



Картофель запяченный с овощами и фаршем под сыром



На 2902 г	Калории 4086	Белки 152.5	Жиры 273.3	Углеводы 254.2
На 100 г	Калории 140.8	Белки 5.3	Жиры 9.4	Углеводы 8.8

Ингредиенты

Картофель - 1293 грамма
масло растительное - 5 граммов
Кабачки - 935 граммов
Фарш домашний - 400 граммов
Фарш говяжий - 400 граммов
Сыр "лёгкий" 35% - 86 граммов
Сметана 10% - 110 граммов
Помидоры грунтовые - 200 граммов
Лук репчатый - 42 грамма

Процент потерь по массе: -190.2 %

Инструкция по приготовлению

© 2013-2025 Береги фигуру
Все права защищены
Распечатано с сайта beregifiguru.ru