



## Рис с грибами



<b>На 234 г</b>	Калории 952	Белки 23.8	Жиры 4.0	Углеводы 209.0
<b>На 100 г</b>	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

© 2013-2019 Береги фигуру  
Все права защищены  
Распечатано с сайта [beregifiguru.ru](http://beregifiguru.ru)