

Каша ячневая на молоке с сахаром и маслом

	Калории	Белки	Жиры	Углеводы
На 800 г	962	25.7	30.1	145.7
На 100 г	120.2	3.2	3.8	18.2

Ингредиенты

Крупа ячневая - 150 граммов
Молоко 3,2 % - 350 граммов
Сахар чайная ложка - 30 граммов
вода - 500 граммов
Масло растительно-сливочное - 23 грамма

Процент потерь по массе: 20 %

Инструкция по приготовлению

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