

Овощное рагу

	Калории	Белки	Жиры	Углеводы
На 500 г	209	10.9	4.4	31.7
На 100 г	41.8	2.2	0.9	6.3

Ингредиенты

Капуста брокколи - 100 граммов
Морковь тушеная - 100 граммов
Капуста цветная - 100 граммов
Лук тушеный - 100 граммов
Баклажан - 100 граммов
Кабачок - 100 граммов

Процент потерь по массе: 50 %

Инструкция по приготовлению

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