



Салат Цезарь без сухарей



На 565 г	Калории 658	Белки 85.3	Жиры 59.0	Углеводы 7.9
На 100 г	Калории 116.4	Белки 15.1	Жиры 10.4	Углеводы 1.4

Ингредиенты

Салат - 100 граммов
Яйцо - 110 граммов
Помидор свежий - 100 граммов
Грудка индейки запеченная - 200 граммов
Кунжут - 5 граммов
Масло оливковое - 15 граммов
Сыр легкий - 35 граммов

Процент потерь по массе: 43.5 %

Инструкция по приготовлению

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