

## *Технологические карты*

*основное (организованное) безмолочное меню  
для детей с 1 до 7 лет  
на 2024/2025 учебный год*



## Технологическая карта № 2021/15/4.

Сборник ТК для питания детей

Наименование блюда (изделия): Каша ячневая безмолочная с маслом растит 200г

Состав	Дети			Сотрудники	Сотрудники 1	Сотрудники 2	Others
	5 д 10,5 ч Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	5 д 12 ч Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	6 д 12 ч Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	5 д 10,5 ч Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	5 д 10,5 ч Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	5 д 10,5 ч Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	5 д 10,5 ч Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто
Вода	180 180	180 180	180 180	180 180	180 180	180 180	180 180
Масло растительное	4 4	4 4	4 4	4 4	4 4	4 4	4 4
Сахар	4 4	4 4	4 4	4 4	4 4	4 4	4 4
Соль йодированная	0.8 0.8	0.8 0.8	0.8 0.8	0.8 0.8	0.8 0.8	0.8 0.8	0.8 0.8
Ячневая крупа	40 40	40 40	40 40	40 40	40 40	40 40	40 40
Выход блюда:	200	200	200	200	200	200	200

## Технология приготовления:

Перебранную и промытую крупу кладут в кипящую воду и варят 10-15 мин, затем добавляют соль, сахар, горячее молоко и варят до готовности, периодически помешивая. При отпуске кашу поливают растопленным, доведенным до кипения маслом сливочным. При изготовлении каши в пароконвектомате варку крупы проводят при температуре 130-140°C 40 мин (режим пар-конвекция). Температура подачи не ниже 65°C, срок годности не более 0,5 ч.

## Органолептические показатели:

Внешний вид – поверхность без засохших пленок. Цвет – светло-коричневый. Запах – свойственный ячневой каше с маслом сливочным, без постороннего. Вкус – характерный ячневой каше с маслом сливочным, без подгорелости.

## ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ БЛЮДА (ИЗДЕЛИЯ)

грамм на 100 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
1,88	1,99	14,87	90,36

Технологическая карта № 2021/3/7

Сборник ТК для питания детей

Наименование блюда (изделия): **Батон 40 гр**



Состав	Ясли		Дети				Others			
	5 д 10,5 ч		5 д 10,5 ч		5 д 12 ч	6 д 12 ч	5 д 10,5 ч	5 д 12 ч	5 д 24 ч	
	Норма закладки на 1 порцию, г		Норма закладки на 1 порцию, г		Норма закладки на 1 порцию, г					
	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто
Батон	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Выгод блюда	40		40		40		40		40	

Технология приготовления:

Батон нарезают ломтиками.

ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ БЛЮДА (ИЗДЕЛИЯ)  
грамм на 100 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
5,78	2,25	39,98	176,25

Утверждаю

Технологическая карта № 7.031/1

Сборник ТК для питания детей

Наименование блюда (изделия): Сок фруктовый 100г



Состав	Ясли				Дети			
	5 д 10,5 ч	5 д 12 ч	5 д 24 ч	6 д 12 ч	5 д 10,5 ч	5 д 12 ч	5 д 24 ч	
	Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто							
Сок	100 100	100 100	100 100	100 100	100 100	100 100	100 100	
Выход блюда	100	100	100	100	100	100	100	

Технология приготовления:

Сок разлить на порции.

ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ БЛЮДА (ИЗДЕЛИЯ)

грамм на 100 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
0,50	0,10	10,10	46,00

Технологическая карта № 7.27/1/1



Сборник ТК для питания детей

Наименование блюда (изделия): **Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растител. маслом 50гр.**

Состав	Ясли								Дети					
	5 д 10,5 ч		5 д 12 ч		5 д 24 ч		6 д 12 ч		5 д 10,5 ч		5 д 12 ч		5 д 24 ч	
	Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	
Картофель(с 01.01 по 28.02)	44.88 29.17	44.88 29.17	44.88 29.17	44.88 29.17	44.88 29.17	44.88 29.17	44.88 29.17	44.88 29.17	44.88 29.17	44.88 29.17	44.88 29.17	44.88 29.17	44.88 29.17	
Картофель(с 01.03 по 31.08)	48.62 29.17	48.62 29.17	48.62 29.17	48.62 29.17	48.62 29.17	48.62 29.17	48.62 29.17	48.62 29.17	48.62 29.17	48.62 29.17	48.62 29.17	48.62 29.17	48.62 29.17	
Картофель(с 01.09 по 31.10)	38.89 29.17	38.89 29.17	38.89 29.17	38.89 29.17	38.89 29.17	38.89 29.17	38.89 29.17	38.89 29.17	38.89 29.17	38.89 29.17	38.89 29.17	38.89 29.17	38.89 29.17	
Картофель(с 01.11 по 31.12)	41.67 29.17	41.67 29.17	41.67 29.17	41.67 29.17	41.67 29.17	41.67 29.17	41.67 29.17	41.67 29.17	41.67 29.17	41.67 29.17	41.67 29.17	41.67 29.17	41.67 29.17	
Кукуруза консервиров	23.62 14.17	23.62 14.17	23.62 14.17	23.62 14.17	23.62 14.17	23.62 14.17	23.62 14.17	23.62 14.17	23.62 14.17	23.62 14.17	23.62 14.17	23.62 14.17	23.62 14.17	
Лук	5.95  5	5.95  5	5.95  5	5.95  5	5.95  5	5.95  5	5.95  5	5.95  5	5.95  5	5.95  5	5.95  5	5.95  5	5.95  5	
Масло растительное	3.33 3.33	3.33 3.33	3.33 3.33	3.33 3.33	3.33 3.33	3.33 3.33	3.33 3.33	3.33 3.33	3.33 3.33	3.33 3.33	3.33 3.33	3.33 3.33	3.33 3.33	
Соль	0.42 0.42	0.42 0.42	0.42 0.42	0.42 0.42	0.42 0.42	0.42 0.42	0.42 0.42	0.42 0.42	0.42 0.42	0.42 0.42	0.42 0.42	0.42 0.42	0.42 0.42	
Выход блюда:	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	

**Технология приготовления:**

Картофель моют, очищают и варят до готовности, затем охлаждают, нарезают мелкими кубиками. Очищенный лук репчатый тщательно промывают проточной водой и выдерживают в 3% растворе уксусной кислоты или 10% растворе поваренной соли в течение 10 мин, ополаскивают проточной водой и просушивают, затем лук нарезают соломкой или мелким кубиком (острые сорта лука бланшируют). Консервированную кукурузу прогревают в собственном соку. Нарезанные овощи соединяют, добавляют прогретую в собственном соку кукурузу, соль, масло растительное и перемешивают. При отпуске салат можно посыпать мелконарезанной зеленью(1-2г). Внешний вид салат уложен горкой, нарезка сохранена, на поверхности блески масла растительного. Цвет картофеля светло желтый, кукурузы желтый, репчатого лука светло салатный. Консистенция картофеля и кукурузы мягкая, лука хрустящая. Запах свойственный для овощей с кукурузой и маслом растительным, без постороннего. Вкус характерный для овощей с кукурузой и маслом растительным.

**ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ БЛЮДА (ИЗДЕЛИЯ)**

грамм на 100 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
1,90	6,18	15,82	138,42

## Технологическая карта № 7.086

Сборник ТК для питания детей

Наименование блюда (изделия): Суп гороховый

Состав	Ясли				Дети									
	5 д 10,5 ч		5 д 12 ч		5 д 24 ч		6 д 12 ч		5 д 10,5 ч		5 д 12 ч		5 д 24 ч	
	Норма закладки на 1 порцию, г	Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г	Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г	Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г	Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г	Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г	Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г	Брутто Нетто
Вода	110	110	110	110	108.75	108.75	110	110	145	145	145	145	145	145
Горох	11	11	11	11	11.25	11.25	11	11	15	15	15	15	15	15
Картофель(с 01.01 по 28.02)	47.69	31	47.69	31	48.46	31.5	47.69	31	64.62	42	64.62	42	64.62	42
Картофель(с 01.03 по 31.08)	51.67	31	51.67	31	52.5	31.5	51.67	31	70	42	70	42	70	42
Картофель(с 01.09 по 31.10)	41.33	31	41.33	31	42	31.5	41.33	31	56	42	56	42	56	42
Картофель(с 01.11 по 31.12)	44.29	31	44.29	31	45	31.5	44.29	31	60	42	60	42	60	42
Лук	8	6.72	8	6.72	7.5	6.3	8	6.72	10	8.4	10	8.4	10	8.4
Масло растительное	1	1	1	1	0.75	0.75	1	1	1	1	1	1	1	1
Масло сливочное	2	2	2	2	2.25	2.25	2	2	3	3	3	3	3	3
Морковь(с 01.01 по 31.07)	8	6	8	6	8	6	8	6	10.67	8	10.67	8	10.67	8
Морковь(с 01.08 по 31.12)	7.5	6	7.5	6	7.5	6	7.5	6	10	8	10	8	10	8
Выход блюда:	150		150		150		150		200		200		200	

## Технология приготовления:

Горох перебирают, моют, выдерживают в холодной воде 3 - 4 часа. Подготовленный горох кладут в воду и доводят до кипения. Добавляют картофель, нарезанный кубиками, припущенные на масле морковь, пассерованный лук и варят до готовности. (Зеленый горошек закладывают в суп вместе с припущенными овощами). Температура подачи 65 град.С

## Органолептические показатели:

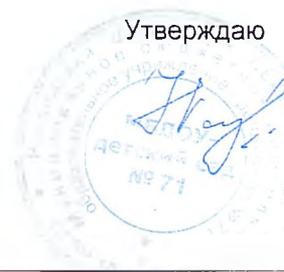
Картофель нарезан кубиками. Картофель частично может быть разварен. Часть гороха разварена. Бульон желтоватый, немного мутный. Блестки жира желтого цвета. Вкус и запах вареного гороха, пассерованных овощей.

Технологическая карта № 7.076

Утверждаю

Сборник ТК для питания детей

Наименование блюда (изделия): **Каша гречневая рассыпчатая**



Состав	Ясли				Дети									
	5 д 10,5 ч		5 д 12 ч		5 д 24 ч		6 д 12 ч		5 д 10,5 ч		5 д 12 ч		5 д 24 ч	
	Норма закладки на 1 порцию, г	Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г	Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г	Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г	Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г	Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г	Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г	Брутто Нетто
Вода	73.08	73.08	73.08	73.08	73.08	73.08	73.08	73.08	95	95	95	95	95	95
Греча	30	30	30	30	30	30	30	30	40	40	40	40	40	40
Масло сливочное	3	3	3	3	3	3	3	3	6	6	6	6	6	6
Выход блюда:	100		100		100		100		130		130		130	

**Технология приготовления:**

Крупу перебрать, промыть. В кипящую воду положить соль, всыпать подготовленную крупу и варить до загустения, периодически помешивая. Когда каша загустеет, довести до готовности при умеренном нагреве, под закрытой крышкой. Сливочное масло растопить в эмалированной посуде, прокипятить, добавить в готовую кашу и все тщательно перемешать. Содержание в сырьевом наборе на выход 100 гр каши составляет 105 гр, на выход 130 гр - 136 гр. Потери при тепловой обработке 4 %.

**Органолептические показатели:**

Зерна крупы хорошо набухшие, разварены. Консистенция зерен мягкая. Цвет светло-коричневый. Вкус и запах свойственные набору продуктов без признаков вкуса пригорелой каши.

**ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ БЛЮДА (ИЗДЕЛИЯ)**

грамм на 100 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
3,06	3,02	18,83	110,94

Технологическая карта № 7.003

Сборник ТК для питания детей

Наименование блюда (изделия): Хлеб ржаной 40 гр



Состав	Ясли				Дети		
	5 д 10,5 ч	5 д 12 ч	5 д 24 ч	6 д 12 ч	5 д 10,5 ч	5 д 12 ч	5 д 4 ч
	Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто						
Хлеб ржаной	40 40	40 40	40 40	40 40	40 40	40 40	40 40
Выход блюда:	40	40	40	40	40	40	40

Технология приготовления:

Хлеб ржаной нарезают ломтиками толщиной 1,0 - 1,5 см.

ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ БЛЮДА (ИЗДЕЛИЯ)

грамм на 100 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
6,60	1,20	41,80	181,00

Технологическая карта № 7.115/1

Сборник ТК для питания детей

Наименование блюда (изделия): **Компот из сухофруктов.**



Состав	Ясли				Дети					
	5 д 10,5 ч		5 д 12 ч		5 д 10,5 ч		5 д 12 ч		5 д 24 ч	
	Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто
Вода	162 162	162 162	162 162	162 162	216 216	216 216	216 216	216 216	216 216	216 216
Сахар	11 11	10.5 10.5	11 11	11 11	14 14	14 14	14 14	14 14	14 14	14 14
Сухофрукты	7.5 7.5	7.5 7.5	7.5 7.5	7.5 7.5	10 10	10 10	10 10	10 10	10 10	10 10
Выход блюда:	150	150	150	150	200	200	200	200	200	200

**Технология приготовления:**

Сушеные плоды перебирают, удаляют посторонние примеси, промывают в теплой воде, сменяя ее несколько раз. Подготовленные плоды заливают горячей водой, нагревают до кипения, всыпают сахар и варят при слабом кипении 10-20 минут. Готовый компот охлаждают до комнатной температуры под закрытой крышкой. Содержание в сырьевом наборе на выход 150 гр компота составляет 180 гр, на выход 200 гр - 240 гр.

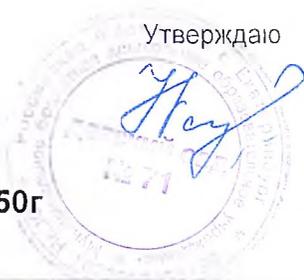
**Органолептические показатели:**

Отвар прозрачный, консистенция фруктов мягкая. Вкус и запах свойственные вареным сухофруктам.

**ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ БЛЮДА (ИЗДЕЛИЯ)**

грамм на 100 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
0,25	0.01	8,85	38,54



Сборник ТК для питания детей

Наименование блюда (изделия): **Макаронные изделия отварные 150г**

Состав	Дети	Сотрудники	Сотрудники 1	Сотрудники 2	Others		
	5 д 10,5 ч Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	5 д 10,5 ч Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	5 д 10,5 ч Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	5 д 10,5 ч Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	5 д 10,5 ч Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	5 д 12 ч Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	5 д 24 ч Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто
Макаронные изделия	51 51	51 51	51 51	51 51	51 51	51 51	51 51
Масло сливочное	3.75 3.75	3.75 3.75	3.75 3.75	3.75 3.75	3.75 3.75	3.75 3.75	3.75 3.75
Соль йодированная	0.98 0.98	0.98 0.98	0.98 0.98	0.98 0.98	0.98 0.98	0.98 0.98	0.98 0.98
Выход блюда:	150	150	150	150	150	150	150

**Технология приготовления:**

Макаронные изделия варят в большом количестве кипящей подсоленной воды (при соотношении 1:6) макароны 20-25 мин, вермишель – 10-12 мин. Отварные макаронные изделия откидывают на сито (дуршлаг), добавляют растопленное масло сливочное, перемешивают, выкладывают в функциональную емкость и прогревают 3-5 мин. Температура подачи не ниже 65°C, срок годности не более 2 ч.

**Органолептические показатели:**

Внешний вид – макаронные изделия не разварены, форма сохранена.

Цвет – светло-серый или светло-кремовый.

Консистенция – мягкая, не слипшаяся.

Запах – свойственный для отварных макаронных изделий с маслом сливочным, без постороннего.

Вкус – характерный для отварных макаронных изделий с маслом сливочным.

**ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ БЛЮДА (ИЗДЕЛИЯ)**

грамм на 100 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
3,34	2,14	23,19	133,28

Утверждаю

Технологическая карта № 7.1/8/1

Сборник ТК для питания детей

Наименование блюда (изделия): **Мясо говядины отварное 70 гр.**



Состав	Ясли				Дети									
	5 д 10,5 ч		5 д 12 ч		5 д 24 ч		6 д 12 ч		5 д 10,5 ч		5 д 12 ч		5 д 24 ч	
	Норма закладки на 1 порцию, г	Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г	Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г	Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г	Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г	Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г	Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г	Брутто Нетто
Морковь(с 01.01 по 31.07)	9.33	7	9.33	7	9.33	7	9.33	7	9.33	7	9.33	7	9.33	7
Морковь(с 01.08 по 31.12)	8.75	7	8.75	7	8.75	7	8.75	7	8.75	7	8.75	7	8.75	7
Мясо	116.67	112	116.67	112	116.67	112	116.67	112	116.67	112	116.67	112	116.67	112
Соль	0.7	0.7	0.7	0.7	0.7	0.7	0.7	0.7	0.7	0.7	0.7	0.7	0.7	0.7
Выход блюда:	70		70		70		70		70		70		70	

**Технология приготовления:**

Мясо говядины зачищают от сухожилий и пленок, кладут в воду (1,5 на 1 кг мяса), быстро доводят до кипения, уменьшают нагрев и варят при слабом кипении, за 20-30 мин. добавляют крупную нарезанную морковь, соль и варят до готовности. Отварное мясо нарезают поперек волокон по 2 куса на порцию, нарезанное мясо заливают бульоном, доводят до кипения.

**Органолептические показатели:**

Внешний вид-куски мяса, нарезанные поперек волокон. Цвет-серый или светло-коричневый. Консистенция-мягкая, сочная, не волокнистая. Запах-свойственный вареному мясу говядины, без постороннего. Вкус-характерный вареному мясу говядины.

**ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ БЛЮДА (ИЗДЕЛИЯ)**

грамм на 100 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
28,10	22,54	0,84	352,20

Технологическая карта № 7.050

Сборник ТК для питания детей

Наименование блюда (изделия): **Хлеб пшеничный 20 гр**



Состав	Ясли				Дети		
	5 д 10,5 ч	5 д 12 ч	5 д 24 ч	6 д 12 ч	5 д 10,5 ч	5 д 12 ч	5 д 4 ч
	Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто						
Хлеб пшеничный	20 20	20 20	20 20	20 20	20 20	20 20	20 20
Выход блюда:	20	20	20	20	20	20	20

Технология приготовления:

Хлеб пшеничный нарезают ломтиками.

**ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ БЛЮДА (ИЗДЕЛИЯ)**  
грамм на 100 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
7,60	0,90	50,10	231,00

Технологическая карта № 7.354

Сборник ТК для питания детей

Наименование блюда (изделия): **Чай с сахаром.**



Состав	Ясли				Дети			
	5 д 10,5 ч	5 д 12 ч	5 д 24 ч	6 д 12 ч	5 д 10,5 ч	5 д 12 ч	5 д 24 ч	
	Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	Норма закладки на 1 порцию, г Брутто Нетто	
Вода	150 150	150 150	150 150	150 150	200 200	200 200	200 200	
Сахар	9.75 9.75	9.75 9.75	9.75 9.75	9.75 9.75	13 13	13 13	13 13	
Чай	0.3 0.3	0.3 0.3	0.3 0.3	0.3 0.3	0.4 0.4	0.4 0.4	0.4 0.4	
Выход блюда:	150	150	150	150	200	200	200	

**Технология приготовления:**

В чайник насыпать чай и сахар на определенное количество порций. залить кипятком на тоже количество порций и настаивать 5 минут. Процедить, остудить до температуры 40 - 45 С, после чего разлить по стаканам. Не рекомендуется кипятить заваренный чай и длительно хранит на плите, т.к. его вкус и аромат ухудшаются.

**Органолептические показатели:**

Требования к качеству: Вкус и аромат чая характерен для сорта чая. Цвет - светло - коричневый.

**ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ БЛЮДА (ИЗДЕЛИЯ)**

грамм на 100 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
0,00	0.00	5,91	24,64