



## Творожная запеканка



<b>На 170 г</b>	Калории 292	Белки 41.3	Жиры 10.9	Углеводы 7.4
<b>На 100 г</b>	Калории 171.9	Белки 24.3	Жиры 6.4	Углеводы 4.4

### Ингредиенты

Творог 1,8% - 180 граммов  
Яйцо - 65 граммов  
Отруби овсяные со льном - 6 граммов

Процент потерь по массе: 83 %

### Инструкция по приготовлению

© 2013-2023 Береги фигуру  
Все права защищены  
Распечатано с сайта [beregifiguru.ru](http://beregifiguru.ru)