



## Суп гороховый с курицей



<b>На 4200 г</b>	Калории 1481	Белки 101.7	Жиры 48.7	Углеводы 154.6
<b>На 100 г</b>	Калории 35.3	Белки 2.4	Жиры 1.2	Углеводы 3.7

### Ингредиенты

Курица. Окорочок - 100 граммов  
Горох колотый - 100 граммов  
Лук репчатый - 100 граммов  
Морковь - 100 граммов  
Вода - 1000 граммов  
Картофель (сырой) - 400 граммов  
Бульон куриный - 2000 граммов  
Масло подсолнечное - 20 порция 20г

Процент потерь по массе: -320 %

### Инструкция по приготовлению

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