



Творожная запеканка



На 170 г	Калории 292	Белки 41.3	Жиры 10.9	Углеводы 7.4
На 100 г	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

© 2013-2018 Береги фигуру
Все права защищены
Распечатано с сайта beregifiguru.ru