

Запеканка со сметаной

	Калории	Белки	Жиры	Углеводы
На 639.1 г	938	105.7	33.0	52.6
На 100 г	146.7	16.5	5.2	8.2

Ингредиенты

Творог 0,5 - 350 граммов
Творог мягкий Данон 0% - 150 граммов
Сметана 15% - 100 граммов
Овсяная мука - 50 граммов
Яйцо - 120 граммов

Процент потерь по массе: 36.09 %

Инструкция по приготовлению

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