



## Сладкий омлет



<b>На 0 г</b>	Калории 0	Белки 0.0	Жиры 0.0	Углеводы 0.0
<b>На 100 г</b>	Калории 113.3	Белки 9.5	Жиры 4.0	Углеводы 9.9

### Ингредиенты

Крупа манная - 20 граммов  
Яйцо сырое - 52 грамма  
Яйцо - белок - 32 грамма  
Молоко (3,2) - 100 граммов

Процент потерь по массе: 0 %

### Инструкция по приготовлению

© 2013-2024 Береги фигуру  
Все права защищены  
Распечатано с сайта [beregifiguru.ru](http://beregifiguru.ru)