oursson

bon appétit

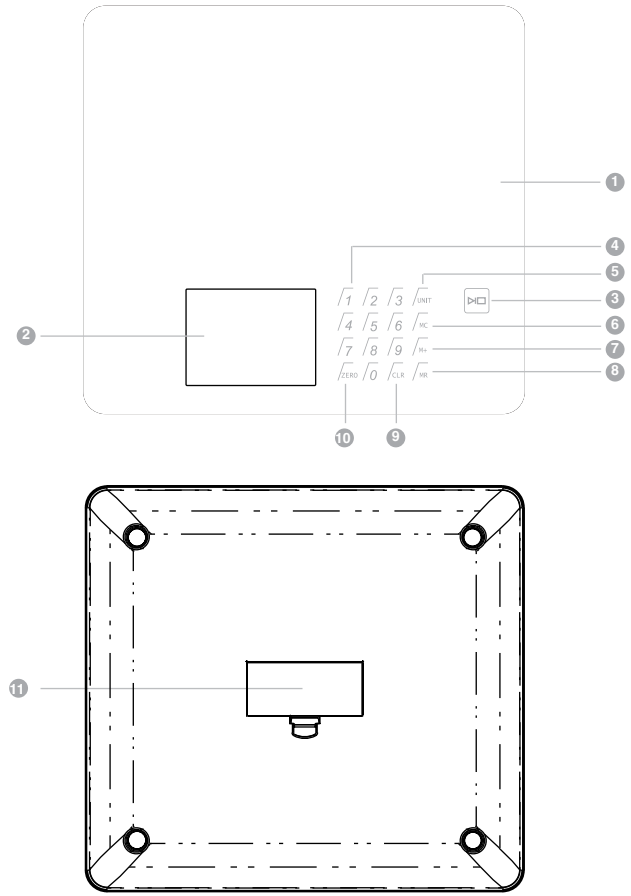


KS0502GD

RU Руководство по эксплуатации

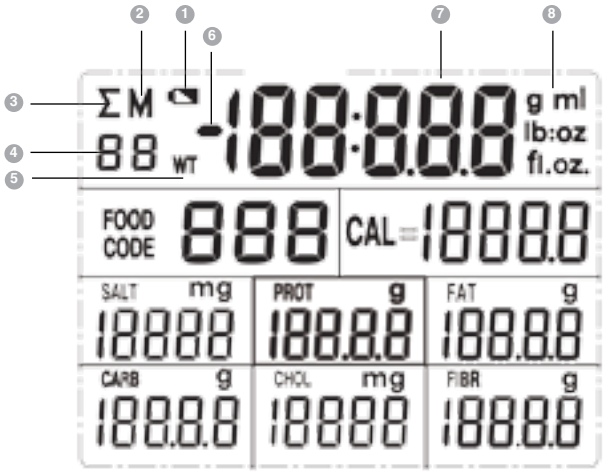


A

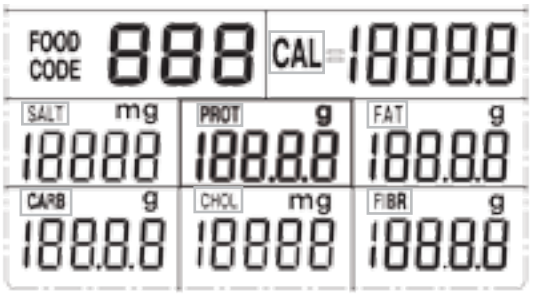


B

1



2



C

	✗	✗	✓

RU

ИНСТРУКЦИЯ ПО БЕЗОПАСНОСТИ

1. Не располагайте весы рядом с микроволновой печью, чтобы избежать взаимного влияния этих устройств. Не располагайте весы рядом с мобильным телефоном.
2. Не погружайте весы в воду и не мойте их под струей воды. Нельзя мыть в посудомоечной машине.
3. Не ставьте на весы горячую посуду.
4. Не ставьте весы на плиту (электрическую, газовую и т.д.). Не располагайте возле открытого огня и нагревательных приборов.
5. Не подвергайте весы ударным нагрузкам. Не перегружайте весы. Не кладите на весы такие предметы, вес которых превышает 150% предела измерения.
6. Для очистки поверхности весов не используйте металлические щетки и губки, чтобы не повредить их. Не используйте химические/ абразивные чистящие средства.
7. Храните весы и батарейки в недоступном для детей месте. В случае проглатывания батарейки немедленно обратитесь к врачу.
8. Упаковочный материал храните в недоступном для детей месте (опасность удушья).
9. Запрещается заряжать батарейки, разбирать их, бросать в огонь.
10. При перемещении устройства из прохладного помещения в теплое (и наоборот) перед началом эксплуатации подождите 1-2 часа.
11. Не роняйте весы.
12. Пожалуйста, старайтесь располагать взвешиваемый продукт по центру платформы весов для получения более точного веса.
13. Вынимайте батарейки, если не планируете использовать весы в течение длительного времени, чтобы избежать утечки химикатов.

РЕКОМЕНДАЦИИ

- Перед использованием устройства внимательно ознакомьтесь с руководством пользователя. После чтения, пожалуйста, сохраните его для использования в будущем.
- Все иллюстрации, приведенные в данной инструкции, являются схематическими изображениями реальных объектов, которые могут отличаться от их реальных изображений.
- Использовать только в бытовых целях (устройство не предназначено для промышленного и торгового применения).

Эксплуатация данного прибора ни в коем случае не подразумевает применение к нему физической силы, так как это может привести к поломке изделия по вине пользователя.

ОСОБЕННОСТИ

- Максимальный диапазон измерений – 5 кг
- LCD дисплей
- Сенсорное управление
- Материал платформы: сверхпрочное стекло
- Цена деления – 1 г
- Точность взвешивания – 1 г
- Выбор единицы измерения: : граммы (g)/фунты (lb); миллилитры(ml)/унции (oz)
- Функция сброса веса тары
- Автоматическое отключение через 60 сек.
- Индикация низкого заряда батареи
- Индикация перегрузки
- Высокая точность измерений тензометрических датчиков
- Системы измерения: калории, содержание соли, содержание белков, жиров, углеводов, холестерина и клетчатки.

КОМПЛЕКТАЦИЯ

Кухонные весы ..... 1 шт.
Элемент питания ..... 1 шт.
Руководство по эксплуатации ..... 1 шт.
Гарантийный талон ..... 1 шт.

ОБЩИЙ ВИД УСТРОЙСТВА, Рис. А

1. Корпус весов
2. LCD дисплей
3. Клавиша включения/выключения/сброса тары
4. Клавишы набора цифрового кода продукта 1-9
5. UNIT: выбор системы измерения (граммы (g)/ фунты (lb); миллилитры(ml)/ унции (oz))
6. MC: удаление данных из памяти
7. M+: ввод значения данных (до 99)
8. MR: общие данные в памяти составляющих элементов питания
9. CLR: удаление кода продуктов
10. ZERO: клавиша нулевого значения
11. Отсек для батареек

ЖИДКОКРИСТАЛИЧЕСКИЙ ДИСПЛЕЙ, Рис. В

Индикация на дисплее, Рис. В-1

1. Индикация заряда батареи
2. Обозначение записи в памяти
3. Всего записей в памяти
4. Номер записи в памяти
5. Значение веса
6. Показатель отрицательного веса
7. Значение
8. Единица измерения

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ

1. Для включения нажмите кнопку «ON»
2. Для выключения весов нажмите кнопку «OFF» или подождите, чтобы весы выключились автоматически.

   Весы выключатся автоматически в течение 60±6 сек., если на индикаторе LCD виден «0» или нет изменений веса. Срок жизни батарейки может быть продлен, если после пользования весами вы выключите их нажатием кнопки «OFF».
3. Установка единицы измерения: для выбора единицы измерения нажмите кнопку «UNIT»
4. Измерение веса:
   - после включения весов на индикаторе везде появятся обозначение «0», а в верхнем левом углу появится обозначение «WT», что говорит о том, что весы готовы для измерения веса.
   - Аккуратно положите взвешиваемые продукты на весы
   - Значение веса будет отображаться на индикаторе
5. Пользование функцией «ZERO»:
   - Для включения нажмите кнопку «ON»
   - Выберете единицу измерения (g/lb:oz/ml/fl.oz).
   - Положите измеряемый продукт на весы- Когда значение веса установится, нажмите кнопку «ZERO». Значение веса предмета исчезнет и показатель опять будет показывать «0».
   - Положите на весы другой продукт, на весах появится уже вес этого продукта.
   - Повторением предыдущих двух действий Вы можете продолжить измерение веса добавляемых компонентов.
6. Выключение функции «ZERO».
   Уберите продукты с весов. На индикаторе появится отрицательное значение. Заново нажмите кнопку «ZERO», чтобы на весах появилось значение «0».
7. Индикация, характеризующая показатели питательных веществ, Рис. В-2:
   - Убедитесь в том, что весы находятся в режиме измерения веса «WT» (измерение), если требуется, нажмите кнопку «UNIT», на индикаторе появится надпись «WT».
   - Положите взвешиваемый продукт на весы.
   - Выберете 3-х знаковый код продукта питания из списка, прилагаемого к весам.
   - Для записи кода пользуйтесь кнопками цифр. Код будет виден на левой стороне индикатора (FOOD CODE) (записанный номер может быть удален нажатием кнопки «CLR»):
     CAL – калории
     SALT – содержание соли
     PROT – содержание белков
     FAT – содержание жиров
     CARB – содержание углеводов
     CHOL – содержание холестерина
     FIBR – содержание клетчатки
8. Сохранение значений:
   - осуществите действия в соответствии с п.7.
   - для сохранения значений нажмите кнопку M+
   - На индикаторе появится M01, обозначающее первое сохраненное значение
   - Положите на весы другой продукт и повторите вышеуказанные действия. На индикаторе появится надпись M02, обозначающая, что значения пищевой ценности двух видов продуктов питания сохранены.

   Записанные в памяти данные сохраняются и после выключения весов.
   - Показатели пищевой ценности свыше максимального имеют знак «---»
   - В случае измерения пищевой ценности нескольких видов продуктов питания повторите вышеприведенные действия.
   - В память может быть добавлено до 99 показателей продуктов питания. Если более 99, дважды нажмите кнопку «MC», пока знак «M» не исчезнет.
9. Вызов сохраненных данных пищевой ценности:
   - убедитесь в том, что весы находятся в режиме WT - измерение (если требуется, нажмите кнопку «UNIT»), на индикаторе появится надпись «WT».
   - Нажмите кнопку «MR». На индикаторе появятся все сохраненные в памяти значения пищевой ценности. В верхнем правом углу виден знак «Σ». Нажмите кнопку «MR», чтобы весы перешли в режим “WT».

   Совокупный вес сохраненных продуктов весы не показывают.
10. Удаление сохраненных данных:
    - Убедитесь в том, что весы находятся в режиме WT – измерение (если требуется, нажмите кнопку «UNIT»), на индикаторе появится надпись «WT».
    - Дважды нажмите кнопу «MC», пока знак «M» не исчезнет. После этого память будет очищена.

    Данные пищевой ценности 999-ти наиболее часто применяемых видов продуктов питания: калории, содержание соли, белков, жиров, углеводов, холестерина и клетчатки имеют информационный характер, значения являются приблизительными и определены на основании данных USDA (Министерство Сельского хозяйства США) и пр. подобных источников.

УСТАНОВКА И ЗАМЕНА БАТАРЕЕК

В весах используются батарейки:

Модель	Тип батарейки	Кол-во батареек
KS0501GD	CR2032	1

Отсек для батареи находится в нижней части весов. Перед первым использованием откройте крышку отсека и удалите защитную изоляционную полоску (для батареек типа CR2032).

Замена батареек:
1. Откройте отсек. Извлеките использованные батареи. (Можно использовать острый предмет для извлечения батареек типа CR2032, если это необходимо).
2. Установите новые батареи. Пожалуйста, соблюдайте полярность. Закройте отсек.
3. На дисплее появится изображение:

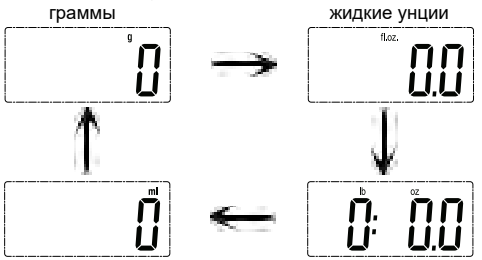


Пожалуйста, заменяйте старые батарейки одновременно. (Если на дисплее появился символ , это значит, что устройство в ближайшее время выключится).

После окончания срока службы батареек, не выбрасывайте их вместе с обычным бытовым мусором. Пожалуйста, сдайте их в соответствующий пункт утилизации.

ИЗМЕНЕНИЕ СИСТЕМЫ ИЗМЕРЕНИЯ

Для того чтобы сделать выбор между метрической (г, мл) и английской (lb:oz, fl’oz) системой измерения, нажмите клавишу «UNIT».



ЧИСТКА И УХОД, Рис. С

1. Очищайте весы мягкой влажной тканью. Не используйте химические/абразивные чистящие средства.
2. Пожалуйста, очищайте все детали сразу после контакта с жирами, специями, уксусом и пищей, имеющей интенсивный вкус и цвет. Избегайте контакта с кислыми соками из цитрусовых фруктов.
3. Всегда используйте весы на твердой ровной горизонтальной поверхности. Не ставьте весы на ковер или какие-либо другие эластичные и мягкие поверхности.
4. Весы высокой точности. Обращайтесь с ними бережно.
5. Храните весы в сухом прохладном месте.
6. Пожалуйста, не ставьте на весы какие-либо предметы во время хранения.
7. Если весы не включаются, проверьте правильность установки элементов питания.
8. Весы предназначены для семейного пользования, а не для профессиональных целей.

ВОЗМОЖНЫЕ ПРОБЛЕМЫ И СПОСОБЫ ИХ РЕШЕНИЯ

Возможная проблема	Возможная причина	Способы решения
После включения на LCD-дисплее отображается значение  или вовсе отсутствует индикация	• Батареи разряжены или батареи неверно установлены.	• Замените батареи. Проверьте, что батареи установлены с соблюдением полярности.
На LCD-дисплее отображается значение «EEEE»	• Превышен максимально допустимый вес для взвешивания.	• Уберите с весов продукты, превышающие максимальный вес. Максимальная нагрузка на весы 5 кг. • Для модели KS1001GD максимальная нагрузка на весы 10 кг.
Индикация на дисплее 	• До включения весов на них находился предмет, вес которого превышает 1050г.	• Уберите все предметы с весов и дождитесь, пока на весах появится ноль.
На дисплее нестабильный вес или индикация 	• Неустойчивый взвешиваемый продукт.	• Стабилизируйте взвешиваемый продукт.

***Продукция должна храниться в сухих, проветриваемых складских помещениях при температуре не ниже - 25°C.**

СЕРТИФИКАЦИЯ ПРОДУКЦИИ

Информацию о сертификате соответсвия смотрите на сайте **http://www.oursson.com/rus/ru/about/partners/certificates/#tab0** или спрашивайте копию у продавца.

Технические характеристики	
Модель	KS0502GD
Максимальный допустимый вес	5 кг
Точность измерения	1 г
Цена деления	1 г
Тип весов	электронные
Конструкция	стеклянная платформа
Функция вычета веса тары	+
LCD - дисплей	+
Сенсорное управление	+
Индикация заряда батареи	+
Индикация перегрузки	+
Автоматическое выключение	+
Возможность сохранения данных	+
Информация о видах продуктов	+
Параметры составляющих элементов питания	+
Память	99 записей
Питание	CR2032x1 (литиевая батарея)
Температура хранения и транспортировки	от -25°C до +35°C
Температура эксплуатации	от +5°C до +35°C
Требования к влажности воздуха	15-75%
Вес устройства, г.	442
Размеры устройства, мм	200x185x16

Ремонт прибора должен производиться только квалифицированным специалистом уполномоченного сервисного центра OURSSON AG.

СЕРВИСНОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ

Компания OURSSON AG выражает вам огромную признательность за выбор нашей продукции.Мы сделали все возможное, чтобы данное изделие удовлетворяло вашим запросам, а качество соответствовало лучшим мировым образцам. В случае, если ваше изделие марки OURSSON будет нуждаться в техническом обслуживании, просим вас обращаться в один из Уполномоченных Сервисных Центров (далее – УСЦ). С полным списком УСЦ и их точными адресами вы можете ознакомиться на сайте www.oursson.ru, а также позвонив по номеру телефона бесплатной горячей линии OURSSON AG. В случае возникновения вопросов или проблем, связанных с продукцией OURSSON AG, просим вас обращаться в письменном виде в организацию, уполномоченную на принятие и удовлетворение требований потребителей в отношении товара ненадлежащего качества, либо по электронной почте info@oursson.ru.

Условия Гарантийных обязательств OURSSON AG:

1. Гарантийные обязательства OURSSON AG, предоставляемые УСЦ OURSSON AG, распространяются только на модели, предназначенные OURSSON AG для производства или поставок и реализации на территории страны, где предоставляется гарантийное обслуживание, приобретенные в этой стране, прошедшие сертификацию на соответствие стандартам этой страны, а также маркированные официальными знаками соответствия.
2. Гарантийные обязательства OURSSON AG действуют в рамках законодательства о защите прав потребителей и регулируются законодательством страны, на территории которой они предоставлены, и только при условии использования изделия исключительно для личных, семейных или домашних нужд. Гарантийные обязательства OURSSON AG не распространяются на случаи использования товаров в целях осуществления предпринимательской деятельности либо в связи с приобретением товаров в целях удовлетворения потребностей предприятий, учреждений, организаций.
3. OURSSON AG устанавливает на свои изделия следующие сроки службы и гарантийные сроки:

Название продукта	Срок службы, месяцев со дня покупки	Гарантийный срок, месяцев со дня покупки
Микроволновые печи, хлебопечи, индукционные плиты	60	12
Мультиварки, кухонные процессоры, кухонные машины, электрические чайники, электрические грили, блендеры, миксеры, мясорубки, тостеры, термопоты, ростеры, кофеварки, пароварки, соковыжималки, измельчители, дегидраторы, йогуртницы,	36	12

Название продукта	Срок службы, месяцев со дня покупки	Гарантийный срок, месяцев со дня покупки
ферментаторы, мини-духовки, морозильники, холодильники, автоматические кофемашины, вспениватели	36	12
Кухонные весы, сифоны	24	12

4. Гарантийные обязательства OURSSON AG не распространяются на перечисленные ниже принадлежности изделия, если их замена предусмотрена конструкцией и не связана с разборкой изделия:
   - Элементы питания.
   - Чехлы, ремни, шнуры для переноски, монтажные приспособления, инструмент, документацию, прилагаемую к изделию.
5. Гарантия не распространяется на недостатки, возникшие в изделии вследствие нарушения потребителем правил использования, хранения или транспортировки товара, действия третьих лиц или непреодолимой силы, включая, но не ограничиваясь следующими случаями:
   - Если недостаток товара явился следствием небрежного обращения, применения товара не по назначению, нарушения условий и правил эксплуатации, изложенных в инструкции по эксплуатации, в том числе вследствие воздействия высоких или низких температур, высокой влажности или запыленности, следах вскрытия корпуса прибора и/или самостоятельного ремонта, несоответствия Государственным стандартам параметров питающих сетей, попадания внутрь корпуса жидкости, насекомых и других посторонних предметов, веществ, а также длительного использования изделия в предельных режимах его работы.
   - Повреждения и дефекты, вызванные качеством воды и отложением накипи (очистка от накипи и чистка не входит в гарантийное обслуживание и должна РЕГУЛЯРНО производиться Вами самостоятельно).
   - Если недостаток товара явился следствием несанкционированного тестирования товара или попыток внесения любых изменений в его конструкцию или его программное обеспечение, в том числе ремонта или технического обслуживания в неуполномоченной OURSSON AG ремонтной организации.
   - Если недостаток товара явился следствием использования нестандартных (нетиповых) и (или) некачественных принадлежностей, аксессуаров, запасных частей, элементов питания.
   - Если недостаток товара связан с его применением совместно с дополнительным оборудованием (аксессуарами), отличным от дополнительного оборудования, рекомендованного OURSSON AG к применению с данным товаром. OURSSON AG не несет ответственность за качество дополнительного оборудования (аксессуаров), произведенного третьими лицами, за качество работы своих изделий совместно с таким оборудованием, а также за качество работы дополнительного оборудования производства компании OURSSON AG совместно с изделиями других производителей.
6. Недостатки товара, обнаруженные в период срока службы, устраняются уполномоченными на это ремонтными организациями (УСЦ). В течение гарантийного срока устранение недостатков производится бесплатно при предъявлении оригинала заполненного гарантийного талона и документов, подтверждающих факт и дату заключения договора розничной купли-продажи (товарный, кассовый чек и т. п.). В случае отсутствия указанных документов гарантийный срок исчисляется со дня изготовления товара. При этом следует учитывать:
   - Настройка и установка (сборка, подключение и т. п.) изделия, описанная в документации, прилагаемой к нему, не входит в объем гарантийных обязательств OURSSON AG и могут быть выполнены как самим пользователем, так и специалистами большинства уполномоченных сервисных центров соответствующего профиля на платной основе.
   - Работы по техническому обслуживанию изделий (чистка и смазка движущихся частей, замена расходных материалов и принадлежностей и т. п.) производятся на платной основе.
7. OURSSON AG не несет ответственности за возможный вред, прямо или косвенно нанесенный своей продукцией людям, домашним животным, имуществу в случае, если это произошло в результате несоблюдения правил и условий эксплуатации, хранения, транспортировки или установки изделия; умышленных или неосторожных действий потребителя или третьих лиц.
8. Ни при каких обстоятельствах OURSSON AG не несет ответственности за какой-либо особый, случайный, прямой или косвенный ущерб или убытки, включая, но не ограничиваясь перечисленным, упущенную выгоду, убытки, вызванные перерывами в коммерческой, производственной или иной деятельности, возникающие в связи с использованием или невозможностью использования изделия.
9. Вследствие постоянного совершенствования продукции элементы дизайна и некоторые технические характеристики продукта могут быть изменены без предварительного уведомления со стороны производителя.

Использование изделия по истечении срока службы

1. Срок службы, установленный OURSSON AG для данного изделия, действует только при условии использования изделия исключительно для личных, семейных или домашних нужд, а также соблюдении потребителем правил эксплуатации, хранения и транспортировки изделия. При условии аккуратного обращения с изделием и соблюдения правил эксплуатации фактический срок службы может превышать срок службы, установленный OURSSON AG.
2. По окончании срока службы изделия вам необходимо обратиться в Уполномоченный сервисный центр для проведения профилактического обслуживания изделия и определения его пригодности к дальнейшей эксплуатации. Работы по профилактическому обслуживанию изделия и его диагностике выполняются сервисными центрами на платной основе.
3. OURSSON AG не рекомендует продолжать эксплуатацию изделия по окончании срока службы без проведения его профилактического обслуживания в Уполномоченном сервисном центре, т. к. в этом случае изделие может представлять опасность для жизни, здоровья или имущества потребителя.

Утилизация изделия

Этот бытовой электроприбор имеет обозначение согласно требованиям Директивы ЕС 2002/96/EG об отслуживших свой срок электрических и электронных приборах (waste electrical and electronic equipment – WEEE). После окончания срока службы изделия его нельзя выбрасывать вместе с обычным бытовым мусором. Вместо этого оно подлежит сдаче на утилизацию в соответствующий пункт приема электрического и электронного оборудования для последующей переработки и утилизации в соответствии с федеральным или местным законодательством. Обеспечивая правильную утилизацию данного продукта, вы помогаете сберечь природные ресурсы и предотвращаете ущерб для окружающей среды и здоровья людей, который возможен в случае ненадлежащего обращения. Более подробную информацию о пунктах приема и утилизации данного продукта можно получить в местных муниципальных органах или на предприятии по вывозу бытового мусора.



Дата производства

Каждому изделию присваивается уникальный серийный номер в виде буквенно-цифрового ряда и дублируется штрих-кодом, который содержит следующую информацию: название товарной группы, дату производства, порядковый номер изделия.



Серийный номер располагается на задней панели продукта, на упаковке и в гарантийном талоне.

❶ Первые две буквы – соответствие товарной группе (кухонные весы - KS).
❷ Первые две цифры – год производства.
❸ Вторые две цифры – месяц производства.
❹ Последние цифры – порядковый номер изделия.

Во избежание недоразумений убедительно просим вас внимательно изучить Руководство по эксплуатации изделия и условия гарантийных обязательств, проверить правильность заполнения гарантийного талона. Гарантийный талон действителен только при наличии правильно и четко указанных: модели, серийного номера изделия, даты покупки, четких печатей фирмы-продавца, подписи покупателя. Серийный номер и модель изделия должны соответствовать указанным в гарантийном талоне. При нарушении этих условий, а также в случае, когда данные, указанные в гарантийном талоне, изменены или стерты, талон признается недействительным.

forum.oursson.ru





Скачайте мобильное приложение с рецептами к технике Oursson



Горячая линия OURSSON AG обеспечивает полную информационную поддержку деятельности компании в России, странах СНГ и Балтии. Профессиональные операторы быстро ответят на любой интересующий вас вопрос.
Вы можете обращаться в единый центр по вопросам сервисного сопровождения, для рекомендаций специалистов по настройке и подключению, для информирования о местах продаж, с вопросами о рекламных акциях и розыгрышах, проводимых компанией, а также с любыми другими вопросами о деятельности компании на территории России, стран СНГ и Балтии.

Есть вопросы? Звоните, мы поможем!
Телефон горячей линии OURSSON AG (бесплатные звонки со стационарных телефонов):

8 800 100 8 708

Время работы горячей линии:
понедельник-пятница с 10:00 до 20:00 (по московскому времени); без выходных, 7 дней в неделю.

Настоящая инструкция является объектом охраны в соответствии с международным и российским законодательством об авторском праве. Любое несанкционированное использование инструкции, включая копирование, тиражирование и распространение, но не ограничиваясь этим, влечет применение к виновному лицу гражданско-правовой ответственности, а также уголовной ответственности в соответствии со статьей 146 УК РФ и административной ответственности в соответствии со статьей 7.12 КоАП РФ (ст.150.4 КоАП в старой редакции).

Контактная информация:
1. Изготовитель товара – OURSSON AG (ОРСОН АГ), Ул. Гран-Шен 5, 1003 Лозанна, Швейцария.
2. Организация, уполномоченная на принятие и удовлетворение требований потребителей в отношении товара ненадлежащего качества (уполномоченное изготовителем лицо), – ООО «ОРСОН», 125445, Москва, Ленинградское шоссе, д. 65, стр. 3.
3. Информация о сертификации продукта доступна на сайте www.oursson.com.
4. Импортер продукции OURSSON AG: РФ и/или страны ЕТС: смотрите информацию на упаковке товара.

OURSSON AG
Сделано в КНР

А

335	Абрикосы-курага сушеная	333	Абрикосы консервированные, половинками	334	Абрикосы консервированные, половинками, в соке
332	Абрикосы свежие	337	Авокадо свежий, очищенный	382	Ананас консервированный большими кусками/размельченный, в сиропе
384	Ананас консервированный долька-ми/размельченный, в соке	383	Ананас консервированный, в сиропе	385	Ананас консервированный, дольки, в натуральном соке
381	Ананас свежий, кусочками	20	Анчоусы в масле консервированные	370	Апельсин, свежий, без шкурки
967	Апельсиновый прохладительный напиток	988	Апельсиновый сок, концентрат	989	Апельсиновый сок, разведенный
693	Арахис M&M's (M&M Mars)	694	Арахис M&M's без добавок (M&M Mars)	565	Арахис, обжаренный
575	Арахис, обжаренный без соли	566	Арахис, обжаренный на масле	568	Арахис, обжаренный на масле, соленый
567	Арахис, обжаренный, соленый	400	Арбуз свежий, кусок	160	Артишоки вареные, сушеные

Б

2	Багет с курицей и изюмом	223	Баклажаны вареные, сушеные	164	Бамбуковые почки, консервированные, сушеные
387	Банан пищевой (маленький), без кожуры, свежий	338	Банан свежий	4	Банановый хлеб, маргарин
417	Бараний фарш, вареный, гриль	422	Баранина кусочками, вареная, постная	421	Баранина кусочками, вареная, постная и жирная
423	Баранина, вырезка, гриль, постная и жирная	493	Бараньи ребрышки, постные, вареные, жареные	910	Барбекью, соус
697	Батончик Snickers	304	Баттернат, замороженный, вареный, пюре	438	Бедро куриное с кожицей, обжаренное в кляре
439	Бедро куриное с кожицей, обжаренное в муке	925	Бекон, кусочки	60	Блины готовые, замороженные
61	Блины домашнего приготовления	62	Блины домашнего приготовления со сметаной, на 2-ом молоке, яйцо+масло	840	Блины, сливочное масло, сироп, быстрого приготовления
165	Бобовые ростки, сырые	551	Бобы белые, консервированные	546	Бобы жареные, обычные или с овощами, консервированные
542	Бобы красные сухие, вареные	169	Бобы лима, вареные, сухие	170	Бобы лима, мелкие, замороженные, вареные, сухие
578	Бобы пережаренные	89	Бобы пестрые, консервированные	581	Бобы соевые, приготовленные
547	Бобы черные, вареные, сушеные	167	Бобы черные, свежие, вареные, сушеные	545	Бобы pinto, сухие, вареные
543	Бобы, Лима, сухие, вареные, крупные	549	Бобы, почки, красные, консервированные	541	Бобы, фасоль, сухие
672	Брауни, из готовой смеси, низкое содержание жиров	670	Брауни, обычная выпечка без глазури	671	Брауни, обычная выпечка без глазури, обезжиренная
481	Брауншвайгер (колбаса из печени, свинины)	187	Брокколи, в соусе с сыром, замороженный	188	Брюссельская капуста, замороженная, приготовленная, осушенная
189	Брюссельская капуста, свежая, приготовленная, осушенная	1	Бублики простые	3	Бублики с яйцом
75	Булочка сладкая, с корицей и изюмом, магазинная	73	Булочка	882	Бульон говяжий, бульон сгущенный, приготовленный на воде
842	Бурито быстрого приготовления, бобы и мясо	841	Бурито быстрого приготовления, бобы и сыр		

В

948	Ваниль	780	Варенье	724	Вафли ванильные, с низким содержанием жиров
83	Вафли, гоффри обычные	85	Вафли, гоффри обычные с низким содержанием жиров	84	Вафли, гоффри обычные, замороженные, поджаренные
830	Вегетарианская начинка для гамбургера, замороженная Morningstar farms	465	Ветчина из ляжки, жареная, постная и жирная	463	Ветчина, вареная, свежая, постная и жирная
486	Ветчина копченая, с медом, вареная	464	Ветчина постная и жирная	462	Ветчина консервированная
484	Ветчина, вареная, традиционная	485	Ветчина, вареная, экстра постная	959	Вино белое
957	Вино красное	958	Вино розовое	357	Виноград без зерен, свежий
226	Виноградные листья консервированные	992	Виноградный сок	963	Виноградный сок газированный
982	Виноградный сок, консервированный или бутылированный	344	Вишня, консервированная без косточек	80	Выпечка жареная, с низким содержанием жира
713	Выпечка с инжиром	717	Выпечка с ореховым маслом, магазинная	718	Выпечка с ореховым маслом, с маргарином
712	Выпечка с шоколадной крошкой из свежезаморож.теста, магазинная	710	Выпечка с шоколадной крошкой, традиционная, магазинная		

Г

859	Гамбургер двойной большой с салатом, помидорами, майонезом, фаст-фуд	857	Гамбургер двойной обычный с салатом, помидорами, майонезом, фаст-фудом	860	Гамбургер одинарный большой с салатом, помидорами, майонезом, фаст-фуд
858	Гамбургер одинарный обычный с салатом, помидорами, майонезом, фаст-фуд	773	Глазурь ванильная, готовая	772	Глазурь шоколадная, готовая
411	Говядина вяленая	483	Говядина вяленая, консервированная	405	Говядина консервированная, соленая
420	Говядина постная «porterhouse steak», гриль	418	Говядина постная, стейк «T-bone», гриль	416	Говядина постная, стейк, гриль
415	Говядина стейк, гриль, постная или жирная	407	Говядина, вырезка постная	406	Говядина, вырезка постная, жирная
403	Говядина, грудинка тушеная или жареная, постная или жирная	402	Говядина, нижняя часть ляжки, вареная, постная	401	Говядина, нижняя часть ляжки, вареная, постная и жирная
410	Говядина, приготовленная на гриле, 73%	821	Говядина, рагу консервированное	414	Говядина, ребрышки натуральные, жареные в духовке
413	Говядина, ребрышки натуральные, жареные в духовке, постные или жирные	419	Говядина, стейк, вырезка, жареная, постная	404	Говядина, томленая или на пару, постная
409	Говяжий фарш, 80% гриль	408	Говяжий фарш, 85% гриль	939	Говяжий фарш, крупный, 75% вареный, обжаренный на сковороде
937	Говяжий фарш, крупный, 80% вареный, обжаренный на сковороде	938	Говяжий фарш, крупный, 85% вареный, обжаренный на сковороде	557	Горох бараний (Нут) сушеный, вареный
558	Горох бараний (Нут), консервированный	257	Горошек сахарный, свежезамороженный, вареный, сушеный	256	Горошек сахарный, свежий, вареный, сушеный
942	Горчица готовая, магазинная	790	Гранаты, свежие	528	Гребешки морские на пару
527	Гребешки, приготовленные в панировке, обжаренные	838	Гребешки французские с маслом, быстрого приготовления	44	Гренки французские, замороженные
43	Гренки французские, с молоком 2% жирности, жареные	923	Грибной суп, консервы	243	Грибы вареные, сушеные
244	Грибы консервированные	242	Грибы свежие	247	Грибы сыроежки зеленые, вареные, сушеные
245	Грибы Shitake, вареные	246	Грибы Shitake, сушеные	430	Грудка куриная на гриле
379	Груша консервированная, в сиропе	380	Груша консервированная, в собственном соку	378	Груша свежая
336	Груша Nashi, свежая	356	Грейпфрут консервированный в сиропе light	355	Грейпфрут, свежий, очищенный, белый
354	Грейпфрут, свежий, очищенный, розовый или красный	451	Гусиная печенка, паштет	449	Гусятина жареная, мясо с кожей
450	Гусятина жареная, только мясо				

Д

952	Джикама сырой	803	Дрессинг для капустного салата	553	Дрессинг майонезный салатный, крем Миракль, лайт
550	Дрессинг майонезный салатный, крем Миракль, традиционный	798	Дрессинг салатный «Тысяча островов», обезжиренный	828	Дрессинг салатный «Фермерский», обезжиренный
951	Дрожжи сухие	368	Дыня сахарная, кусок без корки	367	Дыня, кусками без корки

Е

90	Ежевика замороженная	340	Ежевика консервированная, в сиропе	339	Ежевика свежая

Ж

856	Жаренная картошка, быстрого приготовления	278	Жаренная картошка, замороженная	86	Жаренная картошка, с сыром, готовая
280	Жаренная кусками картошка домашнего приготовления	279	Жаренная кусками картошка, замороженная	777	Желатин, десертный порошок с водой, обычный
778	Желатин, десертный порошок с водой, с низким содержанием жира	784	Жир	927	Жировые добавки для любого пользования

З

685	Закусочный пирог, шоколадный, начиненный кремом, с глазурью	977	Запеченные бобы с сосисками, консервированные	259	Зеленый горошек замороженный, вареный, сушеный
258	Зеленый горошек консервированный	322	Зелень различная, вареная, сок	321	Зелень различная, консервированная, вареная, сок
230	Земляная груша, клубни свежие	128	Злаки натуральные, овес, мед, изюм	129	Злаки натуральные, овес, мед, изюм нежирный

И

638	Йогурт ванильный	667	Йогурт ванильный или лимонный, маложирный	663	Йогурт натуральный, маложирный
665	Йогурт натуральный, обезжиренный	666	Йогурт натуральный, традиционный	661	Йогурт с соком
664	Йогурт фруктовый ароматизированный, нежирный	637	Йогурт шоколадный	662	Йогурт, фруктового вкуса маложирный

К

115	Кукурузные хлопья Kellogg's	936	Какао порошок, без сахара	969	Какао порошок, смесь
231	Капуста савойская, свежая, вареная, сушеная	186	Капуста брюссельская, замороженная, сушеная	185	Капуста брюссельская, свежая, вареная, сушеная
183	Капуста брюссельская, сырая, со стеблем	292	Капуста квашеная, консервированная	233	Капуста кольраби, вареная, сушеная
194	Капуста красная, сырая, мелко нарезанная	193	Капуста Напа	191	Капуста приготовленная
195	Капуста савойская сырая, мелко нарезанная	232	Капуста савойская, замороженная, вареная, сушеная	212	Капуста савойская, листья замороженные, вареные, сушеные
211	Капуста савойская, листья свежие, вареные, сушеные	190	Капуста свежая, измельченная	202	Капуста цветная, свежая, вареная, сушеная
201	Капуста цветная, свежая	203	Капуста цветная, свежемороженая, вареная, сухая	192	Капуста Pak choi или bok choy
343	Карамбола, свежая	698	Карамель обычная	699	Карамель с шоколадной начинкой
274	Картофель в мундире	271	Картофель в мундире, жаренный	34	Картофель вареный
275	Картофель вареный без шкурки	272	Картофель жареный без шкурки	273	Картофель жареный со шкуркой
287	Картофель запеченный домашний	276	Картофель запеченный на сливочном масле	277	Картофель запеченный на растительном масле
286	Картофель запеченный на сливочном масле с молоком	839	Картофель коричневый резаный, быстрого приготовления	796	Картофель красный жареный в мундире
863	Картофель резаный, быстрого приготовления	308	Картофель сладкий, пюре, концентрированный	306	Картофель сладкий, вареный без кожуры
283	Картофельное пюре домашнего приготовления, с жирным молоком и маргарином	282	Картофельное пюре домашнего приготовления, с молоком	281	Картофельное пюре из сухих хлопьев, с жирным молоком, маслом и солью
284	Картофельные блины домашнего приготовления	285	Картофельный салат домашний	91	Каша манная традиционная
92	Каша манная, быстрого приготовления	556	Каштан деликатесный, жареный в скорлупе	323	Каштаны водные, консервированные
57	Кексы из кукурузной смеси	58	Кексы из овсяных отрубей	930	Кетчуп
358	Киви свежие, очищенные	945	Клементин (гибрид мандарина и апельсина)	143	Клецки «chow mein» консервированные
145	Клецки из яйца со шпинатом, вареные	144	Клецки из яйца, традиционные, вареные	146	Клецки по-японски, из гречки, вареные
396	Клубника свежая, крупная	397	Клубника свежая, средняя	398	Клубника свежезамороженная, размороженная с сахаром
347	Клюква сушеная, подслащенная	348	Клюквенный соус подслащенный	960	Кока-кола
961	Кока-кола диетическая	559	Кокосовый орех, сырой, крошка	560	Кокосовый орех, сырой, сушеный, крошка подслащенный
990	Коктейль с клюквенным соком, подслащенный	479	Колбаса говяжья, свиная, копченая	494	Колбаса летняя, сардельки из говядины или свинины
480	Колбаса свиная, вареная	490	Колбаса со специями по-итальянски (с пепперони). Говяжья, свиная	495	Колбаски «Венские»
691	Конфеты мини-'Pilli'	692	Конфеты 'Pilli' обычные	688	Конфеты жевательные «Мармеладные мишки»
208	Кориандр свежий	935	Корица	110	Корица злаковая (цельная)
970	Кофе вареный	971	Кофе эспрессо	516	Креветки голубые, на пару
502	Креветки консервированные	501	Креветки панированные, жаренные на масле	727	Крекеры, грэм, измельченные
636	Крем взбитый замороженный	182	Крем кокосовый	635	Крем-суп
887	Крем-суп пюре грибной, приготовленный на воде	880	Крем-суп пюре грибной, приготовленный на молоке	886	Крем-суп пюре из курицы, приготовленный на воде
879	Крем-суп пюре из курицы, приготовленный на молоке	878	Крем-суп пюре из сельдерея, приготовленный на цельном молоке	633	Кремовый порошок
634	Кремовый порошок из цельного молока	757	Крендели витые	756	Крендельные палочки
955	Крепкие напитки: джин, ром, текила, водка, виски (80)	221	Круассаны	441	Крылышки куриные, мясо с кожей, жареное на раст.масле, в муке
440	Крылышки куриные, мясо с кожей, жареное на раст.масле, в тесте	214	Кукуруза, замороженная, початки	217	Кукуруза, зерно, консервированная
215	Кукуруза, зерно, свежая	213	Кукуруза, свежая, початок	48	Кукурузная мука

К

38	Кукурузная мука, желтая, сухая	37	Кукурузная мука, желтая, сухая, цельного помола	216	Кукурузное пюре, консервированное
115	Кукурузные хлопья, Келлог	39	Кукурузный крахмал	35	Кукурузный хлеб домашний
36	Кукурузный хлеб, с 2% молоком	429	Куриная грудка, филе, жареная на раст.масле	444	Куриная печень на пару
442	Куриное мясо консервированное, с бульоном	850	Куриное мясо кусочками, без костей (панированное и жареное в масле), готовое блюдо	445	Куриное мясо, постное, жареное на шампурах
437	Куриное мясо, постное, филе, жареное	436	Куриное мясо, постное, филе, жареное на раст.масле	898	Куриное мясо, рис, суп овощной, с низким содержанием жиров и соли, готовое блюдо
849	Куриное филе (панированное и жареное в масле), сэндвич, обычный, готовое блюдо.	434	Куриные окорочки, нижняя часть, мясо с костью и кожей, жареные на масле в муке	433	Куриные окорочки, нижняя часть, мясо с костью и кожей, жареные на масле в тесте
894	Куриный и овощной суп с клецками, с кусочками мяса, готовое блюдо	435	Куриный ливер, на пару	965	Курица в кисло-сладком соусе
428	Курица, вырезка с кожей, жареное	431	Курица, грудинка жареная в масле	432	Курица, грудинка филе, жареная
443	Курица, мясо с кожей, жареное	427	Курица, мясо с костью и кожей, жареное на масле в муке	426	Курица, мясо с костью и кожей, жареное на масле в тесте
40	Кускус вареный				

Л

827	Лазанья овощная	826	Лазанья с мясом и соусом	689	Леденцы
956	Ликер 53%	359	Лимон свежий, без шкурки	964	Лимон – лайм, прохладительный напиток
993	Лимон концентрат, замороженный	994	Лимон порошок, растворимый в воде	361	Лимонный сок, консервированный или бутилированный, несладкий
360	Лимонный сок, свежий	966	Лист подорожника вареный	525	Лососина копченая
523	Лосось, запеченный или жареный	524	Лосось консервированный (розовый)	207	Лук-шнит, свежий
253	Лук зеленый, свежий	941	Лук по-французски, жареный колечками	234	Лук порей, вареный, сушеный
864	Лук репчатый кольцами, панированный, жареный на масле, быстрого приготовления	251	Лук репчатый свежий, вареный, сушеный	250	Лук репчатый, свежий
252	Лук репчатый, хлопья сушеный	295	Лук-шалот, свежий	907	Луковый суп из сухой смеси на воде
904	Луковый суп, сухой в пакетах, не требующий варки	159	Люцерна ростки, сырые		

М

695	Milky way (M&M Mars)	809	Майонез лайт (без холестерина)	810	Майонез обезжиренный
808	Майонез, традиционный	819	Макароны с говядиной, замороженные	142	Макароны, вареные
515	Макрель вареная	393	Малина свежая	394	Малина свежезамороженная, подсахаренная
365	Манго свежее, без кожуры	209	Мангольд, свежий	364	Мандарин в диетическом сиропе
399	Мандарины свежие, без кожуры и косточек	366	Мараскиновая вишня, консервы	787	Маргарин бутербродный (содержание жира 60%)
785	Маргарин обычный (содержание жира 80%)	789	Маргарин, спред (40%)	270	Маринованные овощи различного вида, приготовленные с сахаром
269	Маринованные огурцы, с укропом	690	Мармелад	696	Масло арахисовое Риз (Hershey)
571	Масло ореховое, маложирное	569	Масло ореховое, традиционное, мягкое	570	Масло ореховое, традиционное, с крошкой
791	Масло рапса	783	Масло сливочное не соленое	782	Масло сливочное, соленое
42	Маффин английский, обычный	56	Маффин из кукурузной муки, магазинный	55	Маффин с отрубями и изюмом
54	Маффин черничный домашнего приготовления	779	Мед	77	Мексиканские лепешки с начинкой, жареные
733	Мелочь пшеничная на закуску, печенья	995	Миндальный орех	53	Молоко выпаренное
648	Молоко обезжиренное	646	Молоко с пониженным содержанием жира (2%)	651	Молоко сгущенное, с сахаром, консервированное
645	Молоко цельное (3,25%)	647	Молоко, 1% жирности	653	Молоко, сгущенное, консервированное из обезжиренного молока
652	Молоко, сгущенное, консервированное из цельного молока	196	Морковный сок концентрированный	200	Морковь замороженная, вареная, сушеная
172	Морковь консервированная	197	Морковь свежая	199	Морковь свежая, вареная, сушеная
198	Морковь, молодая	853	Мороженное ванильное мягкое	775	Мороженное на воде

М

641	Мороженое ванильное	643	Мороженое ванильное мягкое	642	Мороженое ванильное с низким содержанием жиров
293	Мороженое клубничное	639	Мороженое шоколадное	640	Мороженое шоколадное диетическое
854	Мороженое, с горячим топпингом, быстрого приготовления	46	Мука гречишная, цельного помола	47	Мука для пирожного
267	Мука пшеничная цельного помола	50	Мука пшеничная, обычного назначения	49	Мука с разрыхлителем
45	Мука хлебная	33	Мюсли-батончик фруктовый	32	Мюсли-батончик, мягкий с изюмом
30	Мюсли-батончик, натуральный, жесткий	31	Мюсли-батончик, шоколадный, мягкий	127	Мюсли, овсяные хлопья «Nature Valley»
505	Мясо рака консервированное	529	Мясо рака панированное, жареное на масле	530	Мясо рака, кусочками, консервированное

О

41	Обжаренные кусочки булки, со специями	139	Овсянка жаренная, с медом и орехами	105	Овсяно-кукурузные хлопья Chex
108	Овсяно-рисовые хлопья Chex	716	Овсяное печенье, обезжиренное	715	Овсяное печенье, сдобное
714	Овсяное печенье, традиционное	97	Овсяные отруби, обычные – без добавления витаминов, быстрого приготовления или растворимая смесь	94	Овсяные отруби, обычные, растворимая смесь с витаминами
96	Овсяные отруби, с кленовым сиропом, тростниковым сахаром, растворимая смесь	59	Овсяные отруби, сырые	95	Овсяные отруби, яблоко-корица, растворимая смесь
137	Овсяные хлопья с молотой пшеницей	99	Овсяные хлопья с отрубями	133	Овсяные хлопья с отрубями и изюмом
135	Овсяные хлопья с отрубями, изюмом и орехом	101	Овсяные хлопья с яблоками	100	Овсяные хлопья с яблоком и корицей
116	Овсяные хлопья со вспученной кукурузой	132	Овсяные хлопья со вспученной пшеницей	131	Овсяные хлопья со вспученным рисом
140	Овсяные хлопья цельного помола	113	Овсяные хлопья цельного помола с отрубями	104	Овсяные хлопья Cheerios
106	Овсяные хлопья Chex с медом и орехом	107	Овсяные хлопья Chex с различными отрубями	111	Овсяные хлопья Cocoa Crispies
112	Овсяные хлопья Cocoa puffs	114	Овсяные хлопья Cornflakes, General Mills	117	Овсяные хлопья Crispix
118	Овсяные хлопья Froot loops	119	Овсяные хлопья Frosted flakes	120	Овсяные хлопья Frosted Mini Wheats, обычные или крупные
122	Овсяные хлопья Golden Grahams	123	Овсяные хлопья Honey nut Cheerios	124	Овсяные хлопья Honey nut Clusters
125	Овсяные хлопья Kix	126	Овсяные хлопья Life	130	Овсяные хлопья Product 19
138	Овсяные хлопья Special K	102	Овсяные хлопья, 4 вида	220	Огурец со шкуркой
219	Огурец очищенный	249	Окра, замороженная, вареная, сушеная	248	Окра, свежая, вареная, сушеная
475	Оленина, ляжка, вареная, гриль, постная	474	Оленина, постная вырезка, вареная или гриль	371	Оливки зеленые, без косточки
372	Оливки, консервированные, черные, спелые	514	Омар на пару	596	Омлет из яиц, без добавок
552	Орех бразильский, со скорлупой	588	Орех грецкий, крошка	564	Орех макадамия, обжаренный всухую, соленый
573	Орех пекано, половинками	539	Орех, миндаль в скорлупе	555	Орехи кешью, соленые, жареные на масле
554	Орехи кешью, соленые, обжаренные без масла	732	Орехи арахис, обжаренные на масле с солью	561	Ореховая крошка

П

229	Пальмовая сердцевин консервированная	27	Панировочные сухари, сухие, молотые со специями	26	Панировочные сухари, сухие, молотые, обычные
373	Папая свежая	263	Паприка (перец) Ялопено, консервированная	149	Паста из цельной пшеницы, приготовленная
943	Паста ореховая «Nutella»	255	Пастинак, вареный, сушеный	489	Пастрами (копченое мясо со специями), говядина
771	Патока	268	Перец испанский, консервы	264	Перец зеленый или красный
266	Перец зеленый или красный, вареный, сушеный	932	Перец Чили молотый	261	Перец Чили, свежий, зеленый или красный
260	Перец свежий, острый	375	Персики консервированные в сиропе	376	Персики консервированные в собственном соку
369	Персик нектарин, свежий	377	Персик сушеный	374	Персик, свежий

319	Петрушка, зелень замороженная, вареная, сушеная	318	Петрушка, зелень свежая, вареная, сушеная	317	Петрушка, корень, вареный, кубиками
254	Петрушка, свежая	412	Печень говяжья жареная	678	Печенье датское, с сыром
679	Печенье фруктовое	720	Печенье рассыпное, обычное, магазинное	723	Печенье сахарное, домашнее на маргарине
722	Печенье сахарное, тесто, свежезамороженное	721	Печенье сахарное, магазинное	205	Печенье соленое с сырной начинкой
6	Печенье чайное, обычное или масляное, на 2% молоке	52	Печенье Matzo, обычное	726	Печенюшки из муки грубого помола Graham, обычные
734	Печенюшки из цельномолотой пшеницы	731	Печенюшки обычные	730	Печенюшки соленые, квадратики
954	Пиво, лайт	953	Пиво, обычное	781	Пирог абрикосовый
669	Пирог бостонский, кремовый	70	Пирог лимонный с меренгами	87	Пирог с банановым кремом, по рецепту
687	Пирог с глазурью	822	Пирог с куриным мясом, замороженный	71	Пирог с орехом пекан
67	Пирог с черникой	66	Пирог с яблоками	673	Пирожное из готового порошкового теста, ангельский торт
674	Пирожное из готового порошкового теста, вода, яичный белок, не замороженный	677	Пирожное Кофейное	709	Пирожное с масляным кремом, магазинное
686	Пирожное шоколадное, с глазурью, с низким содержанием жиров	866	Пицца Пепперони, быстрого приготовления	786	Пицца Пепперони, свежезамороженная
788	Пицца с мясом и овощами, замороженная	865	Пицца с сыром, быстрого приготовления	312	Помидор сушеный без добавок
310	Помидоры гроздевые	311	Помидоры консервированные	309	Помидоры свежие
681	Пончик с глазурью	680	Пончик, выпечка	748	Поп-корн без соли
749	Поп-корн на масле, соленый	751	Поп-корн с сыром	750	Поп-корн, карамельный, орехового вкуса
454	Потроха тушенные турецкие	968	Прохладительный напиток Root Beer	737	Пудинг ванильный из порошка, на 2%-ом молоке, растворимый
745	Пудинг ванильный, готовый, обезжиренный	742	Пудинг ванильный, готовый, обычный	738	Пудинг ванильный, приготовленный
735	Пудинг шоколадный из порошка, на 2%-ом молоке, растворимый	743	Пудинг шоколадный, готовый, обезжиренный	739	Пудинг шоколадный, готовый, обычный
736	Пудинг шоколадный, приготовленный				

Р

520	Рыба Pollock (морская) жареная или гриль	820	Равиоли в томатно-мясном соусе	926	Разрыхлитель для теста, сульфат алюминия-натрия
504	Рак вареный «Alaskan King»	506	Рак жареный на масле, выпечка, яйцо, лук, маргарин	870	Рак панированный, жареный на масле
797	Ревень, замороженный, на пару с сахаром	395	Ревень, замороженный, вареный с сахаром	290	Редиска сырая
729	Ржаные облатки, цельного помола, натуральные	618	Рикотта из цельного молока	619	Рикотта, из обезжиренного молока
156	Рис быстрого приготовления, вареный	155	Рис быстрого приготовления, сырой	157	Рис дикий, вареный
154	Рис длиннозерный, мгновенного приготовления	153	Рис длиннозерный, приготовленный	152	Рис длиннозерный, сырой
831	Рис мексиканский, гарнир, сухая смесь	151	Рис, коричневый, длиннозернистый, вареный	158	Рисовая выпечка, рис коричневый, обычный
150	Рисовые клёцки, вареные	758	Рисовые криспи квадратные	136	Рисовые овсяные хлопья Krispies
740	Рисовый пудинг, готовый	74	Роллы, гамбургер, хот-дог	166	Ростки фасоли вареные, высушенные
76	Рулеты сладкие, испеченные из замороженного теста с корицей и глазурью	291	Рутабага (брюква), вареная, сушеная	510	Рыба «морской язык» или камбала, жареная или на гриле
855	Рыба (жареная в панировке) в виде сендвича с соусом Тартар и сыром, фаст-фуд	512	Рыба камбала, жареная или гриль	517	Рыба окунь морской, вареный
498	Рыба окунь, морской, вареный или гриль	497	Рыба окунь, речной, вареный или гриль	513	Рыба селедка чищенная
499	Рыба сом панированный, жареный на масле	538	Рыба судак, щука	522	Рыба атлантический большеголов, с апельсинами, жареный или на гриле
508	Рыбное филе, запеченное в тесте или панированное, жаренное в масле	509	Рыбная палочка порционная, панированная, замороженная, предварительно разогретая	913	Рыбная уха, домашнего приготовления
531	Рыба-меч, жареная или на гриле				

236	Салат айсберг, листья	237	Салат айсберг, мелко нарезанный	210	Салат из капусты, домашний
852	Салат из савойской капусты, быстрого приготовления	537	Салат из трески в масле, маринованной, с майонезом	239	Салат листья, кусочками или резаный
240	Салат римский, листья сердцевины	241	Салат римский, мелко нарезанный	867	Салат с куриным мясом без дрессинга, быстрого приготовления
238	Салат, листья	235	Салат свежий	915	Сальса соус
491	Салями из говядины или свинины, вареная	492	Салями из говядины или свинины, сухого копчения	526	Сардины атлантические, консервированные в масле
763	Сахар коричневый, тростниковый	765	Сахарный песок, гранулированный	179	Свекла консервированная, сушеная
181	Свекла, зелень, листья и стебель, вареная, сушеная	177	Свекла, целиком или нарезанная, вареная, сушеная	466	Свинина жаренная, постная или жирная
832	Свинина с бобами, консервированная	471	Свинина, вырезка, гриль, постная	469	Свинина, колбаса, вареная, кусками
470	Свинина, колбаса, вареная, паштет	468	Свинина, ребро, хребет, постная и жирная, вареная, томленая	467	Свинина ребра, приготовленные
461	Свиное мясо, сало, консервированное, вареное	460	Свиное мясо, консервированное, вареное	521	Свиные ребрышки, вареные или жареные
579	Сезамовые зерна	206	Сельдерей вареный	204	Сельдерей свежий
931	Сельдерей, ростки	574	Семечки еловые, не ободранные	586	Семечки подсолнуховые, жареные, соленые
770	Сироп кленовый	769	Сироп кукурузный, лайт	388	Слива свежая
625	Сливки	947	Сливки взбитые в сифоне	627	Сливки взбитые не в сифоне
628	Сливки взбитые не в сифоне, низкое содержание жиров	626	Сливки, для кофе	391	Сливовый сок консервированный или в бутылках
766	Слоеное тесто, замороженное, готовое к выпечке, запеченное	703	Смесь зерновых с орехом, обжаренным всухую, соленые	746	Смесь соленых и сладких крекеров Chex
631	Сметана обезжиренная	629	Сметана обычная	630	Сметана, маложирная
349	Смородина сушеная	929	Сода питьевая	582	Соевое молоко
296	Соевые бобы зеленые, вареные, сушеные	583	Соевые бобы обжаренные	916	Соевый соус
833	Солсбери стейк, замороженный	386	Сок ананасовый, не подслащенный, консервированный	986	Сок апельсиновый, консервированный, несладкий
985	Сок апельсиновый свежий	978	Сок грейпфрута консервированный, не подслащенный	979	Сок грейпфрута консервированный, с добавлением сахара
976	Сок грейпфрута розовый или белый	984	Сок грейпфрута, концентрат, замороженный, подслащенный, жидкий	980	Сок грейпфрута, концентрат, замороженный, не подслащенный, с мякотью
983	Сок грейпфрута, концентрат, замороженный, подслащенный, с мякотью	981	Сок грейпфрута, концентрат, замороженный, не подслащенный, жидкий	363	Сок лайма, консервированный, без сахара
362	Сок лайма, свежий	320	Сок овощной, концентрированный	817	Соус «Тысяча островов» с низким содержанием жира
816	Соус «Тысяча островов» с обычным содержанием жира	920	Соус «Ворчестер»	944	Соус Гуакамоле
917	Соус для спагетти	800	Соус из голубого сыра, маложирный	799	Соус из голубого сыра, традиционный
294	Соус итальянский, обезжиренный	807	Соус итальянский, с низким содержанием жиров	806	Соус итальянский, традиционный
918	Соус кисло-сладкий	815	Соус Русский, с низким содержанием жира	814	Соус Русский, традиционный
914	Соус сырный «Начос», готовый	919	Соус Терияки	632	Соус укропный
805	Соус французский, с низким содержанием жиров	804	Соус французский, традиционный	813	Соус Farm, обезжиренный
812	Соус Farm, с низким содержанием жиров	811	Соус Farm, традиционный	580	Соя-мисо
478	Спагетти болоньезе из индейки	476	Спагетти болоньезе с говядиной	477	Спагетти болоньезе с говядиной и свининой
834	Спагетти болоньезе, замороженный, диетический	163	Спаржа консервированная, стебли, сушеные	162	Спаржа, замороженная, вареная, сушеная
161	Спаржа, сырая, вареная, сушеная	794	Стейк свиной, вареный, гриль	895	Суп говяжий
889	Суп-пюре гороховый на воде	908	Суп из говядины домашнего приготовления	921	Суп из говядины, консервированный
883	Суп из говядины, на воде	899	Суп из креветок, низкое содержание жира и соли, готовое блюдо быстрого приготовления	906	Суп из куриной лапши, приготовленный из сухой смеси на воде
884	Суп из куриной лапши, приготовленный на воде	885	Суп из моллюсков, на воде	877	Суп из моллюсков, приготовленный на цельном молоке
51	Суп из спаржи	900	Суп из чечевицы, с низким содержанием жира и соли	795	Суп-пюре крем картофельный на молоке

С

909	Суп куриный домашнего приготовления	897	Суп куриный с клецками, готовое блюдо, низкое содержание жира и соли	893	Суп куриный с клецками, с кусочками мяса, готовое блюдо
896	Суп куриный, готовое блюдо с низким содержанием жиров и соли	922	Суп куриный, консервированный	901	Суп Минестроне, готовое блюдо, с малым содержанием жиров и соли
888	Суп Минестроне, концентрированный, на воде	903	Суп мясной из говядины, сухая смесь	924	Суп мясной из индейки, консервированный
902	Суп овощной, готовый, с низким содержанием жиров и соли	891	Суп-пюре из говядины на воде	88	Суп-пюре Минестроне, на воде
892	Суп-пюре овощной, вегетарианский на воде	890	Суп-пюре томатный на воде	881	Суп-пюре томатный с молоком
905	Суп с клецками «Ramen noodle» (японский рецепт), куриного вкуса, сухая смесь	818	Сухая яичная вермишель, смесь	649	Сыворотка молочная
622	Сыр американский, пастеризованный	623	Сыр американский, пастеризованный, без жира	597	Сыр голубой
611	Сыр Гауда	598	Сыр Камамбер	946	Сыр-косичкой
613	Сыр Моцарелла из цельного молока	612	Сыр Монтерей	614	Сыр Мюнстер
615	Сыр Нёшатель	616	Сыр Пармезан	617	Сыр Проволоне
174	Сыр Проволоне	620	Сыр Романо	609	Сыр тертый
610	Сыр Фета	599	Сыр Чеддер	600	Сыр Чеддер, обезжиренный
621	Сыр Швейцарский	624	Сыр Швейцарский пастеризованный	148	Сыр Бри
608	Сыр-паста обезжиренный	607	Сыр-паста, маложирный	606	Сыр-паста, обычный
605	Сыр творожный обезжиренный	604	Сыр творожный с низким содержанием жира (1%)	603	Сыр творожный с низким содержанием жира (2%)
601	Сыр творожный крупнозернистый и мелкозернистый	829	Сырные палочки Моцарелла	725	Сырные печенюшки
764	Сырный Начос, быстрого приготовления	911	Сырный соус готовый	876	Сырный суп из чеддера, приготовленный на цельном молоке
875	Сырный суп с брокколи, приготовленный на цельном молоке	675	Сырный торт	928	Сэндвич гигантский с нарезкой
872	Сэндвич гигантский, жареная говядина, майонез, зелень, готовый	873	Сэндвич гигантский, треска, салат, майонез, готовый	837	Сэндвич на завтрак, яичница с колбасой, фаст-фуд
825	Сэндвич с начинкой из ветчины, замороженный	871	Сэндвич, масло, сыр, салями, ветчина, овощи, фаст-фуд		

Т

874	Тако из говядины	741	Тапиока – пудинг, готовый	744	Тапиока – пудинг, готовый, обезжиренный
78	Тапиока, сушеная	587	Тахини (крем из сезамных зерен)	602	Творог Коттедж чиз с фруктами
472	Телятина, кусками, на пару, постная и жирная	473	Телятина, панированная, вареная, постная и жирная	792	Тесто для пирожных, замороженное
65	Тесто для пирогов из цельнозерновой муки	63	Тесто для пирогов, жареное	64	Тесто для пирогов, жареное, замороженое
793	Тесто для пирожных, фруктовое	684	Тесто, без жира	683	Тесто на масле
147	Тесто, свежезамороженное, обычное, вареное	314	Томатная паста-пюре консервированная	313	Томатный сок консервированный, соленый
315	Томатный соус консервированный	316	Томаты вареные, консервированные	668	Торт Ангельский
682	Торт фруктовый	836	Тортеллини с сырной начинкой, замороженные	762	Тортилья – чипсы, вкуса начос, малым содержанием жира
761	Тортилья – чипсы, вкуса начос, традиционные	760	Тортилья – чипсы, жареные	759	Тортилья – чипсы, обычные, традиционные
81	Тортилья лепешки кукурузные	82	Тортилья лепешки мучные	728	Тосты Мельбы (экстра тонкие)
79	Тосты фруктовые	584	Тофу жесткий	585	Тофу мягкий
503	Треска жареная	533	Треска гриль	535	Треска консервированная в собственном соку, не жирная, кусками
536	Треска консервированная в собственном соку, одно мясо	511	Треска пятнистая, жаренная или гриль	184	Трубочка для мороженого
534	Тунец консервированный в масле, легкий	289	Тыква консервированная	303	Тыква печеная
288	Тыква-пюре, вареная	577	Тыквенные семечки жареные, соленые	72	Тыквенный пирог

У

7	Угорь, приготовленный на пару	507	Угорь, вареный, вяленый	222	Укроп, свежий
950	Уксус, дистиллированный	949	Уксус, яблочный уксус	519	Устрицы, панированные, жаренные на масле

У

518	Устрицы, сырые, только мясо	446	Утка жареная, мясо с кожей	447	Утка жаренная, только мясо
448	Утка пекинская, грудка, мясо и кожа без костей, жаренная	29	Утренний батончик, фруктовая начинка, хлопья зерновые, обезжиренные		

Ф

544	Фасоль белая, сушеная, вареная	173	Фасоль замороженная, вареная, сушеная	175	Фасоль консервированная, сушеная
171	Фасоль свежая, вареная, сушеная	548	Фасоль черная, консервированная	540	Фасоль черная, сушеная, вареная
228	Фенхель (укроп сладкий), клубень, свежий	350	Финики, без косточки	576	Фисташки, сухие, жаренные, соленые
532	Форель, запеченная или жаренная	650	Фрикадельки мясные с вермишелью, с соусом, замороженные	654	Фрикадельки мясные с вермишелью, с соусом, консервы
774	Фруктовый батончик, фрукты и соки, замороженные	353	Фруктовый коктейль, консервированный в собственном соку	352	Фруктовый коктейль, консервированный с сиропом
991	Фруктовый Пунш	706	Фундук в шоколаде		

Х

10	Хлеб батон французский	22	Хлеб белый	24	Хлеб белый, легкий
23	Хлеб белый, свежий	25	Хлеб из муки цельного помола	14	Хлеб из овсяной муки
12	Хлеб итальянский	8	Хлеб пшеничный	21	Хлеб пшеничный легкий
18	Хлеб ржаной	19	Хлеб ржаной, диетический	13	Хлеб с разными зернами
103	Хлеб с чесноком	16	Хлеб черный	98	Хлеб, багет французский
93	Хлеб, булочки из муки цельного помола	15	Хлебец пита	28	Хлебные добавки, сухая смесь
17	Хлебцы с изюмом	121	Хлебцы, мелкие	141	Хлопья злаковые
109	Хлопья пшеничные Chex	487	Хот-дог/сосиска, говядина	488	Хот-дог/сосиска, свинина
861	Хот-дог обычный, быстрого приготовления	862	Хот-дог острый, фаст-фуд	824	Хот-дог панированный кукурузной мукой, жареный (corn dog) свежезамороженный
940	Хрен тертый, готовый	562	Хумус традиционный		

Ц

801	Цезарь обычный	802	Цезарь с низким содержанием жира	302	Цуккини, вареные, сушеные
301	Цуккини, фри				

Ч

823	Чили кон карне, с бобами, консервы	851	Чили кон карне, быстрого приготовления	482	Чоризо, из говядины или свинины
999	Чай лимонный ароматизированный с подсластителем	997	Чай в пакетиках, несладкий	998	Чай лимонного вкуса, не подслащенный
996	Чайный сбор лекарственных трав	346	Черешневая начинка для пирога, консервированная	68	Черешневый пирог
345	Черешня, свежая без косточек	341	Черника свежая	342	Черника, замороженная, с сахаром
972	Черничный пирог	168	Черноглазый горох, замороженный, приготовленный, осушенный	389	Чернослив сухой, без косточек, не вареный
390	Чернослив томленый, не подслащенный	225	Чеснок, сырой	563	Чечевица сухая, вареная
848	Чизбургер обычный большой, с салатом, помидорами и майонезом, фаст-фуд	847	Чизбургер обычный средний, без добавок	844	Чизбургер обычный, средний, с салатом, помидорами и майонезом, фаст-фуд
845	Чизбургер, двойной или обычный, без добавок, фаст-фуд	843	Чизбургер, двойной или обычный, с салатом, помидорами и майонезом, фаст-фуд	846	Чизбургер, двойной или обычный, булочка простая, фаст-фуд
176	Чизкейк, приготовленный из смеси, не выпекаемый	178	Чипсы картофельные, жареные	755	Чипсы картофельные обезжиренные
218	Чипсы картофельные обычные	753	Чипсы картофельные со сметаной и луком	754	Чипсы картофельные, маложирные
752	Чипсы картофельные, натуральные, соленые	747	Чипсы кукурузные, натуральные		

Ш

868	Шейк шоколадный, быстрого приготовления	869	Шейк шоколадный	659	Шейк шоколадный, густой
660	Шейк шоколадный, не густой	644	Щербет мороженое	708	Шоколад горький
701	Шоколад молочный с миндалем	180	Шоколад плитка, белый	700	Шоколад штучный, молочный, обычный
934	Шоколадная выпечка, неподслащенная, жидкая	933	Шоколадная выпечка, неподслащенная, нежидкая	719	Шоколадная начинка для выпечки
655	Шоколадное молоко, магазинное	657	Шоколадное молоко, магазинное, с низким содержанием жиров	656	Шоколадное молоко, магазинное, с пониженным содержанием жиров
711	Шоколадное печенье, с низким содержанием жира	676	Шоколадное пирожное с сахарной глазурью	705	Шоколадные чипсы, полусладкие
767	Шоколадный ароматизированный сироп	702	Шоколадный микс с молоком и арахисом	768	Шоколадный сироп, тип помадка
69	Шоколадный сливочный пирог	300	Шпинат консервированный	297	Шпинат свежий
298	Шпинат свежий, вареный, сушеный	835	Шпинат суфле домашнего приготовления	299	Шпинат, замороженный, вареный, сушеный

Э

224	Эндивия, свежая	262	Энчилада с говядиной и сыром, быстрого приготовления	912	Энчилада соус, готовый

Я

329	Яблоки на пару, без сахара	328	Яблоки на пару, с сахаром	326	Яблоки свежие, без шкурки
327	Яблоки сушеные	325	Яблоки, свежие, со шкуркой	987	Яблочная начинка для пирога
973	Яблочный сок, консервированный или бутылочный	974	Яблочный сок, концентрат, свежезамороженный	975	Яблочный сок, замороженный, концентрат, разбавленный
331	Яблочный соус, консервированный, без сахара	330	Яблочный соус, консервированный, подслащенный	424	Ягненок, вырезка на гриле, постная
425	Ягненок, ножная часть, постная или жирная	500	Ягненок, ножная часть, постная, жареная	590	Яичный белок, свежий
591	Яичный желток, свежий	595	Яичный заменитель, жидкий	658	Яичный ликер
9	Яичный хлеб	593	Яйцо вареное, с солью	572	Яйцо жареное на растительном масле
69	Шоколадный сливочный пирог	592	Яйцо крутое	297	Шпинат свежий
307	Ямс (батат) под сахарной глазурью	305	Ямс, жаренный в мундире	324	Ямс, клубни вареные, гриль, сушеные или жареные
5	Ячмень вареный				

ПРИЛОЖЕНИЕ

www.oursson.com

