

Салат

	Калории	Белки	Жиры	Углеводы
На 496 г	231	10.3	15.4	12.4
На 100 г	46.5	2.1	3.1	2.5

Ингредиенты

Огурцы грунтовые - 181 грамм
Шпинат - 218 граммов
Сметана 15% - 97 граммов

Процент потерь по массе: 50.4 %

Инструкция по приготовлению

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