



Бутерброд с баклажаном и тунцом



На 135 г	Калории 160	Белки 26.7	Жиры 27.6	Углеводы 16.5
На 100 г	Калории 118.4	Белки 19.8	Жиры 20.5	Углеводы 12.2

Ингредиенты

Баклажаны в томатной заливке - 30 граммов
Батон горчичный - 25 граммов
Яйцо жареное без масла - 50 граммов
Тунец в собственном соку - 30 граммов

Процент потерь по массе: 86.5 %

Инструкция по приготовлению

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