



## Котлета говяжья



На 1050 г

Калории  
2001

Белки  
184.2

Жиры  
98.6

Углеводы  
92.1

На 100 г

Калории  
190.6

Белки  
17.5

Жиры  
9.4

Углеводы  
8.8

### Ингредиенты

Говядина - 900 граммов  
Лук репка - 130 граммов  
Молоко - 100 граммов  
Батон Подмосковский - 150 граммов  
Яйцо - 120 граммов

Процент потерь по массе: -5 %

### Описание

Готовый фарш обжаривам на сковороде гриль

### Инструкция по приготовлению

© 2013-2024 Береги фигуру  
Все права защищены  
Распечатано с сайта [beregifigu.ru](http://beregifigu.ru)