

Варіть каші правильно

ВАРІТЬ КАШІ ПРАВИЛЬНО!

132 ккал		Гречка 1 СКЛ. КРУПИ 2 СКЛ. ВОДИ ВАРИТИ 15-20 ХВ
85 ккал		Зелена гречка 1 СКЛ. КРУПИ 2,5 СКЛ. ВОДИ ВАРИТИ 30 ХВ
153 ккал		Пшенична 1 СКЛ. КРУПИ 3 СКЛ. ВОДИ ВАРИТИ 45 ХВ
82 ккал		Рис 1 СКЛ. КРУПИ 1,5 СКЛ. ВОДИ ВАРИТИ 15-20 ХВ
103 ккал		Пшоно 1 СКЛ. КРУПИ 3 СКЛ. ВОДИ ВАРИТИ 45 ХВ
88 ккал		Перловка 1 СКЛ. КРУПИ 2 СКЛ. ВОДИ ЗАМОЧИТИ 1 ГОД ВАРИТИ 40 ХВ
76 ккал		Ячка 1 СКЛ. КРУПИ 3 СКЛ. ВОДИ ВАРИТИ 45 ХВ
88 ккал		Вівсянка 1 СКЛ. КРУПИ 1 ВОДИ ВАРИТИ 5-15 ХВ

ОТОЖ