



## Яичница без масла



На 100 г	Калории 141	Белки 13.7	Жиры 9.2	Углеводы 0.8
На 100 г	Калории 140.6	Белки 13.7	Жиры 9.2	Углеводы 0.8

### Ингредиенты

Яйцо - 120 граммов

Процент потерь по массе: 90 %

### Инструкция по приготовлению

© 2013-2024 Береги фигуру  
Все права защищены  
Распечатано с сайта [beregifiguru.ru](http://beregifiguru.ru)