



сендвич с курицей обед буфет

★★★★★

На 120 г	Калории 233	Белки 10.4	Жиры 9.8	Углеводы 25.0
На 100 г	Калории 194.0	Белки 8.7	Жиры 8.2	Углеводы 20.9

Ингредиенты

Хлеб для сендвичей - 50 граммов
Помидор свежий - 20 граммов
Салат листья - 10 граммов
Майонез - 10 граммов
Куриная грудка - 30 граммов

Процент потерь по массе: 88 %

Инструкция по приготовлению

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