



котлеты куриные



На 2441 г	Калории 2147	Белки 210.7	Жиры 99.4	Углеводы 102.5
На 100 г	Калории 88.0	Белки 8.6	Жиры 4.1	Углеводы 4.2

Ингредиенты

филе куриное - 1200 граммов
хлеб - 150 граммов
Яйцо - 65 граммов
картофель - 150 граммов
лук - 150 граммов
Кефир - 200 граммов
майонез - 50 граммов
чеснок - 10 граммов
Петрушка - 20 граммов
Сметана 15 - 100 граммов
Вода - 100 граммов

Процент потерь по массе: -144.1 %

Инструкция по приготовлению

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