

запеканка на твороге 0% и на сахарозаменителе

	Калории	Белки	Жиры	Углеводы
На 1397 г	1970	296.8	19.5	149.4
На 100 г	141.0	21.2	1.4	10.7

Ингредиенты

Творог 0% - 1500 граммов
Манка (крупа) - 80 граммов
Мука пшеничная - 80 граммов
Простокваша 2,5% жирности - 300 граммов

Процент потерь по массе: -39.7 %

Описание

температура 180 30-50 мин

Инструкция по приготовлению

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