лаваш с куриным фаршем

	Калории	Белки	Жиры	Углеводы
На 1040 г	2015	142.4	93.3	145.7
На 100 г	193.7	13.7	9.0	14.0

Ингредиенты

Куриный фарш - 300 граммов
Лук репчатый - 100 граммов
Лаваш - 200 граммов
Кетчуп - 100 граммов
Сметана - 20 граммов
Чеснок - 20 граммов
Сыр гауда - 300 граммов

Процент потерь по массе: -4 %

Инструкция по приготовлению

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