котлеты из куриного филе

	Калории	Белки	Жиры	Углеводы
На 900 г	1204	217.1	28.6	19.6
На 100 г	133.8	24.1	3.2	2.2

Ингредиенты

Филе куриное - 1000 граммов
Яйцо - 60 граммов
Лук репчатый - 200 граммов
Масло подсолнечное - 10 граммов

Процент потерь по массе: 10 %

Инструкция по приготовлению

© 2013-2025 Береги фигуру
Все права защищены
Распечатано с сайта beregifiguru.ru