

Салат с пекинской капустой

	Калории	Белки	Жиры	Углеводы
На 345 г	592	28.3	43.5	19.6
На 100 г	171.6	8.2	12.6	5.7

Ингредиенты

Капуста пекинская - 100 граммов
Кукуруза - 70 граммов
Сыр Фета - 60 граммов
Сельдерей (стебли) - 60 граммов
Оливковое масло - 3 чайные ложки
Яйцо куриное (вареное вкрутую) - 110 граммов

Процент потерь по массе: 65.5 %

Инструкция по приготовлению

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