



## салат из помидо и оругцов с растительным маслом



<b>На 370 г</b>	Калории 239	Белки 3.2	Жиры 20.2	Углеводы 10.6
<b>На 100 г</b>	Калории 64.7	Белки 0.9	Жиры 5.5	Углеводы 2.9

### Ингредиенты

Свежий огурец - 200 граммов  
Помидор свежий - 100 граммов  
Петрушка - 10 граммов  
Укроп зелень - 10 граммов  
Масло растительное - 20 граммов

Процент потерь по массе: 63 %

### Инструкция по приготовлению

© 2013-2019 Береги фигуру  
Все права защищены  
Распечатано с сайта [beregifiguru.ru](http://beregifiguru.ru)