



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

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