



Манник низкокалорийный



| | | | | |
|-----------------|------------------|--------------|-------------|------------------|
| На 0 г | Калории 0 | Белки 0.0 | Жиры 0.0 | Углеводы 0.0 |
| На 100 г | Калории 129.7 | Белки 5.3 | Жиры 1.7 | Углеводы 41.3 |

Ингредиенты

Манка - 200 граммов
Кефир 1% - 500 граммов
Мука ржаная цельнозерновая «Гарнец» - 90 граммов
Куриные яйца - 100 граммов
Мед Цветочный - 70 граммов
Ванилин - 1 грамм
Соль поваренная пищевая - 1 грамм
Мандарин - 300 граммов

Процент потерь по массе: 0 %

Инструкция по приготовлению

© 2013-2020 Береги фигуру
Все права защищены
Распечатано с сайта beregifiguru.ru