



Суп гречневый



На 1709 г	Калории 850	Белки 82.1	Жиры 24.9	Углеводы 74.6
На 100 г	Калории 49.8	Белки 4.8	Жиры 1.5	Углеводы 4.4

Ингредиенты

Куриная грудка - 357 граммов
Картофель - 219 граммов
Гречневая крупа ядрица - 50 граммов
Лук репчатый - 32 грамма
Чеснок - 9 граммов
Морковь - 80 граммов
Вода - 1000 граммов

Процент потерь по массе: -70.9 %

Инструкция по приготовлению

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