



Низкокалорийная творожная запеканка



На 1121 г	Калории 1867	Белки 161.8	Жиры 100.4	Углеводы 72.5
На 100 г	Калории 166.5	Белки 14.4	Жиры 9.0	Углеводы 6.5

Ингредиенты

Творог 9% - 850 граммов
Яйцо - 3 штуки
Молоко - 120 граммов
Сахарный песок - 40 граммов

Процент потерь по массе: -12.1 %

Описание

Можно сделать и сырнички

Инструкция по приготовлению

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