

шаурма по-флотски

На 165 г	Калории	Белки	Жиры	Углеводы
	418	17.1	11.5	61.8
Ha 100 r	Калории	Белки	Жиры	Углеводы
	253 4	10 3	7 0	37 4

Ингредиенты

Лаваш - 100 граммов Морковь тушеная - 30 граммов Лук красный - 20 граммов Мясо отварное (свинина) - 40 граммов Перец маринованный - 10 граммов Сметана 10% - 10 граммов Томатная паста - 5 граммов

Процент потерь по массе: 83.5 %

Инструкция по приготовлению

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