



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



<b>На 889 г</b>	Калории 1218	Белки 45.6	Жиры 43.9	Углеводы 160.5
<b>На 100 г</b>	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

© 2013-2023 Береги фигуру  
Все права защищены  
Распечатано с сайта [beregifigu.ru](http://beregifigu.ru)