

**ТАБЛИЦА  
ЗАМЕНЫ ПИЩЕВОЙ ПРОДУКЦИИ В ГРАММАХ (НЕТТО) С УЧЕТОМ  
ИХ ПИЩЕВОЙ ЦЕННОСТИ**

<b>Вид пищевой продукции</b>	<b>Масса, г</b>	<b>Вид пищевой продукции- заменитель</b>	<b>Масса, г</b>
Говядина	<b>100</b>	Мясо кролика	<b>96</b>
		Печень говяжья	<b>116</b>
		Мясо птицы	<b>97</b>
		Рыба (треска)	<b>125</b>
		Творог с массовой долей жира 9%	<b>120</b>
		Баранина II кат.	<b>97</b>
		Конина I кат.	<b>104</b>
		Мясо лося (мясо с ферм)	<b>95</b>
		Оленина (мясо с ферм)	<b>104</b>
		Консервы мясные	<b>120</b>
Молоко питьевое с массовой долей жира 3,2%	<b>100</b>	Молоко питьевое с массовой долей жира 2,5%	<b>100</b>
		Молоко сгущенное (цельное и с сахаром)	<b>40</b>
		Сгущено-вареное молоко	<b>40</b>
		Творог с массовой долей жира 9%	<b>17</b>
		Мясо (говядина I кат.)	<b>14</b>
		Мясо (говядина II кат.)	<b>17</b>
		Рыба (треска)	<b>17,5</b>
		Сыр	<b>12,5</b>
		Яйцо куриное	<b>22</b>
Творог с массовой долей жира 9%	<b>100</b>	Мясо говядина	<b>83</b>
		Рыба (треска)	<b>105</b>
Яйцо куриное (1 шт.)	<b>41</b>	Творог с массовой долей жира 9%	<b>31</b>
		Мясо (говядина)	<b>26</b>
		Рыба (треска)	<b>30</b>
		Молоко цельное	<b>186</b>

		Сыр	20
Рыба (треска)	100	Мясо (говядина)	87
		Творог с массовой долей жира 9%	105
Картофель	100	Капуста белокочанная	111
		Капуста цветная	80
		Морковь	154
		Свекла	118
		Бобы (фасоль), в том числе консервированные	33
		Горошек зеленый	40
		Горошек зеленый консервированный	64
		Кабачки	300
Фрукты свежие	100	Фрукты консервированные	200
		Соки фруктовые	133
		Соки фруктово-ягодные	133
		Сухофрукты:	
		Яблоки	12
		Чернослив	17
		Курага	8
		Изюм	22