

Продукт	Калорийность, ккал	Белки, г на 100 г	Жиры, г на 100 г	Углеводы, г на 100 г
Бабка из черного хлеба с яблоками	189,7	2,6	9	26,2
Бабушкины рогалики	320,7	4,5	19,6	33,7
Буберт из пшеничной муки	123,1	4,4	6,2	13,3
Ватрушки (из дрожжевого теста)	319,3	13,3	11,9	42,5
Воздушный пирог из черники	149,9	3,2	4,2	26,4
Картофельное печенье	69	2,9	2,5	9,3
Картофельное суфле	108,8	5,6	6,1	8,3
Кекс «Пока гости раздеваются»	286,5	4,6	13,1	40
Кекс кондитерский	276,2	6,2	13,6	34,4
Кекс молдавский	271,4	5,6	8,9	45
Кекс шоколадный	356,3	6,2	20,2	39,8
Крокеты из манной крупы	176,9	4,6	12,2	13,1
Крокеты из моркови с изюмом	134	3,6	2,8	25,3
Крупеник	204,4	8,3	12,1	16,7
Кулебяки (из дрожжевого теста)	278,9	16,2	11,7	29
Кулич пасхальный	320,4	6,8	14,4	43,8
Лапшевник с творогом	165,9	6,9	9,5	14,1
Лекех	264,3	6,8	5,2	50,9
Лепешки из творога и картофеля	153,8	9,3	8,9	9,9
Макаронник	126,6	4,1	5,6	16
Манная запеканка с вишней	102,7	3,6	3,6	14,9
Манник	218,4	6,2	2,4	45,9
Манный пудинг с абрикосами	126,1	4,4	4,4	18,5
Манный пудинг с грушами	115,5	3,5	3,2	19,4
Манный пудинг с клубникой	119,5	4,1	5,2	15,1
Медовик	311,1	8,3	4,9	62,3
Миндальный пудинг с клубникой	178,5	4,1	8,6	22,5
Ореховое печенье	268,5	6,7	12,1	35,5
Печенье из картофеля с яблоками	148	1,9	4,5	26,7
Печенье из кофе	366,6	6,2	21,3	40
Печенье из творога	380,9	9,3	26	29,3
Пирог летний	238,3	9,2	8,4	33,5
Пирог от Анюты	312,5	9,8	15,9	34,8
Пирог с бананами	115,6	2,3	0,7	26,8
Пирог с вишнями	313,9	2,9	20,7	31
Пирог с творогом и вишней	128,3	7,7	3,7	17
Пирог с черникой	298,4	2,9	11,5	48,8
Пирог яблочный открытый	193,6	2,1	7,3	32

Пироги закрытые	252,4	12,1	6,6	38,7
Пирожки жареные из дрожжевого теста (простые с фаршем массой 75г.)	339,4	13,5	17,7	33,6
Пирожки печеные из дрожжевого теста (простые массой 75г.)	285,8	14,4	9,2	38,7
Пирожки печеные из пресного слоеного теста (массой 75г.)	390,4	14,4	24,5	29,9
Пирожки с картофелем и творогом	98,6	8,6	0,9	15
Пицца с луком и сыром	198,9	5,2	15,4	10,4
Пицца с помидорами и сыром	221,6	4,1	17,5	12,6
Пончики	328,7	6,7	14,7	45,1
Пшениная запеканка	246,1	7,3	5,5	44,7
Расстегаи московские	264,4	13,7	10,2	31,3
Расстегаи с мясом или рыбой	266,9	13,2	9,5	34,3
Ржаные лепешки	390	5,2	17,8	55,8
Рисовые омлеты с вишней	153,6	4,4	7,1	19,1
Рулет «Мираж гурмана»	304,9	5,5	14,9	39,7
Саварен (французский рождественский кекс)	175,3	3,7	3,7	33,9
Свежие ягоды черники в сахаре	241,5	0,4	0,2	63,4
Свекла с творогом	69,5	10,1	0,9	5,5
Соты	360,2	3,5	26,9	27,9
Сочни творожные	260,8	9,4	9,8	35,9
Сочники с творогом	244,1	9,6	7,9	35,8
Сырники из творога	300,2	13	19,4	19,6
Сырные палочки	314,5	13,7	27,9	2,4
Творожная запеканка	239,6	8,4	6,8	38,6
Творожная запеканка с макаронами	228,5	11,2	9,1	27,3
Творожники «Пряженые» (с морковью и сыром)	320	10,8	23,4	17,6
Творожно-яблочная запеканка	93,8	8,5	3,7	7,2
Творожно-яблочный пирог	207,3	5,1	6,2	35
Творожные шарики с яблоками	321,2	7,2	23,8	20,8
Торт Муравейник	451,9	4,5	29,4	45,1
Тыквенно-яблочная запеканка	120,2	2,5	5,9	15,3
Шанежки наливные с яйцами	239,8	9,1	4	44,7
Шарлотка	145,7	3,1	1,8	31,3
Шарлотка с яблоками	197,7	3,5	5	37
Яблоки в слойке	238,3	3,9	9,9	35,7
Яблоки в тесте жареные	220,7	3,3	8	36,1

Яблоки или груши с сиропом	105,3	0,3	0,3	27,1
Яблоки, запеченные с творогом	171,4	3,7	2,9	34,7
Яблоки, фаршированные рисом и орехами	151,1	3,1	8,5	16,7
Яблочный каравай из черствого хлеба	147,5	4,7	6,8	18