



## Гречка с грибами и маслом



<b>На 696.87 г</b>	Калории 761	Белки 28.6	Жиры 28.1	Углеводы 98.4
<b>На 100 г</b>	Калории 109.2	Белки 4.1	Жиры 4.0	Углеводы 14.1

### Ингредиенты

Крупа гречневая - 144 грамма  
Грибы шампиньоны сырые - 230 граммов  
Масло сливочное - 27 граммов  
Вода - 400 граммов

Процент потерь по массе: 30.313 %

### Инструкция по приготовлению

© 2013-2024 Береги фигуру  
Все права защищены  
Распечатано с сайта [beregifiguru.ru](http://beregifiguru.ru)