

Творожная запеканка

	Калории	Белки	Жиры	Углеводы
На 299.63 г	567	51.1	16.3	54.2
На 100 г	189.4	17.0	5.4	18.1

Ингредиенты

Творог 2 % - 215 граммов
Сметана 15 - 35 граммов
Яйцо - 54 грамма
Мука пшеничная - 42 грамма
Сахар - 15 граммов

Процент потерь по массе: 70.037 %

Описание

Все составляющие рецепта перемешать, поместить в чуть смазанную форму и запекать 20 минут.

Инструкция по приготовлению

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