



## Омлет Тё на сковороде



<b>На 219.31 г</b>	Калории 262	Белки 18.3	Жиры 18.4	Углеводы 5.7
<b>На 100 г</b>	Калории 119.5	Белки 8.4	Жиры 8.4	Углеводы 2.6

### Ингредиенты

яйца - 136 граммов  
Масло растительное - 5 граммов  
Молоко - 100 граммов

Процент потерь по массе: 78.069 %

### Инструкция по приготовлению

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