

сырники

	Калории	Белки	Жиры	Углеводы
На 335 г	463	47.4	11.1	42.8
На 100 г	138.3	14.2	3.3	12.8

Ингредиенты

Творог 2% - 200 граммов
Кукурузный крахмал - 20 граммов
Сухое обезжиренное молоко - 10 граммов
Изюм - 20 граммов
Разрыхлитель теста - 5 граммов
Яйцо куриное - 1 штука

Процент потерь по массе: 66.5 %

Инструкция по приготовлению

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