



Перловая каша с мясом и овощами



На 1000 г	Калории 977	Белки 50.2	Жиры 56.5	Углеводы 67.1
На 100 г	Калории 97.7	Белки 5.0	Жиры 5.6	Углеводы 6.7

Ингредиенты

Мясо отварное (свинина) - 200 граммов
Перловая каша готовая - 200 граммов
Морковь - 100 граммов
Перец - 100 граммов
Лук репчатый - 100 граммов
Томатная паста - 100 граммов

Процент потерь по массе: 0 %

Инструкция по приготовлению

© 2013-2017 Береги фигуру
Все права защищены
Распечатано с сайта beregifigu.ru