



Голубцы с куриным фаршем



На 2498 г	Калории 2130	Белки 178.8	Жиры 94.1	Углеводы 139.5
На 100 г	Калории 85.3	Белки 7.2	Жиры 3.8	Углеводы 5.6

Ингредиенты

Масло оливковое - 22 грамма
Лук репчатый - 260 граммов
Морковь - 132 грамма
Вареный бурый рис - 248 граммов
томатная паста - 70 граммов
фарш куриный - 896 граммов
Капуста белокочанная - 870 граммов

Процент потерь по массе: -149.8 %

Инструкция по приготовлению

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