



толстолобик тушеный с луком и морковью



На 308 г

Калории
248

Белки
42.0

Жиры
1.9

Углеводы
16.4

На 100 г

Калории
80.5

Белки
13.6

Жиры
0.6

Углеводы
5.3

Ингредиенты

Толстолоб - 200 граммов
Лук репчатый - 100 граммов
Морковь - 100 граммов

Процент потерь по массе: 69.2 %

Инструкция по приготовлению

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