



Салат "Мимоза"



На 1470 г

Калории
3109

Белки
138.9

Жиры
247.1

Углеводы
83.4

На 100 г

Калории
211.5

Белки
9.4

Жиры
16.8

Углеводы
5.7

Ингредиенты

Сардины в масле (консервы) - 230 граммов
Сыр твердый 50% - 200 граммов
Яйца вареные - 270 граммов
Майонез жирн - 55 - 200 граммов
Морковь на пару - 270 граммов
Картофель - 300 граммов

Процент потерь по массе: -47 %

Инструкция по приготовлению

© 2013-2024 Береги фигуру
Все права защищены
Распечатано с сайта beregifigu.ru