



Салат с пекинской капустой



На 345 г	Калории 592	Белки 28.3	Жиры 43.5	Углеводы 19.6
На 100 г	Калории 171.6	Белки 8.2	Жиры 12.6	Углеводы 5.7

Ингредиенты

Капуста пекинская - 100 граммов
Кукуруза - 70 граммов
Сыр Фета - 60 граммов
Сельдерей (стебли) - 60 граммов
Оливковое масло - 3 чайные ложки
Яйцо куриное (вареное вкрутую) - 110 граммов

Процент потерь по массе: 65.5 %

Инструкция по приготовлению

© 2013-2019 Береги фигуру
Все права защищены
Распечатано с сайта beregifigu.ru