



Лаваш из цельнозерновой муки



На 282 г	Калории 433	Белки 16.4	Жиры 3.0	Углеводы 85.2
На 100 г	Калории 153.6	Белки 5.8	Жиры 1.1	Углеводы 30.2

Ингредиенты

Мука пшеничная обойная (цельнозерновая) - 150 граммов
Вода - 150 граммов
Соль поваренная пищевая - 2 грамма

Процент потерь по массе: 71.8 %

Инструкция по приготовлению

© 2013-2025 Береги фигуру
Все права защищены
Распечатано с сайта beregifiguru.ru