

Омлет с колбасой

	Калории	Белки	Жиры	Углеводы
На 448 г	772	53.1	57.2	11.2
На 100 г	172.4	11.9	12.8	2.5

Ингредиенты

Молоко 3,2% - 200 граммов
Яйцо - 250 граммов
Колбаса докторская - 150 граммов
Масло сливочное "Алтайское" 72% - 5 граммов

Процент потерь по массе: 55.2 %

Инструкция по приготовлению

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