



минтай тушеный с луком



На 481 г	Калории 807	Белки 73.2	Жиры 53.1	Углеводы 9.0
На 100 г	Калории 167.7	Белки 15.2	Жиры 11.0	Углеводы 1.9

Ингредиенты

Минтай - 500 граммов
Масло растительное - 50 граммов
Лук репчатый - 100 граммов

Процент потерь по массе: 51.9 %

Инструкция по приготовлению

© 2013-2023 Береги фигуру
Все права защищены
Распечатано с сайта beregifigu.ru