



## баклажаны с шампиньонами



<b>На 292 г</b>	Калории 133	Белки 7.4	Жиры 6.3	Углеводы 14.9
<b>На 100 г</b>	Калории 45.6	Белки 2.5	Жиры 2.2	Углеводы 5.1

### Ингредиенты

Баклажан - 100 граммов  
Шампиньоны свежие - 100 граммов  
Лук репка - 60 граммов  
Чеснок - 7 граммов  
Масло оливковое - 5 граммов  
Укроп зелень - 10 граммов  
Петрушка зелень - 10 граммов

Процент потерь по массе: 70.8 %

### Инструкция по приготовлению

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