

салат со свеклой

	Калории	Белки	Жиры	Углеводы
На 1116 г	1226	77.2	71.1	69.7
На 100 г	109.9	6.9	6.4	6.2

Ингредиенты

Свекла вареная - 253 грамма
Яйца вареные - 160 граммов
Яблоко зеленое - 121 грамм
филе грудки отварное - 121 грамм
Сыр Пармезан - 44 грамма
Грецкий орех - 39 граммов
Ананас консервированный - 78 граммов
Активиа натуральная 3,5% - 200 граммов
Огурец соленый - 100 граммов

Процент потерь по массе: -11.6 %

Инструкция по приготовлению

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