



Творожная запеканка с бананом



На 539 г	Калории 738	Белки 69.7	Жиры 21.8	Углеводы 66.7
На 100 г	Калории 136.9	Белки 12.9	Жиры 4.0	Углеводы 12.4

Ингредиенты

Творог 2% - 290 граммов
Сливки 10 - 40 граммов
Яйцо - 90 граммов
Банан - 115 граммов
Рис - 40 граммов
Манная крупа - 1 грамм
Масло подсолнечное - 1 грамм

Процент потерь по массе: 46.1 %

Инструкция по приготовлению

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