



молочный гречневый суп



	Калории	Белки	Жиры	Углеводы
На 0 г	0	0.0	0.0	0.0
На 100 г	106.2	3.6	4.6	12.6

Ингредиенты

Молоко - 1000 граммов
Гречка - 100 граммов
Сахарный песок - 30 граммов
Масло сливочное - 25 граммов

Процент потерь по массе: 0 %

Описание

выливаем в чашу молоко + промытую гречку, по кругу чашу мажем масличком, остаток кладем в сам супчик, выставляем режим *детское меню*, сами уходим пить льняное масло на тощак))) через 35 минут завтракаем.

Инструкция по приготовлению

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