

# Гречка с курицей в мультиварке

| | Калории | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|
| **На 2009 г** | 1343 | 220.7 | 19.9 | 70.1 |
| **На 100 г** | 66.8 | 11.0 | 1.0 | 3.5 |

## Ингредиенты

Гречка - 300 граммов
Филе куриное - 950 граммов
Вода - 500 граммов
Соевый соус - 30 граммов
Томатная паста - 50 граммов

Процент потерь по массе: -100.9 %

## Инструкция по приготовлению

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