



стейк индейки жареный на гриле

★★★★★

На 732 г	Калории 1023	Белки 141.8	Жиры 52.3	Углеводы 3.2
----------	-----------------	----------------	--------------	-----------------

На 100 г	Калории 139.7	Белки 19.4	Жиры 7.1	Углеводы 0.4
----------	------------------	---------------	-------------	-----------------

Ингредиенты

стейк из грудки индейки - 700 граммов
Масло растительное - 10 граммов
Соевый соус "Classic" Стебель бамбука - 20 граммов
Gallina Blanca 15 трав и специй - 2 грамма

Процент потерь по массе: 26.8 %

Инструкция по приготовлению

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