



котлеты куриные



На 987 г	Калории 1736	Белки 162.0	Жиры 83.2	Углеводы 85.1
На 100 г	Калории 175.9	Белки 16.4	Жиры 8.4	Углеводы 8.6

Ингредиенты

грудка сырая - 746 граммов
Лук порей - 80 граммов
Яйцо - 66 граммов
Соль поваренная пищевая - 5 граммов
булка "городская" - 200 граммов
Масло растительное - 60 граммов

Процент потерь по массе: 1.30000000000001 %

Инструкция по приготовлению

© 2013-2019 Береги фигуру
Все права защищены
Распечатано с сайта beregifigu.ru