



Луковый суп



На 1561 г	Калории 517	Белки 24.3	Жиры 10.8	Углеводы 85.0
На 100 г	Калории 33.1	Белки 1.6	Жиры 0.7	Углеводы 5.4

Ингредиенты

Лук порей - 107 граммов
Лук репчатый - 253 грамма
Сладкий картофель (батат) - 250 граммов
Молоко сухое обезжиренное с массовой долей жира не более 1,5% сорт стандарт СТБ - 37 граммов
Вода - 287 граммов
Вода - 800 граммов
Масло кукурузное - 10 граммов

Процент потерь по массе: -56.1 %

Инструкция по приготовлению

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