



## Овсяноблин яблочный



<b>На 128 г</b>	Калории 74	Белки 5.4	Жиры 4.5	Углеводы 3.1
<b>На 100 г</b>	Калории 58.0	Белки 4.2	Жиры 3.5	Углеводы 2.4

### Ингредиенты

Алейка - 21 грамм  
Яйцо сырое - 49 граммов  
Яблоко Семеренко - 33 грамма

Процент потерь по массе: 87.2 %

### Инструкция по приготовлению

© 2013-2018 Береги фигуру  
Все права защищены  
Распечатано с сайта [beregifiguru.ru](http://beregifiguru.ru)