

| Продукт                          | Калорийность,<br>ккал | Белки, г в 100<br>г | Жиры, г в 100<br>г | Углеводы, г в 100<br>г |
|----------------------------------|-----------------------|---------------------|--------------------|------------------------|
| Арбуз консервированный           | 36,5                  | 0,5                 | 0,09               | 9                      |
| Брусника маринованная с яблоками | 53,3                  | 0,3                 | 0,3                | 13,2                   |
| Брусника моченая                 | 23,6                  | 0,3                 | 0,2                | 5,3                    |
| Засахаренный кишмиш              | 224,6                 | 0                   | 0                  | 59,9                   |
| Икра баклажанная                 | 74,3                  | 1,9                 | 4,7                | 6,5                    |
| Икра кабачковая                  | 90,8                  | 1,6                 | 6,3                | 7,4                    |
| Икра свекольная или морковная    | 129,5                 | 2,9                 | 7,4                | 13,6                   |
| Икра щучья                       | 87,1                  | 17,3                | 2                  | 0                      |
| Капуста маринованная             | 47                    | 0,8                 | 0,05               | 11,5                   |
| Квашеная капуста                 | 27                    | 1,6                 | 0,1                | 5,2                    |
| Маринованная капуста             | 126,6                 | 1,7                 | 10                 | 8,1                    |
| Маринованная морская капуста     | 12,5                  | 0,9                 | 0,2                | 1,9                    |
| Маринованная свекла              | 41,6                  | 1,6                 | 0,1                | 9,1                    |
| Маринованные стрелки чеснока     | 29,7                  | 0,7                 | 0,03               | 7,1                    |
| Маринованный крыжовник           | 0                     | 0                   | 0                  | 0                      |
| Маринованный чеснок              | 42,4                  | 1,8                 | 0,1                | 9,1                    |
| Морковь по-корейски              | 112,6                 | 1,2                 | 8,2                | 9                      |
| Морковь по-корейски              | 232,5                 | 0,9                 | 23,5               | 4,8                    |
| Пюре из боярышника               | 29,9                  | 0                   | 0                  | 8                      |

|                            |       |     |      |      |
|----------------------------|-------|-----|------|------|
| Рольмопс                   | 149,6 | 7,8 | 11,6 | 3,8  |
| Слива маринованная         | 63,9  | 0,3 | 0,1  | 16,5 |
| Соленые огурцы             | 11,2  | 0,6 | 0,08 | 2,2  |
| Черника в собственном соку | 38,3  | 1,1 | 0,6  | 7,6  |