



перловка



На 570 г	Калории 396	Белки 11.2	Жиры 1.3	Углеводы 88.4
На 100 г	Калории 69.5	Белки 2.0	Жиры 0.2	Углеводы 15.5

Ингредиенты

Перловая крупа - 120 граммов

Процент потерь по массе: 43 %

Инструкция по приготовлению

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