

# рис италика вареный

| | Калории | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|
| **На 800 г** | 1043 | 20.1 | 1.2 | 237.9 |
| **На 100 г** | 130.4 | 2.5 | 0.2 | 29.7 |

## Ингредиенты

рис италика - 300 граммов
Вода - 700 граммов

Процент потерь по массе: 20 %

## Инструкция по приготовлению

© 2013-2024 Береги фигуру
Все права защищены
Распечатано с сайта beregifiguru.ru