



# Макароны по флотски



|          |                  |               |             |                  |
|----------|------------------|---------------|-------------|------------------|
| На 0 г   | Калории<br>0     | Белки<br>0.0  | Жиры<br>0.0 | Углеводы<br>0.0  |
| На 100 г | Калории<br>189.1 | Белки<br>14.6 | Жиры<br>4.5 | Углеводы<br>22.6 |

## Ингредиенты

Макароны (из твёрдых сортов пшеницы) - 200 граммов  
Фарш - 400 граммов  
лук - 100 граммов

Процент потерь по массе: 0 %

## Инструкция по приготовлению

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