



## Мойва жареная в муке



<b>На 467.2 г</b>	Калории 1300	Белки 70.4	Жиры 87.1	Углеводы 58.6
<b>На 100 г</b>	Калории 278.2	Белки 15.1	Жиры 18.6	Углеводы 12.5

### Ингредиенты

Мойва - 500 граммов  
Мука пшеничная - 100 граммов  
Масло подсолнечное - 40 граммов

Процент потерь по массе: 53.28 %

### Инструкция по приготовлению

© 2013-2017 Береги фигуру  
Все права защищены  
Распечатано с сайта [beregifigu.ru](http://beregifigu.ru)