



Салат с тунцом



На 1520 г	Калории 965	Белки 121.2	Жиры 33.8	Углеводы 44.7
На 100 г	Калории 63.5	Белки 8.0	Жиры 2.2	Углеводы 2.9

Ингредиенты

Лук-порей - 130 граммов
помидор - 410 граммов
огурец - 285 граммов
салат - 85 граммов
тунец - 370 граммов
Яйцо вареное - 240 граммов

Процент потерь по массе: -52 %

Инструкция по приготовлению

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