



Омлет



На 178 г	Калории 460	Белки 23.1	Жиры 39.6	Углеводы 3.0
На 100 г	Калории 258.5	Белки 13.0	Жиры 22.2	Углеводы 1.7

Ингредиенты

Масло топленое - 10 граммов
Яйцо - 3 штуки
Сливки 20 - 50 граммов

Процент потерь по массе: 82.2 %

Инструкция по приготовлению

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