



суп с капустой



На 3227 г	Калории 1131	Белки 83.9	Жиры 51.2	Углеводы 81.6
На 100 г	Калории 35.0	Белки 2.6	Жиры 1.6	Углеводы 2.5

Ингредиенты

Курица ножка - 350 граммов
Капуста белокочанная - 174 грамма
Лук репчатый - 100 граммов
Морковь - 85 граммов
Картофель (сырой) - 218 граммов
Перец сладкий - 77 граммов
Сельдерей - 105 граммов
Вода - 2000 граммов
Фасоль красная консервированная - 118 граммов

Процент потерь по массе: -222.7 %

Инструкция по приготовлению

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