



## Плов со свиной



<b>На 0 г</b>	Калории 0	Белки 0.0	Жиры 0.0	Углеводы 0.0
<b>На 100 г</b>	Калории 119.8	Белки 5.1	Жиры 3.9	Углеводы 16.0

### Ингредиенты

Свинина постная (сырая) - 429 граммов  
Морковь сырая - 100 граммов  
Лук репчатый - 117 граммов  
Масло растительное - 50 граммов  
Рис пропаренный - 400 граммов  
Вода - 954 грамма  
Томатная паста - 60 граммов

Процент потерь по массе: 0 %

### Инструкция по приготовлению

© 2013-2017 Береги фигуру  
Все права защищены  
Распечатано с сайта [beregifigu.ru](http://beregifigu.ru)