



## Плечо индейки вареное



<b>На 69 г</b>	Калории 336	Белки 15.0	Жиры 0.9	Углеводы 67.0
<b>На 100 г</b>	Калории 487.1	Белки 21.7	Жиры 1.3	Углеводы 97.1

### Ингредиенты

Крупа пшеничная - 100 граммов

Процент потерь по массе: 93.1 %

### Инструкция по приготовлению

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