



перловка с курицей и мексиканской смесью



На 1624.29 г	Калории 1610	Белки 80.3	Жиры 46.1	Углеводы 218.4
На 100 г	Калории 99.1	Белки 4.9	Жиры 2.8	Углеводы 13.4

Ингредиенты

Масло подсолнечное - 17 граммов
морковь - 67 граммов
Лук репчатый - 83 грамма
мексиканская смесь - 361 грамм
крупа - 250 граммов
Крылья куриные - 262 грамма
Вода - 817 граммов
соль - 10 граммов

Процент потерь по массе: -62.429 %

Инструкция по приготовлению

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