



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

© 2013-2019 Береги фигуру
Все права защищены
Распечатано с сайта beregifiguru.ru