Спелый ананас----кусочки спелого ананаса

Пищевая ценность на 320 г

Белки 3 г

Жиры 2 г

Углеводы 85 г

Энерг. ценн. 366 ккал

----------------------------------------------------------------------

Ripe pineapple---- ripe pineapple slices

Nutritional value per 320 g

Protein 3 g

Fats 2 g

Carbohydrates 85 g

Energy value. 366 kcal

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Тирамису----сыр маскарпоне, бисквитное печенье савоярди

Пищевая ценность на 150 г

Белки 8 г

Жиры 30 г

Углеводы 36 г

Энерг. ценн. 441 ккал

----------------------------------------------------------------------

Tiramisu---- mascarpone cheese, savoyardi sponge cookies

Nutritional value per 150 g

Protein 8 g

Fats 30 g

Carbohydrates 36 g

Energy value. 441 kcal