



Салат белковый



На 0 г	Калории 0	Белки 0.0	Жиры 0.0	Углеводы 0.0
На 100 г	Калории 129.8	Белки 19.1	Жиры 5.4	Углеводы 1.5

Ингредиенты

Куриная грудка вареная - 290 граммов
Шампиньоны - 140 граммов
Лук репчатый - 15 граммов
Яйцо куриное - 1 штука
Яйцо - белок - 50 граммов
Йогурт - 150 граммов
Сыр - 100 граммов

Процент потерь по массе: 0 %

Инструкция по приготовлению

© 2013-2023 Береги фигуру
Все права защищены
Распечатано с сайта beregifiguru.ru