

Название продукт	Калорийность, ккал	Белки, г в 100 г	Жиры, г в 100 г	Углеводы, г в 100 г
Буритто, фасоль с сыром, замороженные	221	7,07	6,3	30,61
Буритто, фасоль с говядиной, приготовленная в микроволновке	298	8,73	11,94	32,05
Буритто, фасоль с говядиной, замороженные	239	7,26	9,61	26,64
Лазанья с мясом и соусом, замороженная	124	6,63	4,42	12,99
Лазанья с мясом и соусом, низкожирная, замороженная	101	6,81	2,23	12,2
Лазанья, овощная, замороженная, запеченная	139	6,87	6,04	12,28
Лазанья, сырная, замороженная, приготовленная	130	6,54	5,33	12,14
Обед, макароны с сыром с соусом (сухая смесь), упакованный в коробку, не подвергнутый тепловой обработке	379	13,86	4,82	66,92
Паста (макаронные изделия), с нарезанными сосисками в томатном соусе, консервированная	90	4,37	2,38	11,1
Рагу из говядины, консервированное	99	4,41	5,53	6,95
Спагетти, без мяса, консервированные	71	2,22	0,71	13,04
Спагетти, с мясным соусом, замороженные	90	5,05	1,01	13,44
Спагетти, с фрикадельками (мясными шариками), консервированные	100	4,37	4,11	8,75
Тесто для вареников	255,6	8,5	2,1	54,2
Тесто для оладий	194,1	6,8	2,3	39,1
Тесто для пельменей	234,1	7,9	1,4	50,6
Тесто дрожжевое (быстрое)	277,8	6,3	15,9	29,3
Тесто дрожжевое и тесто дрожжевое сдобное (для пирожков жареных, простых)	225,7	6,4	2,2	48,1
Тесто слоеное, пресное для мучных изделий	337,2	5,9	18,5	39,3
Фарш из зеленого лука с яйцом	89,1	3,1	7,1	3,5
Фарш из картофеля и свинины	260,3	9,7	18,5	14,7
Фарш из квашеной капусты	53,8	1,8	3,2	4,7
Фарш из рыбы и капусты	181,2	17,7	11,1	2,7
Фарш из рыбы и картофеля	176,3	18,4	8,8	6,2

Фарш из рыбы и яиц	206,2	20,9	12,9	1,7
Фарш из свежей капусты	97,8	3,8	7,2	4,8
Фарш картофельный с грибами или луком	148,6	9,2	6,7	13,8
Фарш ливерный	239,7	27	13,8	1,9
Фарш ливерный с кашей	380,5	22,9	13,3	45,3
Фарш морковный	91,3	2	4,8	10,7
Фарш морковный с рисом	188	3,4	7,2	29,1
Фарш морковный с яйцом	128,9	3,7	8,9	9,1
Фарш мясной с луком	391,7	35,5	26,9	2,1
Фарш мясной с рисом	387,8	26,7	21,1	24,3
Фарш мясной с рисом и яйцом	362,7	26,5	20,1	20,1
Фарш мясной с яйцом	371,7	31,6	26,5	1,9
Фарш рисовый с яйцом	352,9	8	8,5	65,1
Фарш рисовый с грибами	366,2	10,5	8	67,3
Фарш рыбный	286,2	35,4	15,1	2,2
Фарш рыбный с рисом	291,7	27,2	8,1	29,3
Фарш рыбный с рисом и визигой	241,4	29,8	8,7	11,6
Фарш творожный (для блинчиков)	184,9	16,5	8,4	11,4
Фарш творожный (для ватрушек, пирожков и вареников)	266,4	13,1	18,1	13,8
Фарш яблочный	149,1	0,4	0,4	38,3
Фарш грибной	353,1	34	20,3	9,1
Чили, без бобов, консервированные	118	7,53	7,1	5,6
Яичные рулеты, куриные, охлажденные, разогретые	197	10,44	4,51	26,14
Яичные рулеты, свиные, охлажденные, разогретые	227	9,94	8,18	28,49