



ЗАВТРАК С ЯЙЦОМ И МОЛОКОМ

★★★★★

На 295 г	Калории 243	Белки 15.1	Жиры 15.5	Углеводы 11.5
На 100 г	Калории 82.4	Белки 5.1	Жиры 5.3	Углеводы 3.9

Ингредиенты

Яйцо вареное - 55 граммов
Колбаса докторская - 10 граммов
Молоко - 230 граммов

Процент потерь по массе: 70.5 %

Инструкция по приготовлению

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