



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

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