



Овощное рагу (капуста+картофель+смесь овощей+кукуруза+масло +том.паста)



На 866.4 г	Калории 924	Белки 23.4	Жиры 34.3	Углеводы 130.4
-------------------	----------------	---------------	--------------	-------------------

На 100 г	Калории 106.7	Белки 2.7	Жиры 4.0	Углеводы 15.1
-----------------	------------------	--------------	-------------	------------------

Ингредиенты

Смесь овощей Vitamin Мексиканская (замороженная) - 100 граммов
Капуста белокачанная - 300 граммов
Картофель (сырой) - 400 граммов
Кукуруза - 250 граммов
Томатная паста - 30 граммов
Масло подсолнечное - 30 граммов
Лук репчатый - 30 граммов

Процент потерь по массе: 13.36 %

Инструкция по приготовлению

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