

Салат "Овощи с йогуртом"

	Калории	Белки	Жиры	Углеводы
На 500 г	130	2.2	0.1	24.9
На 100 г	25.9	0.4	0.0	5.0

Ингредиенты

Йогурт 0,1 - 70 граммов
лук зеленый - 30 граммов
огурец - 200 граммов
Помидор - 200 граммов

Процент потерь по массе: 50 %

Описание

Порезать, смешать, добавить соль и йогурт.

Инструкция по приготовлению

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