



Каша овсяная на молоке



На 179 г	Калории 202	Белки 9.2	Жиры 6.2	Углеводы 27.6
На 100 г	Калории 113.0	Белки 5.1	Жиры 3.4	Углеводы 15.4

Ингредиенты

Овсяные хлопья - 40 граммов
Молоко 2.5% - 150 граммов
Вода - 150 граммов

Процент потерь по массе: 82.1 %

Инструкция по приготовлению

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