

## Соки, напитки безалкогольные

Продукты, 100 г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергия, ккал
Абрикосовый сок	0,5-0,9	0-0,1	9-12,7	38-55
Ананасовый	0.3	0.1	11.4	48
Апельсиновый	0,7-0,9	0,1-0,2	8,1-13,2	36-60
Березовый	0.1	-	5.8	24
Виноградный	0.3	0-0,2	14-16,3	54-70
Гранатовый	0.3	0.1	14.2	56
Грейпфрутовый	0.3	0.1	6,5-7,9	29-38
Грушевый	0.4	-	11	45
Лаймовый, свежесжатый	0.4	0.1	8	25
Лимонный, свежесжатый	0.35	0.24	6.6	22
Манго сок	-	-	13.5	54
Мандариновый	0.8	-	8,1-9,8	35-45
Морковный	1.1	0.1	6,4-12,6	33-56
Персиковый	0.3	-	9,5-16,5	39-68
Томатный	1-1,1	0,1-0,2	2,9-3,8	18-21
Тыквенный	-	-	9	38
Яблочный	0,4-0,5	0.1	9,8-10,1	42-46
7up	-	-	8.7	38
Квас "Очаковский"	-	-	5.5	30
Квас хлебный	0.2	-	5.2	27
Кока-кола	-	-	10.4	42
Кофе черный зерновой без сахара	0.2	0.5	0.3	7
Кофе с молоком и сахаром	0.7	1	11.2	58
Лимонад	-	-	6.4	26
Пепси	-	-	8.7	38
Пиво безалкогольное	-	-	4,1-6,1	22-33
Тоник	-	-	8.3	34
Фанта	-	-	11.7	48
Цикорий растворимый	0.1	-	2.8	11
Чай зеленый	-	-	-	-
Чай черный без сахара	0.1	-	-	-
Чай черный с сахаром	0.1	-	7	28
Чай черный с молоком и сахаром	0.7	0.8	8.2	43