



блины (молоко/мука/сироп/масло раст 680/170/12/25)



| | | | | |
|-----------------|------------------|---------------|--------------|-------------------|
| На 889 г | Калории 1218 | Белки 45.6 | Жиры 43.9 | Углеводы 160.5 |
| На 100 г | Калории 137.0 | Белки 5.1 | Жиры 4.9 | Углеводы 18.1 |

Ингредиенты

Молоко - 680 граммов
Мука пшеничная - 120 граммов
Мука овсяная диетическая - 50 граммов
Сироп из топинамбура - 12 граммов
Соль поваренная пищевая - 2 грамма
Масло горчичное - 25 граммов
Яйцо сырое - 60 граммов

Процент потерь по массе: 11.1 %

Инструкция по приготовлению

© 2013-2017 Береги фигуру
Все права защищены
Распечатано с сайта beregifigu.ru