



каша пшенная с тыквой и молоком



| | | | | |
|------------------|-----------------|---------------|--------------|-------------------|
| На 1200 г | Калории 1078 | Белки 32.1 | Жиры 28.0 | Углеводы 174.3 |
| На 100 г | Калории 89.8 | Белки 2.7 | Жиры 2.3 | Углеводы 14.5 |

Ингредиенты

Пшено - 150 граммов
Тыква - 148 граммов
Молоко - 390 граммов
Вода - 800 граммов
Сахарный песок - 46 граммов
Масло сливочное Крестьянское - 13 граммов

Процент потерь по массе: -20 %

Инструкция по приготовлению

© 2013-2018 Береги фигуру
Все права защищены
Распечатано с сайта beregifiguru.ru