



## салат из свежих огурцов и помидор



<b>На 363 г</b>	Калории 77	Белки 3.6	Жиры 0.1	Углеводы 14.1
<b>На 100 г</b>	Калории 21.3	Белки 1.0	Жиры 0.0	Углеводы 3.9

### Ингредиенты

Помидор свежий - 220 граммов  
Свежий огурец - 120 граммов  
Лук репчатый - 23 грамма

Процент потерь по массе: 63.7 %

### Инструкция по приготовлению

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