

# Овсяноблин с творогом

| | Калории | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|
| **На 0 г** | 0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 |
| **На 100 г** | 120.9 | 11.1 | 5.7 | 6.4 |

## Ингредиенты

Яйцо - 1 штука
Яйцо без желтка - 40 граммов
Творог Ласковое лето 3% - 15 граммов
Молоко 2.5% - 10 граммов
Геркулес - 15 граммов

Процент потерь по массе: 0 %

## Инструкция по приготовлению

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