

Продукт	Калорийность, ккал	Белки, г на 100 г	Жиры, г на 100 г	Углеводы, г на 100 г
7 Злаков Смесь Хлопьев	356	11,4	3,1	75,2
Акватика Мiх	355	8	0,5	77,5
Басмати Мiх	348	8,2	0,9	78,8
Басмати Quinoa Мiх	346	8	1,5	78,3
Басмати Киноа Микс	346	8	1,5	78,3
Белый Круглозерный Рис	355	6,1	0,4	79,5
Булгур	343	14,2	1,1	73,4
Булгур Приготовленный	114	4,8	0,4	24,5
Бурый Рис	343	7,8	2,2	76,7
Бурый Рис Отварной	138	3,1	0,9	31,6
Геркулес	356	13,8	5,9	69,8
Геркулес Быстроразвариваемый	305	11	6,2	51
Геркулес Традиционный Быстроразвариваемый	345	11,9	5,8	65,4
Геркулес Традиционный Цельнозерновой	356	13,8	5,9	69,8
Горох Айдахо Желтый Колотый	317	20,8	1,4	64,2
Горох Желтый Колотый	303	23	1,2	50
Горох Зеленый Колотый	262	20,5	1,3	42,3
Горох Маш	300	23,5	2	46
Горох Мистраль Айдахо	317	20,8	1,4	55,2
Горох Мистраль Орегон	262	19,6	2,3	52
Горох Орегон Зеленый Колотый	327	20	1,5	66,4
Горячий Завтрак Здоровый День 5 Злаков	365	10,1	3,8	76,3
Горячий Завтрак Здоровый День 7 Злаков Смесь Хлопьев	356	11,4	3,1	75,2
Горячий Завтрак Овсяные Хлопья	365	13,5	6,1	69,7
Греча Ядрица	353	13,6	3,3	65
Гречка	335	12	3,4	72
Гречка Зеленая Отварная	168	10	3	48
Гречка Отварная	118	4,6	1,1	21,7
Гречка по-Монастырски с Овощами	291	18	2	57,8
Гречневая Крупа	335	12	3,4	72
Гречневая крупа Мистраль ядрица	353	13,6	3,3	65
Гречневые Хлопья	346	11,4	2,4	74,8
Гречневые хлопья Мистраль	345	12,6	2,3	59
Дикий Рис	357	14	0,5	72
Дикий Рис Акватика	88	3,8	0,2	18,7

(Приготовленный)

Дикий Рис Акватика	357	14	0,5	72
Зеленая гречка	328	13,4	3	68
Злаковый Коктейль	356	11,4	3,1	75,2
Каша 5 Злаков	365	10,1	3,8	76,3
Каша 7 Злаков	356	11,4	3,1	75,2
Каша	337	8,2	6,5	61,5
Каша Многозерновая	365	10,1	3,8	76,3
Каша Овсяная Карамельная Панакота	362	9,7	5,6	70
Каша Овсяная Манго-Персик	350	10,7	6	63,2
Каша Овсяная Тирамису	355	9,3	6,5	65,7
Каша Овсяная Цельнозерновая Малиновый Мильфей	347	8,8	6,1	65,2
Каша Овсяная Цельнозерновая Тирамису	355	9,3	6,5	65,7
Каша Овсяная Цельнозерновая Черничный Чизкейк	351	9,3	6,6	64,7
Каша Овсяная Цельнозерновая Яблоко с Корицей	337	8,2	6,5	61,5
Каша Овсяная Цельнозерновая Ягодный Мусс	363	10,5	5,9	68,4
Каша Пять Злаков	365	10,1	3,8	76,3
Киноа Mix	358	8,4	1,6	75,6
Киноа	373	14,4	7,1	64,9
Киноа Вареная	120	4,4	1,9	18,5
Киноа Микс	358	8,4	1,6	75,6
Киноа Мистраль	368	14	6	64
Коричневый Круглозерный Рис "Кубань Цельнозерновая"	365	7,7	1	84,6
Коричневый Круглозерный Рис	355	6	0,4	79,5
Коричневый Рис	343	7,8	2,2	76,7
Коричневый Сахар Демерара	394	0	0	98,5
Крупа гречневая Зелёная	328	13,4	3	68
Крупа гречневая по-Монастырски с Овощами	291	18	2	57,8
Крупа гречневая Ядрица	335	12	3,4	72
Крупа Манная Семolina	348	14,1	1,6	69,7
Крупа Перловая Барли	349	12,1	0,8	76,6
Крупа Пшеничная Булгур	343	14,2	1,1	73,4
Крупа Пшеничная Кускус	353	11,6	2,1	75,1
Кус-кус	353	11,6	2,1	75,1

Кус-кус Приготовленный	112	3,8	0,2	21,8
Манная Крупа	339	11,2	0,9	74,8
Маш Отварной	110	7,5	1,3	11,4
Нут	364	19	6	61
Нут Турецкий горох	385	18,2	9,4	62,6
Овсяная Каша	365	13,5	6,1	69,7
Овсянка геркулес	356	13,8	5,9	69,8
Овсяные отруби Мистраль	346	17,8	6,9	65,8
Овсяные Хлопья	365	13,5	6,1	69,7
Овсяные Хлопья с Отрубями	352	13,8	6,8	70,2
Овсяные Хлопья Цельнозерновые	365	13,5	6,1	69,7
Овсяные Хлопья Экстра	366	15,8	4,8	70,2
Отруби Овсяные	346	17,8	6,9	65,8
Отруби Овсяные не Требующие Варки	196	17	6	45,5
Перловая Каша на Воде	106	3,1	0,4	22,2
Перловая крупа Мистраль Барли	349	12,1	0,8	73,4
Перловка	349	12,1	0,8	76,6
Пшеничная Каша	377	10,2	3	74,7
Пшеничная крупа Мистраль кус-кус	350	12	2	72
Пшеничные Хлопья	345	9,7	2,2	76,9
Пшенная Крупа	342	11,5	3,3	66,5
Пшенная крупа Мистраль шлифованная	342	11,5	3,3	66,5
Пшеничные Хлопья	345	9,7	2,2	76,9
Пшено Золотое	377	10,2	3	74,7
Пшено Шлифованное	342	11,5	3,3	66,5
Пшеничные Хлопья	345	9,7	2,2	76,9
Рис Акватика Color Mix	346	8,2	2,4	77
Рис Акватика Mix	355	8	0,5	77,5
Рис Акватика Mix Отварной	130	2,7	2,3	22,9
Рис Акватика Mix Смесь Пропаренного и Дикого Риса в Пакетиках	349	7,7	0,6	80,1
Рис Акватика Wild Rice	354	15,2	0,6	74,7
Рис Акватика Микс	349	7,7	0,6	80,1
Рис Арборио	338	6,8	1,6	78,8
Рис Басмати Gold	342	7,6	0,4	80
Рис Басмати Mix	348	8,2	0,9	78,8
Рис Басмати	355	7	0,5	78,5
Рис Басмати Белый Ароматный	340	7,6	0,6	79,7

Рис Басмати в Пакетиках	340	7,6	0,6	79,7
Рис Басмати Микс	348	8,2	0,9	78,8
Рис Белый Длиннозерный	340	6,5	0,4	78,8
Рис Жасмин Red Красный Ароматный	354	9	2	75,9
Рис Жасмин	338	7,2	0,4	79
Рис Индика Brown	343	7,8	2,2	76,7
Рис Индика Gold	345	6,9	0,9	81,1
Рис Индика Белый Длиннозерный	344	6,8	0,7	79,3
Рис Италика	355	6,1	0,4	79,5
Рис Италика Белый Круглозерный	344	6,7	0,4	79,7
Рис Коричневый Длиннозерный	343	7,8	2,2	76,7
Рис Красный	320	8	0,5	75,8
Рис Кубань	365	7,7	1	84,6
Рис Кубань Белый Круглозерный	346	5,6	0,2	81,9
Рис Кубань Для Плова	356	7,8	0,5	85,7
Рис Мистраль Акватика Color Mix	356	8,8	2,3	72,8
Рис Мистраль Акватика Дикий	357	14	0,5	72
Рис Мистраль круглозерный	355	0,1	0,4	79,5
Рис Мистраль пропаренный	361	7,1	0,7	79,3
Рис Ориент	355	7	0,5	78,5
Рис Ориент Белый Длиннозерный	340	6,5	0,4	78,8
Рис Пропаренный Длиннозерный	361	7,1	0,7	79,3
Рис Пропаренный и Дикий	355	8	0,5	77,5
Рис с Овощами "по-Деревенски"	311	8,8	0,6	69,7
Рис Самарканд Красный Круглозерный	320	8	0,5	75,8
Рис Фитнес Эксперт	374	7,8	2,4	80,4
Рис Янтарь	361	7,1	0,7	79,3
Рис Янтарьотовый	114	2,4	0,2	26,7
Рис Янтарь Пропаренный Длиннозерный	341	7,2	0,5	80
Рис Японика	356	5,9	0,4	83,3
Рисовые Хлопья	364	6,8	2,5	79,7
Сахар Мистраль Демерара тростниковый	394	0	0	98,5
Сахар Мистраль коричневый кристаллы	394	0	0	98,5
Смесь Бобовых	299	22,6	1,6	48,5
Смесь Дикого и Пропаренного Риса	355	8	0,5	77,5
Смесь Коричневого Длиннозерного и	374	7,8	2,4	80,4

Красного Ароматного Риса				
Смесь Коричневого Круглозерного и Красного Ароматного Риса	376	8,8	2,3	81,3
Смесь Коричневого, Красного и Дикого Риса	356	8,8	2,3	72,8
Смесь Риса	376	8,8	2,3	81,3
Смесь Хлопьев 5 Злаков Многозерновая	365	10,1	3,8	76,3
Смесь Хлопьев 7 Злаков Многозерновая	356	11,4	3,1	75,2
Смесь Хлопьев Пять Злаков	365	10,1	3,8	76,3
Смесь Чечевицы	277	23	1,7	42,4
Тростниковый Сахар	394	0	0	98,5
Фасоль Белая	324	22,3	1,6	55
Фасоль Бланш	328	21,5	1,5	57,1
Фасоль Бланш Белая	328	21,5	1,5	65,7
Фасоль Кидни	324	22,3	1,6	55
Фасоль Кидни Темно-Красная	314	22	1,6	59,1
Фасоль Красная	294	20,4	1,5	49,6
Фасоль Лима	324	22,3	1,6	55
Фасоль Лима Белая Крупная	325	20,9	1,8	64
Фасоль Маш Зелёная	333	20,9	1,7	64,6
Фасоль Мехико Черная	322	21,7	1,8	54,8
Фасоль Микс	327	22	1,7	63,3
Фасоль Пинто	324	22,3	1,6	55
Фасоль Пинто Красная Пестрая	317	19,7	1,5	63,7
Фасоль Чёрная Мехико	322	21,7	1,8	61,4
Фасоль Черныйлаз	316	21,1	1,6	54,3
Фитнес Эксперт	376	8,8	2,3	81,3
Фруктовый Сахар	396	0	0	99
Хлопья 5 Злаков	365	10,1	3,8	76,3
Хлопья 7 Злаков	356	11,4	3,1	75,2
Хлопья Мистраль смесь 5 злаков	305	11	6,2	51
Черный Рис	354	15,2	0,6	74,7
Чечевица Белуга Черная	337	23,2	1,2	58,4
Чечевица Вареная	111	7,8	0	20,1
Чечевица для Супов иарниров	327	24,5	1,2	54,6
Чечевица Зеленая	323	25	1,1	53
Чечевица Зеленая Мелкая "Онтарио"	328	19,4	1,1	59,1
Чечевица Канадская	328	19,4	1,1	66,6
Чечевица Канадская Зеленая	328	19,4	1,1	66,6

Крупная				
Чечевица Красная	328	24,7	1,2	62,5
Чечевица Красная Вареная	111	7,8	0	20,1
Чечевица Красная Колотая	327	24,5	1,2	54,6
Чечевица Мистраль Персидская	322	25	1,1	53
Чечевица Онтарио	328	19,4	1,1	59,1
Чечевица Отварная	112	7,8	0	20,1
Чечевица Пардина	322	25	1,1	53
Чечевица Пардина Пестрая	333	21,7	1	67,4
Чечевица Персидская Красная Колотая	328	24,7	1,2	62,5
Чечевица Турецкая Желтая Колотая	332	22,3	1	65,5
Чечевица Черная	322	25	1,1	53
Ядрица гречневая в Пакетиках	335	12	3,4	72
Ядрица гречневая Экстра	353	13,6	3,3	65