



мокрый манник с какао



На 715 г	Калории 1644	Белки 41.7	Жиры 24.6	Углеводы 315.1
На 100 г	Калории 230.0	Белки 5.8	Жиры 3.4	Углеводы 44.1

Ингредиенты

Манная крупа - 190 граммов
Сахар-песок - 160 граммов
Куриные яйца - 50 граммов
Кефир 2,5% Простоквашино - 250 граммов
Какао-порошок - 5 граммов
Молоко 3.5% - 150 граммов
Масло подсолнечное - 5 граммов

Процент потерь по массе: 28.5 %

Инструкция по приготовлению

© 2013-2025 Береги фигуру
Все права защищены
Распечатано с сайта beregifiguru.ru