



## Салат морковь редька зелёная или белая со сметаной



|                 |                 |              |              |                  |
|-----------------|-----------------|--------------|--------------|------------------|
| <b>На 650 г</b> | Калории<br>394  | Белки<br>9.7 | Жиры<br>23.1 | Углеводы<br>31.7 |
| <b>На 100 г</b> | Калории<br>60.5 | Белки<br>1.5 | Жиры<br>3.6  | Углеводы<br>4.9  |

### Ингредиенты

Морковь сырая - 250 граммов  
Редька - 250 граммов  
Сметана 15 - 150 граммов

Процент потерь по массе: 35 %

### Инструкция по приготовлению

© 2013-2017 Береги фигуру  
Все права защищены  
Распечатано с сайта [beregifiguru.ru](http://beregifiguru.ru)