



# перец фаршированный рисом и грибами



<b>На 0 г</b>	Калории 0	Белки 0.0	Жиры 0.0	Углеводы 0.0
<b>На 100 г</b>	Калории 83.7	Белки 2.8	Жиры 2.2	Углеводы 13.0

## Ингредиенты

Рис - 60 граммов  
Перец красный сладкий - 135 граммов  
Шампиньоны - 150 граммов  
Масло оливковое - 10 граммов  
Лук репчатый - 75 граммов  
Морковь - 75 граммов  
Томатная паста - 20 граммов

Процент потерь по массе: 0 %

## Инструкция по приготовлению

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