



Творог+банан+мед+кефир



На 1161 г	Калории 2007	Белки 79.9	Жиры 90.0	Углеводы 225.3
На 100 г	Калории 172.9	Белки 6.9	Жиры 7.8	Углеводы 19.4

Ингредиенты

Творог 18 - 494 грамма
Банан - 434 грамма
Мед - 85 граммов
Мед - 85 граммов
Кефир 1 - 63 грамма

Процент потерь по массе: -16.1 %

Инструкция по приготовлению

© 2013-2017 Береги фигуру
Все права защищены
Распечатано с сайта beregifiguru.ru