



сырники на манке



| | | | | |
|-----------------|------------------|---------------|--------------|-------------------|
| На 195 г | Калории 458 | Белки 33.6 | Жиры 19.0 | Углеводы 111.2 |
| На 100 г | Калории 234.7 | Белки 17.2 | Жиры 9.8 | Углеводы 57.0 |

Ингредиенты

Яйцо - 55 граммов
Творог 2 % - 108 граммов
Сахар - 5 граммов
Манка - 55 граммов
Масло растительное - 10 граммов

Процент потерь по массе: 80.5 %

Инструкция по приготовлению

© 2013-2023 Береги фигуру
Все права защищены
Распечатано с сайта beregifiguru.ru