флотски

	Калории	Белки	Жиры	Углеводы
На 571.2 г	569	62.2	18.8	34.0
На 100 г	99.6	10.9	3.3	6.0

Ингредиенты

говядина - 256 граммов
Макароны отварные - 396 граммов
Лук репка - 64 грамма
Вода - 100 граммов

Процент потерь по массе: 42.88 %

Инструкция по приготовлению

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