

Суп

Суп «Борщ из свежей капусты».

Белки: 5,60

Жиры: 6,70.

Углеводы: 14,80

Энергетическая ценность:
138

Борщ из свежей капусты:

**очищает организм от
токсинов, обеспечивает
высокую
работоспособность .**



Суп

Суп «Щи из свежей
капусты»

Белки: 7,90

Жиры: 5,60

Углеводы: 22,30

Энергетическая ценность:
217.

Щи:

**активизируют
пищеварение и
контролируют вязкость
крови, разжижая ее (что
важно для сосудов и
сердца).**



Суп

Суп «Гороховый с
зеленью»

Белки: 3,50

Жиры: 3,60

Углеводы: 19,80

Энергетическая ценность:
167 ккал.

Суп гороховый:
**содержит калий, магний,
фосфор, йод и железо;
+ источник витаминов В,
А, С, Е, РР.**



Суп

Суп «Вермишелевый с зеленью»

Белки: 3,40

Жиры: 6,70

Углеводы: 20,10

Энергетическая ценность:
137

Суп вермишелевый:

**повышает
физиологическое
состояние, богат
клетчаткой, которая
способствует
нормализации работы
желудочно-кишечного
тракта.**

