



## Рис с грибами



На 234 г

Калории  
952

Белки  
23.8

Жиры  
4.0

Углеводы  
209.0

На 100 г

Калории  
406.9

Белки  
10.2

Жиры  
1.7

Углеводы  
89.3

### Ингредиенты

Рис - 230 граммов  
Опята - 200 граммов  
Морковь - 100 граммов  
Лук репчатый - 50 граммов  
Gallina Blanca 15 трав и специй - 20 граммов

Процент потерь по массе: 76.6 %

### Инструкция по приготовлению

© 2013-2023 Береги фигуру  
Все права защищены  
Распечатано с сайта [beregifiguru.ru](http://beregifiguru.ru)