

Пирог с тушеными овощами

	Калории	Белки	Жиры	Углеводы
На 940 г	924	80.8	32.1	92.0
На 100 г	98.3	8.6	3.4	9.8

Ингредиенты

Яйцо - 195 граммов
Масло сливочное 82,5% (Молочный Родник) - 2 грамма
Молоко 1,5% (Вкуснотеево) - 100 граммов
Разрыхлитель теста - 6 граммов
Клетчатка пшеничная с разными добавками (Дивинка) - 15 граммов
Мука рисовая (С.Пудовъ) - 20 граммов
Отруби овсяные (Русская каша) - 70 граммов
Творог мягкий 0,1% 130г (Простоквашино) - 130 граммов
Капуста тушеная с овощами - 542 грамма

Процент потерь по массе: 6 %

Инструкция по приготовлению

© 2013-2024 Береги фигуру
Все права защищены
Распечатано с сайта beregifiguru.ru