



## Сибас с зеленым салатом



<b>На 324 г</b>	Калории 321	Белки 48.7	Жиры 10.1	Углеводы 5.4
<b>На 100 г</b>	Калории 98.9	Белки 15.0	Жиры 3.1	Углеводы 1.7

### Ингредиенты

Сибас запеченный в духовке - 200 граммов  
Редька - 67 граммов  
Перец болгарский - 32 грамма  
Лимон - 20 граммов  
Оливковое масло нерафинированное Extra Virgin (первый холодный отжим) Испания - 5 граммов

Процент потерь по массе: 67.6 %

### Инструкция по приготовлению

© 2013-2019 Береги фигуру  
Все права защищены  
Распечатано с сайта [beregifiguru.ru](http://beregifiguru.ru)