

## Салат с грудкой и фасолью



На 100 грамм:  
Калорийность: **115.74 ккал.**  
Белки: **13.1 г.**  
Жиры: **3.17 г.**  
Углеводы: **8.61 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/salat-s-grudkoj-i-fasolyu/>

### Ингредиенты:

- 1 вареная грудка курицы или индейки
- 3 вареных яйца
- 1 банка консервированной красной фасоли
- 1-2 кисло-сладких яблока
- сметана

### Приготовление:

Фасоль откинуть на дуршлаг и хорошо промыть. Курицу и яйца нарезать кубиками. Яблоки очистить и натереть. Всё смешать и заправить сметаной.