

Кальмары тушеные в йогурте

	Калории	Белки	Жиры	Углеводы
На 0 г	0	0.0	0.0	0.0
На 100 г	59.6	11.7	0.5	2.2

Ингредиенты

Кальмар - 500 граммов
Йогурт, 1,5% - 140 граммов
Лук репчатый - 100 граммов

Процент потерь по массе: 0 %

Инструкция по приготовлению

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