сендвич с курицей обед буфет

	Калории	Белки	Жиры	Углеводы
На 120 г	233	10.4	9.8	25.0
На 100 г	194.0	8.7	8.2	20.9

Ингредиенты

Хлеб для сендвичей - 50 граммов
Помидор свежий - 20 граммов
Салат листья - 10 граммов
Майонез - 10 граммов
Куриная грудка - 30 граммов

Процент потерь по массе: 88 %

Инструкция по приготовлению

© 2013-2017 Береги фигуру
Все права защищены
Распечатано с сайта beregifiguru.ru