Лапша + Шампиньоны 20% (ленивые вареники).

Порция, г сухая / готовая	Белки/жиры/углеводы, г	Энергия в 1 порции г, ккал	RDI, %
30/ 135	6,2 / 2,6 / 17	**91**	**8**
40 / 180	8,2 / 3,5 / 23	121	**10,4**
60 / 270	12 / 5 / 34	**182**	**15,6**
80 / 360 100 / 450	16,5 / 7 / 46 21 / 9 / 57	243 304	21 26

№ 3036_3* – … – 3036_3***** Второе без мяса. Лапша, грибы Шампиньоны (20%) , картофель, специи. Для приготовления блюда варить 2 мин на медленном огне.