

????????? : ????????? ????? ? ?????????

---

?????????? ?????? ? ?????????



??????? : ??? ? ? ???????

????:

???????????? ????:

250,00 ???

??? ? ? ?????? ? ? ??????:

????: 250,00 ???

??? ? ? ?????? ? ? ??????: 250,00 ???

????? ??????:

[??????? ?????? ? ? ????? ? ??????](#)

?????????????: [??? ??? "?????? ?????????"](#)

?????????

?? ?? ?? ?? ? ?? ?? ?????? ?????

?? ??? ??????????? ? ?????? ?????????? ?? (?????)

?? ??? ??????? ? ?????????? ?????????? ?? ?????? ? ???????

????? ?????????????

?????????? ??????? ?? ?? ?? ?????????????? ??? ??

????? ? ??????? ?????????? ?????????????? ??????????, ?????? ??, ?? ?????? ?????????? ?? ?????????? ? ?????? ?? ?????????.

?? ???? ?? ?????????? ?????? ??????:

????? – ?? ?? ????????????? ? ?????? ?????????? ?? (???? 3), ?? ?? ??????? ? ?????????? ?????????? ?? ?????, ?????? ? ????

????? – ?? ?????????????????? ? ??????? ??, ?? ?????? ?????? ?????????? ?, B1 (????? ?? ??????????), F ? ????????????

????? – ?? ?????????? ?????????? ??????? ?????? – ? – ?????-?????????

????? – ?? ??? ??????????, ?? ?????? ? ?????? ? ??? ?????????? ? ?????????????? ?????????? ?????? ?????????? ? ?????? ????

????? – ?? ?????? ?????????? ?????????? ?????????????? – ?????????? ? ??????? ? ???????

????? ? ?????????? ??????. ?? ?????? ?????? ?????? ?????????? ?? ?? ?? ? ?????????? ?????????? ? ?????? ?????????????? ???????

?????:

????? ??? ?????? ? ??????????, ?????, ???

? 100 ? ??????????:

???? – 18,2 ?

??? – 39,3 ?

??????? – 7,6 ?

??????? ?1 – 1,57 ??

????????????

Fe — 5,55 ??

Zn — 4,17 ??

Se — 24,6 ??

????????????

?? — 254,4 ??

Mg — 375,6 ??

? – 783,9 ??

? – 616,0 ??

????????????? ??????:

470,9 kcal/1978 kj

????? ??????:

?????? ??? ??????????

? ???? 25°? ? ???? ?????

?????????????: ?????????????? ??????????????

????????? : ????????? ????? ? ????????

---

?????????

??????? ???????? ?? ??? ???? ???? ?? ????????