

Салат из овощей с ветчиной и сыром

	Калории	Белки	Жиры	Углеводы
На 0 г	0	0.0	0.0	0.0
На 100 г	136.2	8.5	9.3	4.1

Ингредиенты

Ветчина из бедра индейки - 200 граммов
Сыр Российский - 100 граммов
Свежий огурец - 100 граммов
Петрушка - 10 граммов
Укроп - 10 граммов
Йогурт термостатный "Данон" 1,5% - 100 граммов
Соль поваренная пищевая - 5 граммов
Помидоры черри - 50 граммов

Процент потерь по массе: 0 %

Инструкция по приготовлению

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