



творожная запеканка без муки и манки



На 572 г	Калории 642	Белки 64.2	Жиры 28.7	Углеводы 42.9
На 100 г	Калории 112.3	Белки 11.2	Жиры 5.0	Углеводы 7.5

Ингредиенты

Творог - 300 граммов
Молоко 2% - 100 граммов
Яйцо сырое - 130 граммов
Мед натуральный - 40 граммов
Ванилин - 1.5 грамм

Процент потерь по массе: 42.8 %

Инструкция по приготовлению

© 2013-2018 Береги фигуру
Все права защищены
Распечатано с сайта beregifiguru.ru