



## Салат из овощей с ложкой майонеза



<b>На 620 г</b>	Калории 747	Белки 32.7	Жиры 58.1	Углеводы 24.3
<b>На 100 г</b>	Калории 120.4	Белки 5.3	Жиры 9.4	Углеводы 3.9

### Ингредиенты

Свекла вареная - 200 граммов  
Огурец - 100 граммов  
Яйцо вареное - 100 граммов  
Сыр голландский - 50 граммов  
Майонез - 50 граммов  
Чеснок - 20 граммов

Процент потерь по массе: 38 %

### Инструкция по приготовлению

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