

Лапша+картофель+ (ленивые вареники) .

овощи

Порция, г сухая / готовая	Белки/жиры/углеводы, г	Энергия в 1 порции г, ккал	RDI, %
30/ 135	2,7 / 0,2 / 22	102	3
40 / 180	3,7 / 0,3 / 29	136	4
60 / 270	5,6 / 0,5 / 44	204	6
80 / 360	7,4 / 0,6 / 58	272	8
100 / 450	9,3 / 0,8 / 73	340	10

№ 3032_1* – ... – 3032_5***** Второе без без мяса .Лапша, овощи
и картофель.