

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

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



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

????:

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

250,00 ??

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

????: 250,00 ??

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

???? ? ?????:

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

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

????????

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

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

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

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

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

?????? ? ??????? ?????????? ?????????? ???????-?????? ??????. ??????? «????????» ?????? ?????? – ??? ?????????????????
????????????? ?????????? (????????? ??? ??????, ?????????? ??????, ?????????????????? ????????)

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

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

?????? – ??? ?????????????????????? ? ?????????? ??????, ??? ??????? ??????? ?????????? ? , B1 (?????? ??? ???????????), B6
(?????????????), F ? ??????????????

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

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

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

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

100 ? ??????? ? ??????? ?????????? ?????????? ?????????????

?????: ?????? ???? ?????? ? ?????????????, ?????, ????

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

????? — 18,0 ?

????? — 39,4 ?

????????? — 6,6 ?

???????? PP — 2,07 ??

???????? ?1 — 1,1 ??

???????? B9 — 58,2 ??

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

Fe — 3,89 ??

Zn — 2,9 ??

Se — 17,0 ??

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

?? — 176,4 ??

Mg — 253,4 ??

K — 552,9 ??

P — 430,7 ??

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

503,6 kcal/2115,1 kj

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

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

?? ???? 25°? ? ?????? ??????

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

????? ??????: ??????, 150 ??

????? ??????: 12 ??????

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

????????

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