



Салат из овощей с курицей



На 0 г	Калории 0	Белки 0.0	Жиры 0.0	Углеводы 0.0
На 100 г	Калории 73.3	Белки 8.3	Жиры 3.0	Углеводы 3.1

Ингредиенты

Йогурт термостатный "Данон" 1,5% - 125 граммов
Свежий огурец - 100 граммов
Помидоры черри - 50 граммов
Перец болгарский - 100 граммов
Укроп - 10 граммов
Петрушка - 10 граммов
Лук зеленый (перо) - 20 граммов
Куриная грудка запеченая - 200 граммов
Брынза сербская - 60 граммов

Процент потерь по массе: 0 %

Инструкция по приготовлению

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