



## Яичница в микроволновке



<b>На 55.51 г</b>	Калории 103	Белки 7.6	Жиры 7.5	Углеводы 0.4
<b>На 100 г</b>	Калории 185.9	Белки 13.7	Жиры 13.6	Углеводы 0.8

### Ингредиенты

Яйцо - 60 граммов  
Масло оливковое - 1 грамм

Процент потерь по массе: 94.449 %

### Инструкция по приготовлению

© 2013-2018 Береги фигуру  
Все права защищены  
Распечатано с сайта [beregifiguru.ru](http://beregifiguru.ru)