



Перловая каша с огурчиком



На 398 г	Калории 556	Белки 9.1	Жиры 30.9	Углеводы 58.8
На 100 г	Калории 139.7	Белки 2.3	Жиры 7.8	Углеводы 14.8

Ингредиенты

Масло подсолнечное - 30 граммов
Лук репчатый - 97 граммов
Морковь - 40 граммов
Огурец малосольный - 118 граммов
Перловая каша на воде - 200 граммов

Процент потерь по массе: 60.2 %

Инструкция по приготовлению

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