



каша гороховая



На 965 г	Калории 1079	Белки 72.4	Жиры 7.2	Углеводы 181.2
На 100 г	Калории 111.8	Белки 7.5	Жиры 0.7	Углеводы 18.8

Ингредиенты

Горох, зерно - 350 граммов
Морковь сырая - 40 граммов
Лук репка - 100 граммов
Петрушка зелень - 10 граммов
Вода - 500 граммов
Соль поваренная пищевая - 5 граммов

Процент потерь по массе: 3.5 %

Инструкция по приготовлению

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