



Фруктовый салат



На 155 г	Калории 84	Белки 2.7	Жиры 1.0	Углеводы 15.2
На 100 г	Калории 53.9	Белки 1.8	Жиры 0.6	Углеводы 9.8

Ингредиенты

Банан - 30 граммов
Апельсин - 20 граммов
Груша - 20 граммов
Киви - 20 граммов
Ананас - 15 граммов
Йогурт 1,5% - 50 граммов

Процент потерь по массе: 84.5 %

Инструкция по приготовлению

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