



## Рулетики из минтая с овощами



<b>На 1008 г</b>	Калории 820	Белки 147.7	Жиры 16.2	Углеводы 20.9
<b>На 100 г</b>	Калории 81.3	Белки 14.6	Жиры 1.6	Углеводы 2.1

### Ингредиенты

Филе минтая - 800 граммов  
Лук репка - 150 граммов  
Морковь - 150 граммов  
Сыр Грация - 100 граммов

Процент потерь по массе: -0.799999999999997 %

### Инструкция по приготовлению

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