

# Харчо суп + бобы.

Вес порции, г		Белки / Жиры / Углеводы, г	Энергия 1 порции, ккал	%RDI в 1 порции
сухой	готовой			
<b>20</b>	<b>220</b>	<b>2,6 / 3 / 10</b>	<b>77</b>	<b>6</b>
<b>30</b>	<b>330</b>	<b>4 / 4,4 / 15</b>	<b>116</b>	<b>9</b>
<b>40</b>	<b>440</b>	<b>5 / 6 / 20,5</b>	<b>155</b>	<b>12</b>
<b>50</b>	<b>550</b>	<b>6,4 / 7 / 26</b>	<b>194</b>	<b>16</b>

№ 003\* – ... – 0033\*\*\*\* Харчо суп: рис, морковь, лук, зелень, приправа и бобы: **соя**, фасоль Маш, чечевица и горох с арахисом.