



Панкейки



На 0 г	Калории 0	Белки 0.0	Жиры 0.0	Углеводы 0.0
На 100 г	Калории 143.7	Белки 12.2	Жиры 7.4	Углеводы 6.7

Ингредиенты

Льняная мука - 100 граммов
Кефир - 200 граммов
Яйцо - 2 штуки
Сахарный песок - 10 граммов

Процент потерь по массе: 0 %

Инструкция по приготовлению

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