

Омлет запеченный в духовке

	Калории	Белки	Жиры	Углеводы
На 568.75 г	760	46.9	56.5	14.2
На 100 г	133.7	8.2	9.9	2.5

Ингредиенты

Яйцо куриное сырое - 300 граммов
молоко 3.2 - 300 граммов
Соль поваренная пищевая - 10 граммов
Масло сливочное - 15 граммов

Процент потерь по массе: 43.125 %

Инструкция по приготовлению

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