



## овсяноблин на воде



<b>На 0 г</b>	Калории 0	Белки 0.0	Жиры 0.0	Углеводы 0.0
<b>На 100 г</b>	Калории 145.9	Белки 11.2	Жиры 7.9	Углеводы 20.4

### Ингредиенты

Яйцо - 60 граммов  
Вода - 10 граммов  
Овсянка сухая - 32 грамма

Процент потерь по массе: 0 %

### Инструкция по приготовлению

© 2013-2018 Береги фигуру  
Все права защищены  
Распечатано с сайта [beregifiguru.ru](http://beregifiguru.ru)