минтай тушеный с луком

	Калории	Белки	Жиры	Углеводы
На 481 г	807	73.2	53.1	9.0
На 100 г	167.7	15.2	11.0	1.9

Ингредиенты

Минтай - 500 граммов
Масло растительное - 50 граммов
Лук репчатый - 100 граммов

Процент потерь по массе: 51.9 %

Инструкция по приготовлению

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