



Салат с курицей и овощами



На 1158 г	Калории 955	Белки 60.1	Жиры 22.4	Углеводы 118.9
На 100 г	Калории 82.5	Белки 5.2	Жиры 1.9	Углеводы 10.3

Ингредиенты

Курица грудка - 156 граммов
Капуста пекинская - 100 граммов
Помидоры - 200 граммов
Кукуруза - 300 граммов
Фасоль Heinz - 300 граммов
Сметана 10% - 100 граммов
Чеснок - 2 грамма

Процент потерь по массе: -15.8 %

Инструкция по приготовлению

© 2013-2018 Береги фигуру
Все права защищены
Распечатано с сайта beregifigu.ru