



Легкий салат



На 1230 г	Калории 503	Белки 13.3	Жиры 31.1	Углеводы 41.2
На 100 г	Калории 40.9	Белки 1.1	Жиры 2.5	Углеводы 3.3

Ингредиенты

Китайская капуста - 100 граммов
Редис - 150 граммов
Помидоры - 300 граммов
Перец болгарский - 250 граммов
Огурец - 2 штуки
Сельдерей - 200 граммов
Оливковое масло - 6 чайных ложек

Процент потерь по массе: -23 %

Инструкция по приготовлению

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