



салат с курицей, кукурузой, сухариками



На 855 г	Калории 774	Белки 84.3	Жиры 16.9	Углеводы 68.6
На 100 г	Калории 90.5	Белки 9.9	Жиры 2.0	Углеводы 8.0

Ингредиенты

филе куриное жаренное - 300 граммов
Кукуруза - 150 граммов
Помидор свежий - 300 граммов
АКТИВИА БОИ+ПРОТЕИНОВАЯ густой йогурт натуральная - 50 граммов
Чеснок - 5 граммов
Кириешки Холодец и хрен - 50 граммов

Процент потерь по массе: 14.5 %

Инструкция по приготовлению

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