



## Плацынды



<b>На 1663 г</b>	Калории 4617	Белки 177.9	Жиры 201.5	Углеводы 518.9
<b>На 100 г</b>	Калории 277.6	Белки 10.7	Жиры 12.1	Углеводы 31.2

### Ингредиенты

Кефир - 500 граммов  
Яйцо - 110 граммов  
Мука пшеничная - 660 граммов  
Масло растительное - 120 граммов  
Творог - 500 граммов

Процент потерь по массе: -66.3 %

### Инструкция по приготовлению

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