



## Оливье полудиетический



<b>На 0 г</b>	Калории 0	Белки 0.0	Жиры 0.0	Углеводы 0.0
<b>На 100 г</b>	Калории 97.4	Белки 6.5	Жиры 3.0	Углеводы 9.8

### Ингредиенты

Картошка вареная - 400 граммов  
Морковь отварная - 100 граммов  
Колбаса куриная - 100 граммов  
Яйцо отварное - 3 порция 40г  
Кукуруза консервированная - 100 граммов  
Сметана "Молокія" 22% - 50 граммов  
Майонез жирн - 35 - 30 граммов  
Огурец соленый - 20 граммов

Процент потерь по массе: 0 %

### Инструкция по приготовлению

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