



Салат из капусты (столовая)



На 115 г	Калории 73	Белки 1.7	Жиры 5.1	Углеводы 34.3
На 100 г	Калории 63.6	Белки 1.5	Жиры 4.4	Углеводы 29.9

Ингредиенты

Капуста - 60 граммов
Помидор свежий - 20 граммов
Огурцы грунтовые - 20 граммов
Укроп - 10 граммов
Масло растительное - 5 граммов

Процент потерь по массе: 88.5 %

Описание

Обычный салат, который готовят в столовых при предприятиях и недорогих кафешках. Один из немногих, которые не так страшно купить, когда больше негде поесть.

Инструкция по приготовлению

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