



Курица тушеная в сметане

★★★★★

На 1145.5 г	Калории 3006	Белки 198.0	Жиры 239.8	Углеводы 14.0
На 100 г	Калории 262.4	Белки 17.3	Жиры 20.9	Углеводы 1.2

Ингредиенты

Курицв - 1200 граммов
Сметана (20%) - 100 граммов
Горчица - 30 граммов
масло подсолнечное - 50 граммов
Лук репчатый - 70 граммов

Процент потерь по массе: -14.55 %

Инструкция по приготовлению

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