



Сырники



На 601 г	Калории 1513	Белки 85.2	Жиры 78.9	Углеводы 115.4
----------	-----------------	---------------	--------------	-------------------

На 100 г	Калории 251.7	Белки 14.2	Жиры 13.1	Углеводы 19.2
----------	------------------	---------------	--------------	------------------

Ингредиенты

- Творог 9% - 400 граммов
- Сахар - 50 граммов
- яйца - 105 граммов
- Мука - 75 граммов
- Масло растительное - 30 граммов

Процент потерь по массе: 39.9 %

Описание

Из этого количества получается 10-12 сырников.

Инструкция по приготовлению

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