Каша 4 злака

	Калории	Белки	Жиры	Углеводы
На 400 г	132	4.6	1.3	25.6
На 100 г	33.1	1.2	0.3	6.4

Ингредиенты

Вода - 400 граммов
Хлопья 4 злака - 42 грамма
Соль поваренная пищевая - 0.5 граммов

Процент потерь по массе: 60 %

Инструкция по приготовлению

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