



Минтай в яично-сырной заливке



На 410 г	Калории 811	Белки 78.9	Жиры 54.5	Углеводы 1.2
На 100 г	Калории 197.9	Белки 19.3	Жиры 13.3	Углеводы 0.3

Ингредиенты

Минтай - 327 граммов
Яйцо - 150 граммов
Сыр российский - 63 грамма
Масло подсолнечное - 18 граммов

Процент потерь по массе: 59 %

Инструкция по приготовлению

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