



картофельная запеканка с курицей



На 1733 г	Калории 1599	Белки 163.6	Жиры 55.2	Углеводы 111.9
На 100 г	Калории 92.2	Белки 9.4	Жиры 3.2	Углеводы 6.5

Ингредиенты

Лук репчатый - 75 граммов
Морковь - 97 граммов
Курица грудка - 660 граммов
Яйцо - 2 штуки
Молоко - 163 грамма
Сыр Пошехонский - 36 граммов
Картофель (сырой) - 588 граммов

Процент потерь по массе: -73.3 %

Инструкция по приготовлению

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