



Минтай с луком, морковью, картофелем под сырно-молочной шубкой



На 0 г	Калории 0	Белки 0.0	Жиры 0.0	Углеводы 0.0
На 100 г	Калории 87.0	Белки 7.8	Жиры 3.0	Углеводы 7.3

Ингредиенты

Минтай - 600 граммов
Морковь - 100 граммов
Лук репчатый - 100 граммов
Сыр Российский - 100 граммов
Соль поваренная пищевая - 10 граммов
Молоко сухое белорусское разбавленное водой - 200 граммов
Масло растительное - 10 граммов
Картофель - 500 граммов

Процент потерь по массе: 0 %

Инструкция по приготовлению

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