

# MIX GRILL

🍴 Număr porții: 1

## Ingrediente

- Cotlet de porc crud - 100 Grame
- Ceafa de porc cruda - 150 Grame
- Mici - 150 Grame
- Carnați de casa - 150 Grame
- Ardei rosu gras - 100 Grame
- Cartofi albi - 50 Grame
- Ceapa - 50 Grame
- Ciuperci conserva - 50 Grame
- Rosii - 50 Grame
- Ulei floarea soarelui - 20 Mililitri
- Sare de masa - 2 Grame
- Piper negru - 1 Gram

## Instrucțiuni

MIX GRILL

400 grame (ceafa de porc, pasta mici, carnat, cotlet de porc, ardei rosu, cartofi, ceapa galbena, ciuperci, rosii, ulei, sare, piper)

ALERGENI:

ADITIVI:

### Macronutrienți Rețetă

<b>Calorii</b>	7450 kJ / 1780.70 kCal
<b>Grăsimi</b>	142.22 g
din care	
<b>Saturate</b>	4.58 g
<b>Ne-Saturate</b>	17.31 g
<b>Colesterol</b>	64 mg
<b>Carbohidrați</b>	24.04 g
din care	
<b>Zaharuri</b>	3.97 g
<b>Fibre</b>	2.91 g
<b>Proteine</b>	97.40 g
<b>Sare</b>	2059.94 mg

### Macronutrienți pentru 1 Porție

<b>Calorii</b>	7450 kJ / 1780.7 kCal
<b>Grăsimi</b>	142.22 g
din care	
<b>Saturate</b>	4.58 g
<b>Ne-Saturate</b>	17.31 g
<b>Colesterol</b>	64 mg
<b>Carbohidrați</b>	24.04 g
din care	
<b>Zaharuri</b>	3.97 g
<b>Fibre</b>	2.91 g
<b>Proteine</b>	97.4 g
<b>Sare</b>	2059.94 mg