

ДОДАТОК

Таблиця 1

Середні норми відходів та втрат при розбиранні туш залежно від їх категорії для підприємств громадського харчування, що працюють на сировині (% до маси м'яса на кістках)

Найменування сировини	Категорія		
	I	II	III
Яловичина	26,4	29,5	—
Баранина котлетна (без ніжок)	28,5	33,8	—
Телятина (молочна)	34	—	—
Свинина	—	м'ясна обрізна 14,8 16,6	жирна 12,8

Примітка. При розбиранні баранини та козлятини з ніжками відходи збільшуються на 1,3%.

Таблиця 2

Норми виходу крупнокускових напівфабрикатів і котлетного м'яса залежно від категорії туш для підприємств громадського харчування, що працюють на сировині (% до маси м'яса на кістках)

Найменування напівфабрикатів	Категорія		
	I	II	III
1	2	3	4
Яловичина			
Найдовший м'яз спини	1,7	2,1	—
спинна частина (товстий край)	1,6	1,7	—
поперекова частина (тонкий край)	—	—	—
Тазостегнова частина	2,0	2,3	—
верхня	4,5	4,8	—
внутрішня	4,0	4,0	—
бокова	6,1	5,5	—
зовнішня	—	—	—
Лопаткова частина	2,0	2,2	—
плечова	2,5	2,6	—
заплічна	2,0	1,7	—
Підлопаткова частина	2,8	2,5	—
Грудна частина (м'якоть)	4,1	—	—
Крайка	40,3	41,1	—
Котлетне м'ясо	—	—	—
Вихід крупнокускових напівфабрикатів та котлетного м'яса	73,6	70,5	—

Примітка. Крайка з яловичини II категорії належить до котлетного м'яса.

Продовження табл. 2

1	2	3	4
Кістки	22,2	25,1	—
Сухожилля, хрящі	3,2	3,4	—
Технічні зачистки та втрати при розбиранні	0,5	0,5	—
Втрати при зберіганні	0,4	0,4	—
Втрати при нарізанні	0,1	0,1	—
Усього	100,0	100,0	—
	I кат. Телятина молочна	I кат. Баранина або козлятина	II кат.
Корейка з реберною кісткою	8,0	10,5	9,7
в тому числі м'якоть	5,5	9,0	7,4
Тазостегнова частина	17,0	17,0	17,8
Лопаткова частина	5,5	7,6	8,0
Грудна частина з реберною кісткою	8,5	8,7	7,6
в тому числі м'якоть	6,0	6,7	5,4
Котлетне м'ясо	32,0	29,8	26,0
у тому числі: шийна частина (м'якоть)	—	4,8	4,5
обрізки	—	25,0	21,5
<i>Вихід крупнокускових напівфабрикатів, котлетного м'яса при розбиранні корейки та грудної частини</i>			
з реберною кісткою	—	73,6	69,1
без реберної кістки	66,0	70,1	64,6
Нирки та навколонишковий жир	—	1,4	1,6
Кістки при розбиранні корейки та грудної частини	—	—	—
з реберною кісткою	—	22,3	25,8
без реберної кістки	—	25,8	30,3
Сухожилля, хрящі	—	1,6	2,4
Кістки та сухожилля	33,0	—	—
Технічні зачистки та втрати при розбиранні	1,0	0,5	0,5
Втрати при зберіганні	—	0,4	0,4
Втрати при нарізанні	—	0,2	0,2
Усього	100,0	100,0	100,0

Примітка. При надходженні баранини та козлятини з ніжками втрати збільшуються на 1,3%, а вихід котлетного м'яса зменшується на 1,3%.

1	2	3		4
		Свинина		
		II кат.	III кат.	
		м'ясна	обрізна	жирна
Вирізка	—	0,7	0,8	0,6
Корейка з реберною кісткою	—	10,3	11,2	8,5
в тому числі м'якоть	—	9,3	10,2	7,7
Тазостегнова частина	—	14,0	18,5	14,0
Лопаткова частина	—	6,5	10,1	7,6
Грудна частина з реберною кісткою	—	9,2	10,3	7,8
в тому числі м'якоть	—	8,3	9,0	6,8
Шийна частина (м'якоть)	—	4,0	5,6	4,2
Котлетне м'ясо	—	28,8	29,2	21,9
<i>Вихід крупнокускових напівфабрикатів і котлетного м'яса при розбиранні корейки та грудної частини</i>				
з реберною кісткою	—	73,5	87,5	64,6
без реберної кістки	—	71,6	83,4	62,8
Шпик та обрізки шпику	—	13,6	—	24,4
<i>Кістки при розбиранні корейки та грудної частини</i>				
з реберною кісткою	—	11,5	13,0	9,8
без реберної кістки	—	13,4	15,3	11,6
Сухожилля та хрящі	—	0,6	0,5	0,4
Технічні зачистки та втрати при розбиранні	—	0,5	0,5	0,5
Втрати при зберіганні	—	0,2	0,2	0,2
Втрати при нарізанні	—	0,1	0,1	0,1
Усього	—	100,0	100,0	100,0

Примітки: 1. При розбиранні свинини в шкурі відходи у м'ясної свинини збільшуються на 7,5%, у жирної — на 6% за рахунок шкури, яка використовується для холодців та желе. При надходженні крупованої свинини вихід шкури становить 3,3% від маси туші.

2. Шпик (який отримується при розбиранні свинячої туші) завтовшки не менш як 3,5 см можна засолювати та використовувати для приготування холодних страв. Для засолування кожну смужку шпику змочують у розсолі, натирають сіллю та укладають в ящики або чани, на дно яких насипають шар солі 1—1,5 см. Сіллю пересипають кожний шар шпику. Термін засолу — 20 діб. За такого способу засолу вихід шпику — 98%. Для покращання смакових властивостей шпик рекомендується натирати сіллю з додаванням часнику. Витрати солі становлять 8% від маси сировини.

Таблиця 3

Вміст кісток в окремих напівфабрикатах залежно від категорії
(% до маси напівфабрикату)

Найменування напівфабрикату	I		II		III
	Баранина		Свинина		жирна
			м'ясна	обрізна	
Корейка з реберною кісткою	14,3	23,7	9,7	8,9	9,4
Грудна частина з реберною кісткою	23,0	28,9	9,8	12,6	12,8

Вміст кісток різної харчової цінності в скелеті яловичих туш
залежно від категорії

(% до загальної маси кісток)

Найменування кісток	Категорія	
	I	II
Трубчасті й тазові	45,0	48,0
Грудні	8,0	8,0
Хребтові	29,0	27,0
Реберні та лопаткові	18,0	17,0

Таблиця 5

Розрахунок витрат м'яса, виходу напівфабрикатів та готових виробів
з яловичини, баранини й козлятини

Найменування сировини, напівфабрикатів та готових виробів	Спосіб теплового оброблення	Маса сировини бруто залежно від категорії, г		Маса сировини нетто або напівфабрикату, г	Втрати при тепловому обробленні, % до маси сировини нетто або напівфабрикату	Маса готового виробу, г
		I	II			
1	2	3	4	5	6	7

Яловичина						
Крупні куски	Варіння	43	45	32	38	20
Те саме	»	54	57	40	38	25
»	»	65	68	48	38	30
»	»	76	79	56	38	35
»	»	88	92	65	38	40
»	»	110	115	81	38	50
»	»	132	138	97	38	60
»	»	164	172	121	38	75
»	»	219	228	161	38	100
»	Тушкування	113	118	83	40	50
»	»	170	177	125	40	75
»	»	227	237	167	40	100
»	Смаження	105	109	77	35	50
»	»	156	163	115	35	75
»	»	209	218	154	35	100
Порційні куски (духова яловичина)	Тушкування	109	113	80*	40	48
Те саме	»	170	177	125*	40	75
»	»	227	237	167	40	100

1	2	3	4	5	6	7
Порційні куски натуральні (біфштекс, філе, лангет, антрекот та інші)	Смаження	109	113	80*	37	50
	»	170	177	125*	37	79
	Те саме	216	226	159	37	100
Дрібні куски (азу, гуляш, піджарка)	Тушкування	107	112	79	37	50
	»	162	169	119	37	75
	Те саме	216	226	159	37	100
Дрібні куски (шашлик, бефстроганов)	Смаження	107	112	79	37	50
	»	162	169	119	37	75
	Те саме	216	226	159	37	100
Баранина, козлятина Крупні куски	Варіння	43	47	31	36	20
	»	55	59	39	36	25
	»	66	71	47	36	30
	»	77	83	55	36	35
	»	88	95	63	36	40
	»	109	118	78	36	50
	»	131	142	94	36	60
	»	164	177	117	36	75
	»	218	236	156	36	100
	»	110	119	79	37	50
	»	166	180	119	37	75
	»	222	240	159	37	100
	»	110	119	79	37	50
	»	166	180	119	37	75
	»	222	240	159	37	100
Порційні куски (баранина духова)	Тушкування	112	121	80*	37	50
	»	175	189	125*	37	79
	Те саме	222	240	159	37	100
Порційні куски натуральні (ескалоп)	Смаження	112	121	80*	37	50
	»	175	189	125*	37	79
	Те саме	222	240	159	37	100
Порційні куски натуральні з кісткою (котлети натуральні)	»	112	121	80 ¹ *	37	50 ¹
	»	158	171	113+12 ² *	37	71+12 ²
	»	222	240	159+12 ²	37	100+12 ²
Дрібні куски (плов)	Тушкування	99	107	71	30	50
	»	150	162	107	30	75
	Те саме	200	216	143	30	100
Дрібні куски з кісткою (рагу)	»	96	104	86 ³	30	60 ³
	»	144	156	129 ³	30	90 ³
	Те саме	110	119	79	37	50
Дрібні куски (шашлик)	Смаження	110	119	79	37	50
	»	166	180	119	37	75
	Те саме	222	240	159	37	100

¹ Маса котлет вказано без кістки.² Реберна кістка завдовжки не більш як 80 мм масою приблизно 12 г (з баранини).³ Маса нетто рагу з баранини вказано з урахуванням вмісту 20% кісток.

* Маса напівфабрикатів вказано за промисловою рецептурою.

Розрахунок витрат м'яса, виходу напівфабрикатів та готових виробів із свинини

Найменування сировини, напівфабрикатів та готових виробів	Спосіб теплового оброб- ляння	Маса сировини брутто залежно від її виду, г			Маса сировини нетто або напівфабрикату, г	Втрати при тепловому оброб- лянні, % до маси сировини нетто або напівфабрикату	Маса готового виробу, г
		м'яса	обріана	жирна			
Крупні куски	Варіння	39	40	38	33	40	20
	»	49	50	48	42	40	25
	»	59	60	57	50	40	30
	»	68	70	67	58	40	35
	»	79	80	77	67	40	40
	»	97	100	95	83	40	50
	»	117	120	115	100	40	60
	»	147	150	143	125	40	75
	»	196	200	192	167	40	100
	»	87	89	85	74	32	50
	»	129	132	126	110	32	75
	»	173	176	169	147	32	100
	»	87	89	85	74	32	50
	»	129	132	126	110	32	75
	»	173	176	169	147	32	100
Порційні куски з кісткою (котлети натуральні)	Припускання	94	96	92	80 ¹ *	40	48 ¹
	»	123	126	120	105+20 ² *	40	63+20 ²
	»	244	249	239	208+20 ²	40	125+20 ²
Порційні куски (свинина духова)	Тушкування	94	96	92	80*	32	54
	»	147	150	143	125*	32	85
	»	173	176	169	147	32	100
Порційні куски натуральні (ескалоп)	Смаження	94	96	92	80*	32	54
	»	147	150	143	125*	32	85
	»	173	176	169	147	32	100
Порційні куски натуральні з кісткою (котлети натуральні)	»	94	96	92	80 ¹ *	32	54 ¹
	»	123	126	120	105+20 ² *	32	71+20 ²
	»	173	176	169	147+20 ²	32	100+20 ²
Дрібні куски (гуляш)	Тушкування	87	89	85	74	32	50
	»	129	132	126	110	32	75
	»	173	176	169	147	32	100
Дрібні куски (шашлик, піджарка)	Смаження	87	89	85	74	32	50
	»	129	132	126	110	32	75
	»	173	176	169	147	32	100

¹ Маса котлет вказано без кістки.² Реберна кістка завдовжки не більш як 80 мм масою приблизно 20 г.

* Маса напівфабрикатів вказано за промисловою рецептурою.

Таблиця 7

Розрахунок витрат м'яса, виходу готових виробів із поросятини

Найменування сировини, напівфабрикатів та готових виробів	Спосіб теплового оброблення	Маса сировини бруutto, г	Відходи при холодному обробленні, %	Маса сировини нетто, г	Втрати при тепловому обробленні, % до маси сировини нетто	Маса готового виробу, г
Порося ціле	Варіння	125	20	100	25	75
Те саме	*	166	20	133	25	100
*	*	209	20	167	25	125
*	*	250	20	200	25	150
*	Смаження	134	20	107	30	75
*	*	179	20	143	30	100
*	*	268	20	214	30	150

Таблиця 8

Розрахунок витрат м'яса, виходу напівфабрикатів та готових виробів із телятини I категорії (молочної)

Найменування сировини, напівфабрикатів та готових виробів	Спосіб теплового оброблення	Маса сировини бруutto, г	Маса сировини нетто або напівфабрикату, г	Втрати при тепловому обробленні, % до маси сировини нетто або напівфабрикату	Маса готового виробу, г
1	2	3	4	5	6
Крупні куски телятини	Варіння	47	31	36	20
Те саме	*	59	39	36	25
*	*	71	47	36	30
*	*	83	55	36	35
*	*	95	63	36	40
*	*	118	78	36	50
*	*	142	94	36	60
*	*	177	117	36	75
*	*	236	156	36	100

Продовження табл. 8

1	2	3	4	5	6
Крупні куски телятини	Смаження	120	79	37	50
Те саме	*	180	119	37	75
*	*	241	159	37	100
Порційні куски з кісткою (котлети натуральні)	Припускання	121	80 ^{1*}	36	51 ¹
Те саме	*	159	105+20 ^{3*}	36	67+20 ³
*	*	295	195+20 ³	36	125+20 ³
Порційні куски натуральні (ескалоп)	Смаження	121	80*	37	50
Те саме	*	189	125*	37	79
*	*	241	159	37	100
Порційні куски натуральні з кісткою (котлети натуральні)	*	121	80 ^{1*}	37	50 ¹
Те саме	*	159	105+20 ^{2*}	37	66+20 ²
*	*	241	159+20 ²	37	100+20 ²
Дрібні куски (бефстроганов та інші)	Смаження	120	79	37	50
Те саме	*	180	119	37	75
*	*	241	159	37	100

¹ Маса котлет вказано без кістки.

² Реберна кістка завдовжки не більш як 80 мм масою приблизно 20 г.

* Маса напівфабрикатів вказано за промисловою рецептурою.

Таблиця 9

Розрахунок витрат м'яса, виходу напівфабрикатів та готових виробів із вирізки, замороженої блоками

Найменування сировини, напівфабрикатів та готових виробів	Спосіб теплового оброблення	Маса сировини бруutto, г	Відходи при холодному обробленні, %	Маса сировини нетто або напівфабрикату, г	Втрати при тепловому обробленні, % до маси сировини нетто або напівфабрикату	Маса готового виробу, г
Вирізка цілим куском (ростбіф)	Смаження	91	15 ¹	77	35	50
Те саме	*	135	15 ¹	115	35	75
*	*	181	15 ¹	154	35	100
Порційні та дрібні куски (біфштеке, філе, лангет, бефстроганов, шашлик)	*	94	15 ¹	80*	37	50
Те саме	*	147	15 ¹	125*	37	79
*	*	187	15 ¹	159	37	100

¹ Втрати на розморожування та відходи на зачистку.

* Маса напівфабрикатів вказано за промисловою рецептурою.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
Дрібнокускові напівфабрикати:																			
Гуляш, піджарка, шашлик	—	1174	1147	1147	1000	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	1000	—	—	—
Рагу по-домашньому	—	587	600	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	1000 ⁵	—	—	—
З копченої масл. котлети по-київськи	—	1056	1079	1032	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	1000 ⁶	—	—	—
Те саме	—	31	32	30	26,37	2	1,5	2	—	7	10,5	0,6	0,03	—	—	50	2	19	41
Телятина І категорії (молочна)	—	62	63	60	52,74	4	3	4	—	14	21	1,2	0,03	—	—	100	5	19	81
Бекалон *	121	—	—	—	80	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	80	5	37	50
Котлети натуральні	189	—	—	—	125	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	125	7	37	79
Те саме	121	—	—	—	80 ²	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	80 ²	5	37	50
Котлети відбивні	159	—	—	—	125 ³	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	125 ³	7	37	66+20 ³
Те саме	106	—	—	—	70 ²	—	—	9 ⁴	3	—	—	0,08	0,02	—	—	802	6	27	58
Шніцел *	136	—	—	—	110 ³	—	—	15 ⁴	5	—	—	0,13	0,04	—	—	1253	10	27	77+20 ³
Те саме	106	—	—	—	70	—	—	9 ⁴	3	—	—	0,08	0,02	—	—	80	6	27	58
Шніцел *	167	—	—	—	110	—	—	15 ⁴	5	—	—	0,13	0,04	—	—	125	10	27	91

¹ За рецептурами ОСТ 49 208—84 "Полуфабрикаты мясные натуральные", ОСТ 49 121—84 "Полуфабрикаты мясные рубленые".

² Маса котлет вказано без кістки.

³ У тому числі реберна кістка завдовжки не більш як 80 мм, масою приблизно 12 г (з баранини) та 20 г (зі свинини або телятини).

⁴ Норму сухарів вказано з урахуванням витрат на підсижку тари.

⁵ Маса напівфабрикату з наявністю приблизно 50% м'яса й жиру та 50% кісток.

⁶ Маса напівфабрикату з вмістом кісток не більш як 10%.

Розрахунок витрат субпродуктів, ковбасних виробів та свинокопченостей, виходу напівфабрикатів та готових виробів

1	2	3	4	5	6	7
Найменування сировини та продуктів, термічний стан, способи промислового розбирання та кулінарного оброблення	Спосіб теплового оброблення	Маса сировини бруutto, г	Відходи та втрати при холодному обробленні, % до маси сировини бруutto	Маса сировини нетто або напівфабрикату, г	Втрати при теплового обробленні, % до маси сировини нетто або напівфабрикату	Вихід готового виробу, г
Субпродукти						
Голова яловича ¹	Варіння	100	—	100	75 ²	25
Те саме	*	140	—	140	75 ²	35
*	*	200	—	200	75 ²	50
*	*	300	—	300	75 ²	75
*	*	400	—	400	75 ²	100
*	*	500	—	500	75 ²	125
Голова яловича(дрібними кусками)	Тушкування	253	68	81	38	50
Те саме	*	378	68	121	38	75
*	*	503	68	161	38	100
Голова свиняча (без мозку)	Варіння	57	2	56	55 ²	25
Те саме	*	80	2	78	55 ²	35
*	*	113	2	111	55 ²	50
*	*	170	2	167	55 ²	75
*	*	227	2	222	55 ²	100
*	*	284	2	278	55 ²	125
Голова бараняча (без язика та мозку) ³	*	143	—	143	65 ²	50
Те саме	*	214	—	214	65 ²	75
*	*	286	—	286	65 ²	100
Путовий суглоб яловичий	*	147	—	147	66 ²	50
Те саме	*	221	—	221	66 ²	75
*	*	294	—	294	66 ²	100
Ноги свинячі	*	110	—	110	11+49 ⁴	50
Те саме	*	165	—	165	11+49 ⁴	75
*	*	220	—	220	11+49 ⁴	100
Ноги баранячі	*	119	—	119	58 ²	50
Те саме	*	179	—	179	58 ²	75
*	*	238	—	238	58 ²	100
Мозок охолоджений	*	54	13	47	25	35
Те саме	*	77	13	67	25	50
*	*	116	13	100	25	75
*	*	153	13	133	25	100
Мозок морожений	*	84	20	67	25	50
Те саме	*	125	20	100	25	75
*	*	166	20	133	25	100

1	2	3	4	5	6	7
Язики яловичі охолоджені	Варіння	32	—	32	27+14 ^b	20
Те саме	•	40	—	40	27+14 ^b	25
•	•	48	—	48	27+14 ^b	30
•	•	56	—	56	27+14 ^b	35
•	•	64	—	64	27+14 ^b	40
•	•	80	—	80	27+14 ^b	50
•	•	96	—	96	27+14 ^b	60
•	•	119	—	119	27+14 ^b	75
•	•	159	—	159	27+14 ^b	100
Язики яловичі морожені	•	34	—	34	31+14 ^b	20
Те саме	•	42	—	42	31+14 ^b	25
•	•	51	—	51	31+14 ^b	30
•	•	59	—	59	31+14 ^b	35
•	•	67	—	67	31+14 ^b	40
•	•	84	—	84	31+14 ^b	50
•	•	101	—	101	31+14 ^b	60
•	•	126	—	126	31+14 ^b	75
•	•	169	—	169	31+14 ^b	100
Язики свинячі та телячі охолоджені	•	32	—	32	29+12 ^b	20
Те саме	•	40	—	40	29+12 ^b	25
•	•	48	—	48	29+12 ^b	30
•	•	56	—	56	29+12 ^b	35
•	•	64	—	64	29+12 ^b	40
•	•	80	—	80	29+12 ^b	50
•	•	96	—	96	29+12 ^b	60
•	•	120	—	120	29+12 ^b	75
•	•	160	—	160	29+12 ^b	100
Язики свинячі та телячі морожені	•	34	—	34	33+12 ^b	20
Те саме	•	42	—	42	33+12 ^b	25
•	•	51	—	51	33+12 ^b	30
•	•	59	—	59	33+12 ^b	35
•	•	68	—	68	33+12 ^b	40
•	•	85	—	85	33+12 ^b	50
•	•	102	—	102	33+12 ^b	60
•	•	127	—	127	33+12 ^b	75
•	•	170	—	170	33+12 ^b	100
Язики баранячі охолоджені	•	37	—	37	35+17 ^b	20
Те саме	•	46	—	46	35+17 ^b	25
•	•	56	—	56	35+17 ^b	30
•	•	65	—	65	35+17 ^b	35
•	•	74	—	74	35+17 ^b	40
•	•	93	—	93	35+17 ^b	50
•	•	111	—	111	35+17 ^b	60
•	•	139	—	139	35+17 ^b	75
•	•	185	—	185	35+17 ^b	100
Язики баранячі морожені	•	38	—	38	37+17 ^b	20
Те саме	•	48	—	48	37+17 ^b	25
•	•	57	—	57	37+17 ^b	30
•	•	67	—	67	37+17 ^b	35
•	•	76	—	76	37+17 ^b	40
•	•	96	—	96	37+17 ^b	50
•	•	115	—	115	37+17 ^b	60
•	•	143	—	143	37+17 ^b	75
•	•	191	—	191	37+17 ^b	100
Нирки яловичі охолоджені	•	30	7	28	47	15
Те саме	•	41	7	38	47	20
•	•	51	7	47	47	25

1	2	3	4	5	6	7
Нирки яловичі охолоджені	Варіння	71	7	66	47	35
Те саме	•	101	7	94	47	50
•	•	153	7	142	47	75
•	•	203	7	189	47	100
•	Смаження	101	7	94	47	50
•	•	153	7	142	47	75
•	•	203	7	189	47	100
Нирки яловичі морожені	Варіння	36	14	31	52	15
Те саме	•	49	14	42	52	20
•	•	60	14	52	52	25
•	•	85	14	73	52	35
•	•	121	14	104	52	50
•	•	181	14	156	52	75
•	•	242	14	208	52	100
•	Смаження	121	14	104	52	50
•	•	181	14	156	52	75
•	•	242	14	208	52	100
Нирки свинячі, баранячі, телячі охолоджені	Варіння	29	2	28	47	15
Те саме	•	39	2	38	47	20
•	•	48	2	47	47	25
•	•	67	2	66	47	35
•	•	96	2	94	47	50
•	•	145	2	142	47	75
•	•	193	2	189	47	100
•	Смаження	85	2	83	40	50
•	•	128	2	125	40	75
•	•	170	2	167	40	100
Нирки свинячі, баранячі, телячі морожені	Варіння	34	10	31	52	15
Те саме	•	47	10	42	52	20
•	•	58	10	52	52	25
•	•	81	10	73	52	35
•	•	116	10	104	52	50
•	•	173	10	156	52	75
•	•	231	10	208	52	100
•	Смаження	101	10	91	45	50
•	•	151	10	136	45	75
•	•	202	10	182	45	100
Печінка яловича охолоджена, дрібними кусками	Тушкування та смаження	74	7	69	28	50
Те саме	Те саме	112	7	104	28	75
•	•	149	7	139	28	100
•	•	71	7	66/69 ⁶	28	50
Те саме, порційними кусками	•	106	7	99/104 ⁷	28	75
•	•	143	7	133/139 ⁸	28	100
Печінка яловича морожена, дрібними кусками	•	89	17	74	32	50
Те саме	•	133	17	110	32	75
•	•	177	17	147	32	100
•	•	86	17	71/74 ⁶	32	50
Те саме, порційними кусками	•	127	17	105/110 ⁷	32	75
•	•	170	17	141/147 ⁸	32	100
Печінка свиняча, бараняча, теляча охолоджена, дрібними кусками	•	72	5	68	27	50

1	2	3	4	5	6	7
Печінка свиняча, бараняча, теляча охолоджена, дрібними кусками та смаження	Тушкування	108	5	103	27	75
Те саме	Те саме	144	5	137	27	100
Те саме, порційними кусками	"	68	5	65/68 ⁶	27	50
"	"	103	5	98/103 ⁷	27	75
"	"	138	5	131/137 ⁸	27	100
Печінка свиняча, бараняча, теляча морожена, дрібними кусками	"	84	12	74	32	50
Те саме	"	125	12	110	32	75
"	"	167	12	147	32	100
Те саме, порційними кусками	"	81	12	71/74 ⁶	32	50
"	"	119	12	105/110 ⁷	32	75
"	"	160	12	141/147 ⁸	32	100
Серце охолоджене	Варіння та тушкування	48	9	44	43	25
Те саме	Те саме	67	9	61	43	35
"	"	97	9	88	43	50
"	"	145	9	132	43	75
"	"	192	9	175	43	100
Серце морожене	Варіння та тушкування	49	15	42	40	25
Те саме	Те саме	68	15	58	40	35
"	"	98	15	83	40	50
"	"	147	15	125	40	75
"	"	196	15	167	40	100
Легені	Варіння	38	8	35	28	25
"	"	75	8	69	28	50
"	"	113	8	104	28	75
"	"	151	8	139	28	100
"	Тушкування	84	8	77	35	50
"	"	125	8	115	35	75
"	"	167	8	154	35	100
Вим'я яловиче охолоджене	Варіння	36	—	36	45	20
Те саме	"	45	—	45	45	25
"	"	64	—	64	45	35
"	"	91	—	91	45	50
"	"	136	—	136	45	75
"	"	182	—	182	45	100
"	"	47	5	45	45	25
Рубці	"	96	5	91	45	50
"	"	143	5	136	45	75
"	"	192	5	182	45	100
Губи яловичі	"	143	—	143	30	100
Вуха	"	111	—	111	10	100
Хвосты яловичі	"	89	20	71	30	50
Те саме	"	134	20	107	30	75
"	"	179	20	143	30	100
Ковбасні вироби та сніжкопченості						
Сосиски (молочні, любительські, свинячі, російські, яловичі, баранячі)	"	21	2,5	20	—	20
Те саме	"	26	2,5	25	—	25
"	"	31	2,5	30	—	30
"	"	41	2,5	40	—	40
"	"	51	2,5	50	—	50
"	"	77	2,5	75	—	75
"	"	103	2,5	100	—	100

1	2	3	4	5	6	7
Сосиски (молочні, любительські, свинячі, російські, яловичі, баранячі)	Смаження	57	2,5	56	10	50
Те саме	"	85	2,5	83	10	75
"	"	114	2,5	111	10	100
Сардельки (яловичі, свинячі)	Варіння	21	2,5	20	—	20
Те саме	"	26	2,5	25	—	25
"	"	31	2,5	30	—	30
"	"	41	2,5	40	—	40
"	"	51	2,5	50	—	50
"	"	77	2,5	75	—	75
"	"	103	2,5	100	—	100
Те саме (цілими)	Смаження	55	2,5	54	8	50
"	"	84	2,5	82	8	75
"	"	112	2,5	109	8	100
"	"	61	2,5	59	15	50
Те саме (розрізані уздовж)	"	90	2,5	88	15	75
"	"	121	2,5	118	15	100
"	"	21	3	20	—	20
Ковбаса варена	Варіння	26	3	25	—	25
Те саме	"	52	3	50	—	50
"	"	77	3	75	—	75
"	"	103	3	100	—	100
"	Смаження	58	3	56	10	50
"	"	86	3	83	10	75
"	"	114	3	111	10	100
Окорок копчено-варений та варений (зі шкірою та кістками) тамбовський, воронезький	Варіння	26	24	20	—	20
Те саме	"	33	24	25	—	25
"	"	46	24	35	—	35
"	"	66	24	50	—	50
"	"	99	24	75	—	75
"	"	132	24	100	—	100
"	Смаження	74	24	56	10	50
"	"	109	24	83	10	75
"	"	146	24	111	10	100
Окорок копчено-варений та варений (без шкіри з кістками) тамбовський	Варіння	25	20	20	—	20
Те саме	"	31	20	25	—	25
"	"	44	20	35	—	35
"	"	63	20	50	—	50
"	"	94	20	75	—	75
"	"	125	20	100	—	100
"	Смаження	70	20	56	10	50
"	"	104	20	83	10	75
"	"	139	20	111	10	100
Окорок сирокочений (зі шкірою та кістками) сибірський, тамбовський, воронезький, лопатка	Варіння	31	—	31	15+24 ⁹	20
Те саме	"	39	—	39	15+24 ⁹	25
"	"	54	—	54	15+24 ⁹	35
"	"	77	—	77	15+24 ⁹	50
"	"	116	—	116	15+24 ⁹	75
"	"	155	—	155	15+24 ⁹	100
Рулет копчено-варений (зі шкірою та кістками) ленинградський, роетовський	"	23	12	20	—	20

1	2	3	4	5	6	7
Рулет копчено-варений (зі шкірою та кістками) ленинградський, ростовський	Варіння	28	12	25	—	25
Те саме	*	40	12	35	—	35
*	*	57	12	50	—	50
*	*	85	12	75	—	75
*	*	114	12	100	—	100
Рулет копчено-варений (зі шкірою та кістками) ленинградський, ростовський	Смаження	64	12	56	10	50
Те саме	*	94	12	83	10	75
*	*	126	12	111	10	100
Рулет варений (зі шкірою, без кісток) ленинградський, ростовський	Варіння	22	8	20	—	20
Те саме	*	27	8	25	—	25
*	*	38	8	35	—	35
*	*	54	8	50	—	50
*	*	82	8	75	—	75
*	*	109	8	100	—	100
*	Смаження	61	8	56	10	50
*	*	90	8	83	10	75
*	*	121	8	111	10	100
Корейка копчена (зі шкірою, без кісток)	Варіння	23	—	23	5+7 ⁹	20
Те саме	*	28	—	28	5+7 ⁹	25
*	*	40	—	40	5+7 ⁹	35
*	*	57	—	57	5+7 ⁹	50
*	*	85	—	85	5+7 ⁹	75
*	*	113	—	113	5+7 ⁹	100
Корейка копчена (без шкіри та кісток)	*	26	—	26	5+20 ⁹	20
Те саме	*	33	—	33	5+20 ⁹	25
*	*	46	—	46	5+20 ⁹	35
*	*	66	—	66	5+20 ⁹	50
*	*	99	—	99	5+20 ⁹	75
*	*	132	—	132	5+20 ⁹	100
Грудинка копчена (зі шкірою, без кісток)	*	23	—	23	5+8 ⁹	20
Те саме	*	29	—	29	5+8 ⁹	25
*	*	40	—	40	5+8 ⁹	35
*	*	57	—	57	5+8 ⁹	50
*	*	86	—	86	5+8 ⁹	75
*	*	114	—	114	5+8 ⁹	100
Грудинка копчена (без шкіри та кісток)	*	27	—	27	5+22 ⁹	20
Те саме	*	34	—	34	5+22 ⁹	25
*	*	47	—	47	5+22 ⁹	35
*	*	67	—	67	5+22 ⁹	50
*	*	101	—	101	5+22 ⁹	75
*	*	135	—	135	5+22 ⁹	100

1	2	3	4	5	6	7
Бекон солоний (з кісткою)	*	24	—	24	5+13 ⁹	20
Те саме	*	30	—	30	5+13 ⁹	25
*	*	42	—	42	5+13 ⁹	35
*	*	60	—	60	5+13 ⁹	50
*	*	91	—	91	5+13 ⁹	75
*	*	121	—	121	5+13 ⁹	100

¹ Голови, що надходять без губ та щоківни, ураховуються як кістки.

² Втрати при тепловому оброблянні та відходи й втрати при розбиранні на м'якоть після варіння.

³ При надходженні голів з язиками останні становлять 6—7% від маси брутто.

⁴ 11% — втрати при тепловому оброблянні, 49% — відходи та втрати при розбиранні на м'якоть після варіння.

⁵ 27, 31, 29, 33, 35, 37% — втрати при варінні, 14, 12, 17% — відходи та втрати при зачищенні.

⁶ У знаменнику указано масу напівфабрикату з урахуванням 3 г борошна пшеничного для обкачування.

⁷ У знаменнику указано масу напівфабрикату з урахуванням 5 г борошна пшеничного для обкачування.

⁸ У знаменнику указано масу напівфабрикату з урахуванням 6 г борошна пшеничного для обкачування.

⁹ 15 та 5% — втрати при варінні; 24, 20, 22, 13% — відходи та втрати при розбиранні на шкіру, кістки та порціюванні, масу яких віднесено до маси варених продуктів; 7—8% — відходи на кістки, масу яких віднесено до маси варених продуктів, а також втрати при нарізанні.

Примітка. При тепловому оброблянні субпродуктів дрібними та порційними кусками втрати під час нарізання включено в норми відходів та втрат при холодному оброблянні; при тепловому оброблянні субпродуктів цілими втрати під час нарізання включено до втрат при тепловому оброблянні.

До відходів та втрат при холодному оброблянні належать: у ковбасних виробів — оболонка, зачищення; у сосисок та сарделок — штучна оболонка, зачищення наливів, зламані батончики тощо; у копченостей, окороків, рулетів — шкіра, кістки з прилеглими сухожиллями, зачищення завітреної та підсохлої поверхні кірочки. Втрати під час нарізання ковбасних виробів та свинокопченостей включено у норми відходів та втрат при холодному оброблянні.

Таблиця 12

Норми виходу топлених жирів (% до маси жиру-сирцю)

Найменування жиру	Вихід топленого жиру	Вихід шкварок	Втрати при перетоплюванні
Яловичий, баранячий	75	8—10	17—15
Свинячий	80	7—9	13—11
Курячий (внутрішній)	86	6	8
Гусячий, качиний (внутрішній)	80	7—9	13—11

Примітка. Норми виходу топленого курячого жиру вказано за умови попереднього подрібнення на м'ясорубці; втрати при перетоплюванні включають втрати при подрібненні на м'ясорубці.

Норми виходу тушки, відходів та харчових оброблених субпродуктів при розбиранні сільськогосподарської птиці

(% до маси птиці бруто)

Таблиця 13

Найменування птиці та спосіб промислового оброблення	I категорія					II категорія					
	Вихід тушки, підготовленої до кулінарного оброблення	Усього субпродуктів, відходів та втрат	у тому числі			Вихід тушки, підготовленої до кулінарного оброблення	Усього субпродуктів, відходів та втрат	у тому числі			
			харчові оброблені субпродукти, у тому числі шкіра шні	внутрішній жир	технічні відходи та втрати			харчові оброблені субпродукти, у тому числі шкіра шні	внутрішній жир	технічні відходи та втрати	
Кури²											
напіввипотрошені	68,6	31,4	20,6	5,0	5,8	66,3	33,7	23,2	3,8	6,7	
випотрошені	88,5	11,5	6,2	5,3	—	89,7	10,3	6,3	4,0	—	
Курчата:											
напіввипотрошені	71,8	28,2*	17,5*	1,7	9,0	70,0	30,0*	19,9*	0,9	9,2	
випотрошені	97,6	2,4*	—	2,4	—	98,7	1,3*	—	1,3	—	
Бройлери-курчата:											
напіввипотрошені	73,9	26,1*	14,9*	1,1	10,1	71,9	28,1*	15,7*	0,8	11,6	
Індички:											
напіввипотрошені	74,1	25,9	18,5	1,4	6,0	73,5	26,5	19,5	0,6	6,4	
випотрошені	91,8	8,2	6,5	1,7	—	92,6	7,4	6,6	0,8	—	
Гуси:											
напіввипотрошені	70,0	30,0	23,0	—	7,0	66,0	34,0	27,0	—	7,0	
випотрошені	88,0	12,0	9,0	—	3,0	85,0	15,0	10,0	—	5,0	
Качки:											
напіввипотрошені	66,0	34,0	26,0	2,6	5,4 ³	62,7	37,3	28,2	1,5	7,6 ³	
випотрошені	88,1	11,9	8,3	2,6	1,0 ³	88,1	11,9	9,4	1,5	1,0 ³	
Каченята:											
напіввипотрошені	65,3	34,7	27,4	1,5	5,8 ³	63,9	36,1	29,0	1,1	6,0 ³	
випотрошені	88,9	11,1	8,1	2,0	1,0 ³	89,2	10,8	8,3	1,5	1,0 ³	

¹ Див. ОСТ 49 138—85; ОСТ 28.7—79; ОСТ 28.9—79.

² Див. технологічну інструкцію до ОСТ 49 138—85 та ОСТ 10—02—01—05—87.

³ У технічні відходи та втрати в качок та каченят включено втрати на обвалювання.

При надходженні від промисловості випотрошених тушок птиці з нирками та легенями технічні відходи становлять: для курей — 1,4 та 1,7%; для індичок — 1,0 та 1,9%; для качок — 2,0 та 2,4%; для курчат — 1,6 та 1,7%; для каченят — 1,8 та 2,0% відповідно для I та II категорій, а норма виходу тушки, підготовленої до кулінарного оброблення, зменшується на вказаний відсоток відходів залежно від виду птиці.

При видаленні куприкової залози технічні відходи збільшуються: для курей — на 0,2 та 0,3%, 0,3 та 0,4%; для качок — на 0,7 та 0,8%, 0,9 та 1,0%; для каченят — на 0,6 та 0,7%, 0,8 та 0,9% відповідно для напіввипотрошеної та випотрошеної птиці I та II категорій, а норма виходу тушки, підготовленої до кулінарного оброблення, зменшується на вказаний процент відходів залежно від виду птиці.

У випотрошених тушок залишок кістки ноги нижче заплюсневого суглоба не видаляється, якщо він не перевищує 2 см.

* До харчових оброблених субпродуктів з курчат та бройлерів-курчат не включено шкіру шні, оскільки вона залишається при тушці.

Норми виходу м'якоти при розбиранні сільськогосподарської птиці (% до маси птиці бруто)

Найменування птиці та спосіб промислового оброблення	I категорія		II категорія	
	М'якоть зі шкірою	М'якоть без шкіри	М'якоть зі шкірою	М'якоть без шкіри
Кури:				
напіввипотрошені	47	34	48	36
випотрошені	60	43	62	46
Індички:				
напіввипотрошені	56	47	49	41
випотрошені	70	59	62	52
Бройлери-курчата:				
напіввипотрошені	43	32	41	31
Гуси:				
напіввипотрошені	58	50	51	43
випотрошені	67	57	61	51
Качки:				
напіввипотрошені	46	21	41	19
випотрошені	64	29	57	28

Примітка. Маса зачищених філе курей становить 30—35% від загальної маси м'якоти.

Таблиця 15

Структура харчових оброблених субпродуктів тушок напіввипотрошеної птиці залежно від категорії

Субпродукти	Норма виходу, % до загальної маси субпродуктів													
	Кури		Курчата		Качки		Індички		Гуси		Бройлери-курчата		Каченята	
	I	II	I	II	I	II	I	II	I	II	I	II	I	II
Голови	23	23	22	22	26	26	11	13	15	15	21	21	26	25
Ноги	20	20	28	28	12	12	16	17	9	17	27	28	12	12
Шні	14	14	18	17	16	16	21	22	21	19	15	13	17	19
Крила	18	20	—	—	19	20	24	23	29	23	—	—	16	15
Серця	3	3	4	3	3	3	3	3	2	2	4	6	3	3
Печінки	11	10	12	13	10	10	10	9	8	9	16	18	11	11
Шлунки	11	10	16	17	14	13	15	13	16	15	17	14	15	15

Розрахунок витрат сировини, виходу напівфабрикатів та готових виробів із сільськогосподарської птиці

Найменування продуктів, напівфабрикатів та готових виробів	Спосіб теплового оброблення	Маса сировини брутто залежно від категорії, г		Маса нетто	Втрати при тепловому обробленні, % до маси нетто	Відходи при розбиранні та при порціюванні, % до маси птиці після теплового оброблення	Маса готового виробу, г
		I	II				
1	2	3	4	5	6	7	8
Кури напіввипотрошені							
Цілі	Варіння	203	211	139	28	—	100
•	•	53	55	36	28	3 ¹	25
•	•	105	109	72	28	3 ¹	50
•	•	156	162	107	28	3 ¹	75
•	•	209	217	143	28	3 ¹	100
•	•	262	271	179	28	3 ¹	125
•	•	222	230	152	28	6 ² +3 ¹	100
Цілі (м'якоть для салату без шкіри)	•	96	100	66	28	47 ³	25
Те саме	•	115	120	79	28	47 ³	30
•	•	192	198	131	28	47 ³	50
•	•	229	238	157	28	47 ³	60
•	•	288	298	197	28	47 ³	75
Цілі	Смаження	583	397	262	28	47 ³	100
•	•	212	220	145	31	3 ¹	100
•	•	110	114	75	31	3 ¹	50
•	•	164	170	112	31	3 ¹	75
•	•	218	226	149	31	3 ¹	100
•	•	273	283	187	31	3 ¹	125
•	•	232	241	159	31	6 ² +3 ¹	100
Порційними та дрібними кусками	Тушкування ⁴	106	110	72	31	—	50
Те саме	•	161	167	109	31	—	75
•	•	214	222	145	31	—	100
•	•	267	277	181	31	—	125
Філе натуральне ⁵	Припускання	200	189	68	27	—	50
Те саме	•	303	286	103	27	—	75
•	•	403	381	137	27	—	100
Кури випотрошені							
Цілі	Варіння	158	155	139	28	—	100
•	•	41	40	36	28	3 ¹	25
•	•	82	81	72	28	3 ¹	50
•	•	121	120	107	28	3 ¹	75

1	2	3	4	5	6	7	8
Цілі	Варіння	162	160	143	28	3 ¹	100
•	•	203	200	179	28	3 ¹	125
•	•	172	170	152	28	6 ² +3 ¹	100
Цілі (м'якоть для салату без шкіри)	•	75	74	66	28	47 ³	25
Те саме	•	89	88	79	28	47 ³	30
•	•	149	147	131	28	47 ³	50
•	•	178	176	157	28	47 ³	60
•	•	223	221	197	28	47 ³	75
•	•	297	293	262	28	47 ³	100
Цілі	Смаження	164	162	145	31	—	100
Те саме	•	84	84	75	31	3 ¹	50
•	•	127	125	112	31	3 ¹	75
•	•	169	167	149	31	3 ¹	100
•	•	212	209	187	31	3 ¹	125
•	•	180	178	159	31	6 ² +3 ¹	100
Порційними та дрібними кусками	Тушкування ⁴	82	81	72	31	—	50
Те саме	•	125	123	109	31	—	75
•	•	166	164	145	31	—	100
•	•	207	205	181	31	—	125
•	•	160	150	69	28	—	50
Філе натуральне ⁵	Смаження	242	226	104	28	—	75
Те саме	•	158	148	68	27	—	50
Філе натуральне ⁵	Припускання	240	224	103	27	—	75
Те саме	•	319	298	137	27	—	100
Курчата напіввипотрошені							
Цілі	Варіння, припускання	174	179	125	20	3 ¹	100
•	Те саме	45	46	32	20	3 ¹	25
•	•	89	91	64	20	3 ¹	50
•	•	135	139	97	20	3 ¹	75
•	•	180	184	129	20	3 ¹	100
•	•	224	230	161	20	3 ¹	125
Цілі	Смаження	202	207	145	31	—	100
•	•	104	107	75	31	3 ¹	50
•	•	156	160	112	31	3 ¹	75
•	•	208	213	149	31	3 ¹	100
•	•	260	267	187	31	3 ¹	125
Порційними та дрібними кусками	Тушкування ⁴	101	104	72	31	—	50
Те саме	•	153	157	109	31	—	75
•	•	204	209	145	31	—	100
•	•	225	261	181	31	—	125
Курчата випотрошені							
Цілі	Варіння, припускання	128	127	125	20	—	100
•	Те саме	33	32	32	20	3 ¹	25
•	•	66	65	64	20	3 ¹	50
•	•	99	98	97	20	3 ¹	75
•	•	132	131	129	20	3 ¹	100
•	•	165	163	161	20	3 ¹	125
Цілі	Смаження	149	147	145	31	—	100
•	•	77	76	75	31	3 ¹	50
•	•	115	113	112	31	3 ¹	75
•	•	153	151	149	31	3 ¹	100
•	•	192	189	187	31	3 ¹	125

1	2	3	4	5	6	7	8
Порційними та дрібними кусками	Тушкування ⁴	75	74	72	31	—	50
Те саме	»	113	112	109	31	—	75
»	»	150	148	145	31	—	100
»	»	187	185	181	31	—	125
Бройлери-курчата напіввипрошені							
Цілі	Варіння	165	170	122	18	—	100
»	»	42	43	31	18	3 ¹	25
»	»	85	88	63	18	3 ¹	50
»	»	127	131	94	18	3 ¹	75
»	»	171	175	126	18	3 ¹	100
»	»	212	218	157	18	3 ¹	125
»	»	181	186	134	18	6 ² +3 ¹	100
Цілі (м'якоть для салату без шкіри)	»	78	90	58/65 ⁶	18	47/53 ³	25
Те саме	»	93	108	69/78 ⁶	18	47/53 ³	30
»	»	156	181	115/130 ⁶	18	47/53 ³	50
»	»	187	217	138/156 ⁶	18	47/53 ³	60
»	»	234	271	173/195 ⁶	18	47/53 ³	75
»	»	311	360	230/259 ⁶	18	47/53 ³	100
Цілі	Смаження	185	191	137	27	—	100
»	»	96	99	71	27	3 ¹	50
»	»	143	147	106	27	3 ¹	75
»	»	191	196	141	27	3 ¹	100
»	»	240	246	177	27	3 ¹	125
»	»	203	209	150	27	6 ² +3 ¹	100
Порційними та дрібними кусками	Тушкування ⁴	93	96	68	27	—	50
Те саме	»	141	145	103	27	—	75
»	»	187	192	137	27	—	100
»	»	234	240	171	27	—	125
Філе натуральне^б	Припускання	213	219	68	27	—	50
Те саме	»	322	332	103	27	—	75
»	»	428	442	137	27	—	100
Індички напіввипрошені							
Цілі	Варіння	179	181	133	25	—	100
»	»	46	46	34	25	3 ¹	25
»	»	93	94	69	25	3 ¹	50
»	»	139	140	103	25	3 ¹	75
»	»	185	186	137	25	3 ¹	100
»	»	232	234	172	25	3 ¹	125
»	»	201	203	149	25	8 ² +3 ¹	100
Цілі (м'якоть для салату без шкіри)	»	76	82	56/60 ⁶	25	40/44 ³	25
Те саме	»	90	97	67/71 ⁶	25	40/44 ³	30
»	»	150	162	111/119 ⁶	25	40/44 ³	50
»	»	179	195	133/143 ⁶	25	40/44 ³	60
»	»	225	244	167/179 ⁶	25	40/44 ³	75
»	»	300	324	222/238 ⁶	25	40/44 ³	100
Цілі	Смаження	185	186	137	27	—	100
»	»	96	97	71	27	3 ¹	50
»	»	143	144	106	27	3 ¹	75
»	»	190	192	141	27	3 ¹	100
»	»	239	241	177	27	3 ¹	125
»	»	208	210	154	27	8 ² +3 ¹	100
Порційними та дрібними кусками	Тушкування ⁴	93	93	68	27	—	50

1	2	3	4	5	6	7	8
Порційними та дрібними кусками	Тушкування ⁴	140	142	103	27	—	75
Те саме	»	187	188	137	27	—	100
»	»	233	235	171	27	—	125
Індички випрошені							
Цілі	Варіння	145	144	133	25	—	100
»	»	37	37	34	25	3 ¹	25
»	»	75	75	69	25	3 ¹	50
»	»	112	111	103	25	3 ¹	75
»	»	149	148	137	25	3 ¹	100
Цілі	Варіння	187	186	172	25	3 ¹	125
»	»	162	161	149	25	8 ² +3 ¹	100
Цілі (м'якоть для салату без шкіри)	»	61	65	56/60 ⁶	25	40/44 ³	25
Те саме	»	73	77	67/71 ⁶	25	40/44 ³	30
»	»	121	129	111/119 ⁶	25	40/44 ³	50
»	»	145	154	133/143 ⁶	25	40/44 ³	60
»	»	182	193	167/179 ⁶	25	40/44 ³	75
»	»	242	257	222/238 ⁶	25	40/44 ³	100
Цілі	Смаження	149	148	137	27	—	100
»	»	77	77	71	27	3 ¹	50
»	»	115	114	106	27	3 ¹	75
»	»	154	152	141	27	3 ¹	100
»	»	193	191	177	27	3 ¹	125
»	»	168	166	154	27	8 ² +3 ¹	100
Порційними та дрібними кусками	Тушкування ⁴	75	74	68	27	—	50
Те саме	»	113	112	103	27	—	75
»	»	151	149	137	27	—	100
»	»	188	187	171	27	—	125
Гуси напіввипрошені							
Цілі	Варіння	190	202	133	25	—	100
»	»	49	52	34	25	3 ¹	25
»	»	99	105	69	25	3 ¹	50
»	»	147	156	103	25	3 ¹	75
»	»	196	208	137	25	3 ¹	100
»	»	246	261	172	25	3 ¹	125
»	»	213	226	149	25	8 ² +3 ¹	100
Цілі (м'якоть для салату без шкіри)	»	90	95	63	25	47 ³	25
Те саме	»	107	114	75	25	47 ³	30
»	»	180	191	126	25	47 ³	50
»	»	216	229	151	25	47 ³	60
»	»	270	286	189	25	47 ³	75
»	»	360	382	252	25	47 ³	100
Цілі	Смаження	239	253	167	40	—	100
»	»	123	130	86	40	3 ¹	50
»	»	184	195	129	40	3 ¹	75
»	»	246	261	172	40	3 ¹	100
»	»	307	326	215	40	3 ¹	125
»	»	267	283	187	40	8 ² +3 ¹	100
Порційними та дрібними кусками	Тушкування ⁴	120	127	83	40	—	50
Те саме	»	180	191	125	40	—	75
»	»	241	256	167	40	—	100
»	»	300	318	208	40	—	125

1	2	3	4	5	6	7	8
Гуси випотрошені							
Цілі	Варіння	151	156	133	25	—	100
»	»	39	40	34	25	3 ¹	25
»	»	78	81	69	25	3 ¹	50
»	»	117	121	103	25	3 ¹	75
»	»	156	161	137	25	3 ¹	100
»	»	195	202	172	25	3 ¹	125
»	»	169	175	149	25	8 ² +3 ¹	100
Цілі (м'якоть для салату без шкіри)	»	72	74	63	25	47 ³	25
Те саме	»	85	88	75	25	47 ³	30
»	»	143	148	126	25	47 ³	50
»	»	172	178	151	25	47 ³	60
»	»	215	222	189	25	47 ³	75
»	»	286	296	252	25	47 ³	100
Цілі	Смаження	190	196	167	40	—	100
»	»	98	101	86	40	3 ¹	50
»	»	147	152	129	40	3 ¹	75
»	»	195	202	172	40	3 ¹	100
»	»	244	253	215	40	3 ¹	125
»	»	213	220	187	40	8 ² +3 ¹	100
Порційними та дрібними кусками	Тупкування ⁴	95	99	83	40	—	50
Те саме	»	143	149	125	40	—	75
»	»	192	198	167	40	—	100
»	»	239	247	208	40	—	125
Качки напіввипотрошені							
Цілі	Варіння	204	215	133	25	—	100
»	»	52	55	34	25	3 ¹	25
»	»	106	111	69	25	3 ¹	50
»	»	158	166	103	25	3 ¹	75
»	»	210	221	137	25	3 ¹	100
»	»	263	278	172	25	3 ¹	125
»	»	228	241	149	25	8 ² +3 ¹	100
Цілі (м'якоть для салату без шкіри)	»	127	137	83/85 ⁶	25	60/61 ³	25
Те саме	»	153	166	100/103 ⁶	25	60/61 ³	30
»	»	256	276	167/171 ⁶	25	60/61 ³	50
Цілі (м'якоть для салату без шкіри)	Варіння	306	331	200/205 ⁶	25	60/61 ³	60
Те саме	»	383	414	250/256 ⁶	25	60/61 ³	75
»	»	510	553	333/342 ⁶	25	60/61 ³	100
Цілі	Смаження	236	249	154	35	—	100
»	»	121	128	79	35	3 ¹	50
»	»	182	192	119	35	3 ¹	75
»	»	243	257	159	35	3 ¹	100
»	»	303	320	198	35	3 ¹	125
»	»	263	278	172	35	8 ² +3 ¹	100
Порційними та дрібними кусками	Тупкування ⁴	119	126	77	35	—	50
Те саме	»	178	188	115	35	—	75
»	»	238	251	154	35	—	100
»	»	297	313	192	35	—	125
Качки випотрошені							
Цілі	Варіння	153	153	133	25	—	100
»	»	39	39	34	25	3 ¹	25
»	»	79	79	69	25	3 ¹	50
»	»	118	118	103	25	3 ¹	75

1	2	3	4	5	6	7	8
Цілі	Варіння	157	157	137	25	3 ¹	100
»	»	197	197	172	25	3 ¹	125
»	»	171	171	149	25	8 ² +3 ¹	100
Цілі (м'якоть для салату без шкіри)	»	95	98	83/85 ⁶	25	60/61 ³	25
Те саме	»	115	118	100/103 ⁶	25	60/61 ³	30
»	»	192	196	167/171 ⁶	25	60/61 ³	50
»	»	229	235	200/205 ⁶	25	60/61 ³	60
»	»	287	294	250/256 ⁶	25	60/61 ³	75
»	»	382	398	333/342 ⁶	25	60/61 ³	100
Цілі	Смаження	177	177	154	35	—	100
»	»	91	91	79	35	3 ¹	50
»	»	136	137	119	35	3 ¹	75
»	»	182	183	159	35	3 ¹	100
»	»	227	227	198	35	3 ¹	125
»	»	197	197	172	35	8 ² +3 ¹	100
Порційними та дрібними кусками	Тупкування ⁴	89	89	77	35	—	50
Те саме	»	133	133	115	35	—	75
»	»	178	179	154	35	—	100
»	»	222	223	192	35	—	125
Оброблені субпродукти ⁷	Варіння, тупкування	—	—	63	20	—	50
Те саме	Те саме	—	—	94	20	—	75
»	»	—	—	125	20	—	100

¹ 3% — відходи на порціювання.

² 6%, 8% — відходи на спинну кістку.

³ 47% — відходи на кістки та шкіру після варіння для курей, для іншої птиці у чисельнику вказано відходи на кістки та шкіру птиці I категорії, у знаменнику — II категорії.

⁴ При тупкуванні птиці порційними та дрібними кусками передбачено втрати на порціювання в кількості 1%, які з'являються при нарубуванні птиці у сирому виді.

⁵ Норма закладання з урахуванням виходу м'якоті без шкіри. Для філе з кісткою при обчисленні норми закладання кістка масою бруто 7 г не враховується.

⁶ У чисельнику вказано масу нетто птиці I категорії, у знаменнику — масу нетто птиці II категорії.

⁷ Відповідно до ОСТ 49 116—77 вказано субпродукти оброблені.

Розрахунок витрат сировини, виходу напівфабрикатів та готових виробів із пернатої дичини

1	2	3	4	5	6	7	8
Найменування продуктів, напівфабрикатів та готових виробів	Спосіб теплового оброблення	Маса сировини бруutto, г	Відходи при холодному обробленні, %	Маса нетто або напівфабрикату, г, шт.	Витрати при тепловому обробленні, % до маси нетто або напівфабрикату	Відходи на кістки, % до маси виробів після теплового оброблення	Маса готового виробу, г (шт.)

Рябчики та куріпки сірі

Цілі (м'якоть для салату)	Варіння	70	34	46	25	28	25
Те саме	•	85	34	56	25	28	30
•	•	141	34	93	25	28	50
•	•	168	34	111	25	28	60
•	•	211	34	139	25	28	75
•	•	280	34	185	25	28	100
Цілі	Смаження	1/2 ²	34	1/2 ²	25	—	1/2 ²
•	•	1 ²	34	1 ²	25	—	1 ²
Цілі, порційними та дрібними кусками	Тушкування	152	34	100	25	—	75
Те саме	•	202	34	133	25	—	100
•	•	253	34	167	25	—	125
Філе натуральне	Смаження	119	52	57	12	—	50
Те саме	•	177	52	85	12	—	75
•	Припускання	58	52	28	12	—	25
•	•	119	52	57	12	—	50

1	2	3	4	5	6	7	8
Філе натуральне	•	177	52	85	12	—	75
Те саме	•	238	52	114	12	—	100
Тетеруки та куріпки білі							
Цілі (м'якоть для салату)	Варіння	72	36	46	25	28	25
Те саме	•	88	36	56	25	28	30
•	•	145	36	93	25	28	50
•	•	178	36	111	25	28	60
•	•	217	36	139	25	28	75
•	•	289	36	185	25	28	100
•	Смаження	1/6 ²	36	1/6 ²	28	—	1/6 ²
•	•	1/5 ²	36	1/5 ²	28	—	1/5 ²
Цілі	•	1/4 ²	36	1/4 ²	28	—	1/4 ²
•	•	1/3 ²	36	1/3 ²	28	—	1/3 ²
•	•	1/2 ²	36	1/2 ²	28	—	1/2 ²
Цілі та порційними кусками	Тушкування	1/6 ²	36	1/6 ²	28	—	1/6 ²
Те саме	•	1/5 ²	36	1/5 ²	28	—	1/5 ²
•	•	1/4 ²	36	1/4 ²	28	—	1/4 ²
•	•	1/3 ²	36	1/3 ²	28	—	1/3 ²
•	•	1/2 ²	36	1/2 ²	28	—	1/2 ²
Філе натуральне	Смаження	119	52	57	12	—	50
Те саме	•	177	52	85	12	—	75
Глукарі							
Цілі (м'якоть для салату)	Варіння	79	42	46	25	28	25
Те саме	•	97	42	56	25	28	30
•	•	160	42	93	25	28	50
•	•	191	42	111	25	28	60
•	•	240	42	139	25	28	75
•	•	319	42	185	25	28	100
Цілі	Смаження	1/10 ²	42	1/10 ²	28	—	1/10 ²
•	•	1/8 ²	42	1/8 ²	28	—	1/8 ²
•	•	1/6 ²	42	1/6 ²	28	—	1/6 ²

1	2	3	4	5	6	7	8
Цілі та порційними кусками	Тушкування	1/10 ²	42	1/10 ²	28	—	1/10 ²
Те саме	•	1/8 ²	42	1/8 ²	28	—	1/8 ²
•	•	1/6 ²	42	1/6 ²	28	—	1/6 ²
Філе натуральне	Смаження	119	52	57	12	—	50
Те саме	•	177	52	85	12	—	75
•	Припускання	58	52	28	12	—	25
•	•	119	52	57	12	—	50
•	•	177	52	85	12	—	75
•	•	238	52	114	12	—	100
Фазани							
Цілі	Варіння	1/6 ²	34	1/6 ²	25	—	1/6 ²
•	•	1/4 ²	34	1/4 ²	25	—	1/4 ²
•	•	1/3 ²	34	1/3 ²	25	—	1/3 ²
Цілі (м'якоть для салату)	•	70	34	46	25	28	25
Те саме	•	85	34	56	25	28	30
•	•	141	34	93	25	28	50
•	•	168	34	111	25	28	60
•	•	211	34	139	25	28	75
•	•	280	34	185	25	28	100
Цілі	Смаження	1/6 ²	34	1/6 ²	31	—	1/6 ²
•	•	1/4 ²	34	1/4 ²	31	—	1/4 ²
•	•	1/3 ²	34	1/3 ²	31	—	1/3 ²
Цілі та порційними кусками	Тушкування	165	34	109	31	—	75
Те саме	•	220	34	145	31	—	100
•	•	274	34	181	31	—	125
Філе натуральне	Смаження	119	52	57	12	—	50
Те саме	•	177	52	85	12	—	75
•	Припускання	177	52	85	12	—	75
•	•	238	52	114	12	—	100

¹ Відходи вказано без пір'я.² Норма закладки в пгтуках.

Середня маса рябчика та курішки сірої без пір'я приблизно 320 г; тетерука — 1000 г; курішки білої — 500 г; глухаря — 1800 г; фазана — 850 г.

Норми виходу тушки, відходів, м'якоті та кісток при холодному оброблянні тушок кроликів

(% до маси тушки брутто)

Найменування сировини та категорія	Вихід тушки	Відходи та втрати при розбиранні	Вихід м'якоті	Вихід кісток
Кролик:				
I категорія	95	5	75	20
II категорія	95	5	70	25

Таблиця 19

Розрахунок витрат сировини, виходу напівфабрикатів та готових виробів із тушок кролика

Найменування продуктів, напівфабрикатів та готових виробів	Спосіб теплового оброблення	Маса сировини брутто залежно від категорії, г		Маса нетто, г	Втрати при теплому оброблянні, % до маси нетто	Втрати при порціюванні, % до маси після теплового оброблення	Маса готового виробу, г
		I	II				
Кролик цілий	Варіння	140	140	133	25	—	100
Те саме	•	107	107	102	25	2	75
•	•	143	143	136	25	2	100
•	•	179	179	170	25	2	125
•	Смаження	140	140	133	25	—	100
•	•	107	107	102	25	2	75
•	•	143	143	136	25	2	100
•	•	179	179	170	25	2	125
Порційні та дрібні куски	Тушкування	105	105	100	25	—	75
Те саме	•	140	140	133	25	—	100
•	•	176	176	167	25	—	125
Котлети натуральні ¹	Смаження	84	90	63	20	—	50
Те саме	•	125	134	94	20	—	75
•	•	167	179	125	20	—	100

¹ Норма закладки обчислена з розрахунку виходу м'якоті.

Розрахунок витрат сировини, виходу напівфабрикатів та готових виробів із риби із кістковим скелетом (усіх родин) при використанні сировини з риби спеціального розбирання

1	Риба (сировина)			Риба спеціального розбирання (напів-фабрикат*)			8	9	10	11	12				
	крупна		4	дрібна		7						Маса сировини бруто, т	Маса сировини бруто, т	Маса сировини нетто або напівфабрикату, т	Втрата при тепловому обробленні, % до маси сировини бруто
	2	3		5	6										
Найменування риб, способи промислового та кулінарного розбирання та оброблення															
I															
Амур нерозібраний¹															
Непластований кусками: відварний			152	38					94	20	75				
»			202	38					125	20	100				
»			252	38					156	20	125				
припущений			147	38					91	18	75				
»			197	38					122	18	100				
»			245	38					152	18	125				
смажений			144	38					89/94 ²	20	75				
»			192	38					119/125	20	100				
»			240	38					149/156	20	125				
Філе зі шкірою та реберними кістками: відварне			192	51				109	94	20	75				
»			255	51				145	125	20	100				
»			318	51				181	156	20	125				
Амур нерозібраний¹															
припущене			186	51				106	91	18	75				
»			249	51				142	122	18	100				
»			310	51				177	152	18	125				
смажене			182	51				103	89/94	20	75				
»			243	51				138	119/125	20	100				
»			304	51				173	149/156	20	125				
Філе зі шкірою без кісток: припущене			217	58				115	91	198	75				
»			290	58				154	122	18	100				
»			362	58				192	152	18	125				
смажене			212	58				113	89/94	20	75				
»			283	58				151	119/125	20	100				
»			355	58				189	149/156	20	125				
запечене			212	58				113	89/94	20	75				
»			283	58				151	119/125	20	100				
»			355	58				189	149/156	20	125				
Аргентина нерозібрана¹															
Непластована кусками: відварна			139	33					93	19	75				
»			184	33					123	19	100				
»			230	33					154	19	125				
припущена			136	33					91	18	75				
»			182	33					122	18	100				
»			227	33					152	18	125				
смажена			133	33					89/94	20	75				
»			178	33					119/125	20	100				
»			222	33					149/156	20	125				
Філе зі шкірою та реберними кістками: відварне			166	44				108	93	19	75				
»			220	44				143	123	19	100				
»			275	44				179	154	19	125				
припущене			163	44				106	91	18	75				
»			218	44				142	122	18	100				
»			271	44				177	152	18	125				
Барабуля (султанка) нерозібрана¹															
Ціла без голови: смажена			135	34 ³					89/94	20	75				
»			180	34 ³					119/125	20	100				
»			226	34 ³					149/156	20	125				
Ватерфіш (риба-дзеркало) нерозібраний															
Цілий без голови: відварний							140		91	18	75				
»							188		122	18	100				
»							234		152	18	125				

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
припущений						135	35			88	15	75
»						182	35			118	15	100
смажений						226	35			147	15	125
»						120	35			78/83	10	75
»						162	35			105/111	10	100
»						203	35			132/139	10	125
Білоркбиця нерозібрана¹												
Непластована кусками:												
відварна				136	31					94	20	75
»				181	31					125	20	100
»				226	31					156	20	125
припущена				182	31					91	18	75
»				177	31					122	18	100
»				220	31					152	18	125
смажена				129	31					89/94	20	75
»				172	31					119/125	20	100
»				216	31					149/156	20	125
Філе зі шкірою та реберними кістками:												
припущене				149	39					91	18	75
»				200	39					122	18	100
»				249	39					152	18	125
смажене				146	39					89/94	20	75
»				195	39					119/125	20	100
»				244	39					149/156	20	125
Філе зі шкірою без кісток:												
припущене				157	42					91	18	75
»				210	42					122	18	100
»				262	42					152	18	125
смажене				153	42					89/94	20	75
»				205	42					119/125	20	100
»				257	42					149/156	20	125
Філе без шкіри та кісток:												
припущене				165	45					91	18	75
»				222	45					122	18	100
»				276	45					152	18	125
смажене				162	45					89/94	20	75
»				216	45					119/125	20	100
»				271	45					149/156	20	125
смажене в сухарях на рашпері				135	45					74/91	18	75
»				180	45					99/122	18	100
»				222	45					122/152	18	125
»				171	45					94	20	75

»				227	45					125	20	100
»				284	45					156	20	125
Більдога океанічна нерозібрана¹												
Непластована кусками:												
відварна				171	45					94	20	75
»				277	45					125	20	100
»				284	45					156	20	125
смажена				162	45					89/94	20	75
»				216	45					119/125	20	100
»				271	45					149/156	20	125
Більдога океанічна випотрошена без голови²												
Непластована кусками:												
відварна				99	5					94	20	75
»				132	5					125	20	100
»				164	5					156	20	125
припущена				102	5					97	23	75
»				137	5					130	23	100
»				171	5					162	23	125
смажена				94	5					89/94	20	75
»				125	5					119/125	20	100
»				157	5					149/156	20	125
Бичок азово-чорноморський нерозібраний¹												
Цілий із головою:												
смажений				116	22 ³					90/95	21	75
»				155	22 ³					121/127	21	100
»				194	22 ³					151/158	21	125
Цілий без голови:												
припущений				171	45 ³					94	20	75
»				227	45 ³					125	20	100
»				284	45 ³					156	20	125
смажений				164	45 ³					90/95	21	75
»				220	45 ³					121/127	21	100
»				275	45 ³					151/158	21	125
смажений у фритюрі				113	45 ³					62/87	14	75
»				153	45 ³					84/116	14	100
»				193	45 ³					106/145	14	125
Бичок океанічний нерозібраний¹												
Непластований (без шкіри) кусками:												
смажений				210	61					82/87	14	75
»				282	61					110/116	14	100
»				354	61					138/145	14	125
Верхогляд нерозібраний¹												
Непластований кусками:												
відварний				138	32					94	20	75
»				184	32					125	20	100

1	2	3	4	Б	6	7	8	9	10	11	12
відварний припущений *	—	—	229	32	—	—	—	—	156	20	125
» » *	—	—	132	32	—	—	—	—	90	17	75
» » *	—	—	176	32	—	—	—	—	120	17	100
смажений *	—	—	222	32	—	—	—	—	151	17	125
» » *	—	—	126	32	—	—	—	—	86/91	18	75
» » *	—	—	171	32	—	—	—	—	116/122	18	100
» » *	—	—	213	32	—	—	—	—	145/152	18	125
Філе зі шкірою та реберними кістками: припущене *	—	—	161	44	—	—	102	12	90	17	75
» » *	—	—	214	44	—	—	136	12	120	17	100
» » *	—	—	270	44	—	—	172	12	151	17	125
смажене *	—	—	154	44	—	—	98	12	86/91	18	75
» » *	—	—	207	44	—	—	132	12	116/122	18	100
» » *	—	—	259	44	—	—	165	12	145/152	18	125
Філе зі шкірою без кісток припущене *	—	—	184	51	—	—	111	19	90	17	75
» » *	—	—	245	51	—	—	148	19	120	17	100
» » *	—	—	308	51	—	—	186	19	151	17	125
смажене *	—	—	176	51	—	—	106	19	86/91	18	75
» » *	—	—	237	51	—	—	143	19	116/122	18	100
» » *	—	—	296	51	—	—	179	19	145/152	18	125
Вобла нерозібрана¹											
Ціла з головою: смажена *	—	—	114	20	—	—	—	—	91/96	22	75
» » *	—	—	153	20	—	—	—	—	122/128	22	100
» » *	—	—	191	20	—	—	—	—	153/160	22	125
Ціла без голови: смажена *	—	—	140	35	—	—	—	—	91/96	22	75
» » *	—	—	188	35	—	—	—	—	122/128	22	100
» » *	—	—	235	35	—	—	—	—	153/160	22	125
Непластована кусками: смажена *	—	—	144	37	—	—	—	—	91/96	22	75
» » *	—	—	194	37	—	—	—	—	122/128	22	100
» » *	—	—	243	37	—	—	—	—	153/160	22	125
Вобла солоня нерозібрана¹											
Ціла з головою: відварна *	—	—	102	15	—	—	—	—	87	14	75
» » *	—	—	136	15	—	—	—	—	116	14	100
» » *	—	—	171	15	—	—	—	—	145	14	125
смажена *	—	—	94	15	—	—	—	—	80/89	16	75
» » *	—	—	126	15	—	—	—	—	107/119	16	100
» » *	—	—	158	15	—	—	—	—	134/149	16	125
Ціла без голови: відварна *	—	—	126	30	—	—	—	—	88	15	75
» » *	—	—	169	30	—	—	—	—	118	15	100
» » *	—	—	210	30	—	—	—	—	147	15	125
смажена *	—	—	116	30	—	—	—	—	81/90	17	75
» » *	—	—	154	30	—	—	—	—	108/120	17	100
» » *	—	—	194	30	—	—	—	—	136/151	17	125
Непластована кусками: відварна *	—	—	128	31	—	—	—	—	88	15	75
» » *	—	—	171	31	—	—	—	—	118	15	100
» » *	—	—	213	31	—	—	—	—	147	15	125
» » *	—	—	117	31	—	—	—	—	81/90	17	75
» » *	—	—	157	31	—	—	—	—	108/120	17	100
» » *	—	—	197	31	—	—	—	—	136/151	17	125
Вомер (риба-місяць) нерозібраний¹											
Непластований кусками: відварний *	—	—	129	35	—	—	—	—	84	11	75
» » *	—	—	172	35	—	—	—	—	112	11	100
» » *	—	—	215	35	—	—	—	—	140	11	125
припущений *	—	—	129	35	—	—	—	—	84	11	75
» » *	—	—	172	35	—	—	—	—	112	11	100
» » *	—	—	215	35	—	—	—	—	140	11	125
смажений *	—	—	168	35	—	—	—	—	81/86	13	75
» » *	—	—	211	35	—	—	—	—	109/115	13	100
» » *	—	—	201	35	—	—	—	—	137/144	13	125
Голець далекохідний нерозібраний¹											
Непластований кусками: відварний *	—	—	127	26	—	—	—	—	94	20	75
» » *	—	—	169	26	—	—	—	—	125	20	100
» » *	—	—	211	26	—	—	—	—	156	20	125
припущений *	—	—	123	26	—	—	—	—	91	18	75
» » *	—	—	165	26	—	—	—	—	122	18	100
» » *	—	—	205	26	—	—	—	—	152	18	125
смажений *	—	—	120	26	—	—	—	—	89/94	20	75
» » *	—	—	161	26	—	—	—	—	119/125	20	100
» » *	—	—	201	26	—	—	—	—	149/156	20	125
Філе зі шкірою та реберними кістками: відварне *	—	—	136	31	—	—	—	—	94	20	75
» » *	—	—	181	31	—	—	—	—	125	20	100
» » *	—	—	226	31	—	—	—	—	156	20	125
» » *	—	—	132	31	—	—	—	—	91	18	75
» » *	—	—	177	31	—	—	—	—	122	18	100
припущене *	—	—	220	31	—	—	—	—	152	18	125
» » *	—	—	129	31	—	—	—	—	89/94	20	75
» » *	—	—	172	31	—	—	—	—	119/125	20	100
» » *	—	—	216	31	—	—	—	—	149/156	20	125

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Горбуна нерозібрана¹											
Непластована кусками:											
відварна	—	—	136	31	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	181	31	—	—	—	—	125	20	100
припуццена	—	—	226	31	—	—	—	—	156	20	125
»	—	—	136	31	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	181	31	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	226	31	—	—	—	—	156	20	125
смажена	—	—	129	31	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	172	31	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	216	31	—	—	—	—	149/156	20	125
Філе зі шкірою та реберними кістками:											
відварне	—	—	149	39	—	—	102	11	91	18	75
»	—	—	200	39	—	—	137	11	122	18	100
»	—	—	249	39	—	—	171	11	152	18	125
припуццене	—	—	149	39	—	—	102	11	91	18	75
»	—	—	200	39	—	—	137	11	122	18	100
»	—	—	249	39	—	—	171	11	152	18	125
смажене	—	—	146	39	—	—	100	11	89/94	20	75
»	—	—	195	39	—	—	134	11	119/125	20	100
»	—	—	244	39	—	—	167	11	149/156	20	125
Філе зі шкірою без кісток:											
припуццене	—	—	157	42	—	—	107	15	91	18	75
»	—	—	210	42	—	—	144	15	122	18	100
»	—	—	262	42	—	—	179	15	152	18	125
смажене	—	—	153	42	—	—	105	15	89/94	20	75
»	—	—	205	42	—	—	140	15	119/125	20	100
»	—	—	257	42	—	—	175	15	149/156	20	125
Філе без шкіри та кісток:											
припуццене	—	—	165	45	—	—	112	19	91	18	75
»	—	—	222	45	—	—	151	19	122	18	100
»	—	—	276	45	—	—	188	19	152	18	125
смажене	—	—	162	45	—	—	110	19	89/94	20	75
»	—	—	216	45	—	—	147	19	119/125	20	100
»	—	—	271	45	—	—	184	19	149/156	20	125
Горбуна випотрошена з головою¹											
Непластована кусками:											
відварна	—	—	116	19	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	154	19	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	193	19	—	—	—	—	156	20	125
припуццена	—	—	116	19	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	154	19	—	—	—	—	125	20	100
»											
смажена	—	—	193	19	—	—	—	—	156	20	125
»	—	—	147	19	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	184	19	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	125	27	—	—	—	—	149/156	20	125
Філе зі шкірою та реберними кістками:											
відварне	—	—	125	27	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	167	27	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	208	27	—	—	—	—	152	18	125
припуццене	—	—	125	27	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	167	27	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	208	27	—	—	—	—	152	18	125
смажене	—	—	122	27	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	163	27	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	204	27	—	—	—	—	149/156	20	125
»											
Філе зі шкірою без кісток:	—	—	134	30	—	—	—	—	94	20	75
відварне	—	—	179	30	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	223	30	—	—	—	—	156	20	125
припуццене	—	—	130	30	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	174	30	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	217	30	—	—	—	—	152	18	125
смажене	—	—	127	30	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	170	30	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	213	30	—	—	—	—	149/156	20	125
»											
Філе без шкіри та кісток:	—	—	140	33	—	—	—	—	94	20	75
відварне	—	—	187	33	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	233	33	—	—	—	—	156	20	125
припуццене	—	—	136	33	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	182	33	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	227	33	—	—	—	—	152	18	125
смажене	—	—	133	33	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	178	33	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	222	33	—	—	—	—	149/156	20	125
»											
Йорж морський без голови, випотрошений, солоний¹											
Непластований кусками:											
відварний	—	—	110	17	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	147	17	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	183	17	—	—	—	—	152	18	125
»	—	—	101	17	—	—	—	—	84/89	16	75
смажений	—	—	136	17	—	—	—	—	113/119	16	100
»	—	—	171	17	—	—	—	—	142/149	16	125
»											
Жовтоцок випотрошений із головою¹											
Непластований кусками:											
відварний	—	—	130	31	—	—	—	—	90	17	75

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
відварний	—	—	174	31	—	—	—	—	120	17	100
» припуцений	—	—	219	31	—	—	—	—	151	17	125
» смажений	—	—	130	31	—	—	—	—	90	17	75
»	—	—	174	31	—	—	—	—	120	17	100
»	—	—	219	31	—	—	—	—	151	17	125
»	—	—	125	31	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	168	31	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	210	31	—	—	—	—	145/152	18	125
Філе зі шкірою та реберними кістками:											
припуцене	—	—	158	43	—	—	102	12	90	17	75
»	—	—	211	43	—	—	136	12	120	17	100
»	—	—	265	43	—	—	172	12	151	17	125
смажене	—	—	151	43	—	—	98	12	86/91	18	75
»	—	—	204	43	—	—	132	12	116/122	18	100
»	—	—	254	43	—	—	165	12	145/152	18	125
Філе зі шкірою без кісток:											
припуцене	—	—	180	50	—	—	111	19	90	17	75
»	—	—	240	50	—	—	148	19	120	17	100
»	—	—	302	50	—	—	186	19	151	17	125
смажене	—	—	172	50	—	—	106	19	86/91	18	75
»	—	—	232	50	—	—	143	19	116/122	18	100
»	—	—	290	50	—	—	179	19	145/152	18	125
Жовтоцок нерозібраний¹											
Непластований кусками:											
відварний	—	—	138	35	—	—	—	—	90	17	75
»	—	—	185	35	—	—	—	—	120	17	100
»	—	—	232	35	—	—	—	—	151	17	125
припуцений	—	—	138	35	—	—	—	—	90	17	75
»	—	—	185	35	—	—	—	—	120	17	100
»	—	—	232	35	—	—	—	—	151	17	125
смажений	—	—	132	35	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	178	35	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	223	35	—	—	—	—	145/152	18	125
Філе зі шкірою та реберними кістками:											
припуцене	—	—	170	47	—	—	102	12	90	17	75
»	—	—	226	47	—	—	136	12	120	17	100
»	—	—	285	47	—	—	172	12	151	17	125
смажене	—	—	162	47	—	—	98	12	86/91	18	75
»	—	—	219	47	—	—	132	12	116/122	18	100
»	—	—	274	47	—	—	165	12	145/152	18	125
Філе зі шкірою без кісток:											
припуцене	—	—	196	54	—	—	111	19	90	17	75
»	—	—	261	54	—	—	148	19	120	17	100
»	—	—	328	54	—	—	186	19	151	17	125
»	—	—	187	54	—	—	106	19	86/91	18	75
»	—	—	252	54	—	—	143	19	116/122	18	100
»	—	—	315	54	—	—	179	19	145/152	18	125
Жерех солоний нерозібраний											
Непластований кусками:											
відварний	117	28	—	—	125	28	—	—	90	17	75
»	156	28	—	—	167	28	—	—	120	17	100
»	196	23	—	—	210	28	—	—	151	17	125
»	104	23	—	—	111	28	—	—	80/89	16	75
»	139	23	—	—	149	28	—	—	107/119	16	100
»	174	23	—	—	186	28	—	—	134/149	16	125
смажений	130	31	—	—	141	36	102	12	90	17	75
»	174	31	—	—	185	36	136	12	120	17	100
»	219	31	—	—	236	36	172	12	151	17	125
»	114	31	—	—	123	36	90	12	79/88	15	75
»	154	31	—	—	166	36	120	12	106/118	15	100
»	191	31	—	—	206	36	150	12	132/147	15	125
Філе зі шкірою та реберними кістками:											
відварне	136	34	—	—	150	40	—	—	90	17	75
»	182	34	—	—	200	40	—	—	120	17	100
»	229	34	—	—	252	40	—	—	151	17	125
»	136	34	—	—	150	40	—	—	90	17	75
»	182	34	—	—	200	40	—	—	120	17	100
»	229	34	—	—	252	40	—	—	151	17	125
»	130	34	—	—	143	40	—	—	86/91	18	75
»	176	34	—	—	193	40	—	—	116/122	18	100
»	220	34	—	—	242	40	—	—	145/152	18	125
Філе зі шкірою та реберними кістками:											
припуцене	155	42	—	—	180	50	102	12	90	17	75
»	207	42	—	—	240	50	136	12	120	17	100
»	260	42	—	—	302	50	172	12	151	17	125
»	148	42	—	—	172	50	98	12	86/91	18	75
»	200	42	—	—	232	50	132	12	116/122	18	100
»	250	42	—	—	290	50	165	12	145/152	18	125
смажене	170	47	—	—	200	55	111	19	90	17	75
»	226	47	—	—	267	55	148	19	120	17	100
»	285	47	—	—	336	55	186	19	151	17	125
»	162	47	—	—	191	55	106	19	86/91	18	75
»	219	47	—	—	258	55	143	19	116/122	18	100
»	274	47	—	—	322	55	179	19	145/152	18	125
Філе зі шкірою без кісток:											
припуцене	170	47	—	—	200	55	111	19	90	17	75
»	226	47	—	—	267	55	148	19	120	17	100
»	285	47	—	—	336	55	186	19	151	17	125
»	162	47	—	—	191	55	106	19	86/91	18	75
»	219	47	—	—	258	55	143	19	116/122	18	100
»	274	47	—	—	322	55	179	19	145/152	18	125

Філе жереха, яке випускається промисловою:

припуцнене

»

смажене

»

»

Зубатка плямиста (строката) випотрошена без голови

Непластована кусками:

відварна

»

припуцнена

»

смажена

»

запечена

»

Філе зі шкірою та реберними кістками:

відварне

»

припуцнене

»

смажене

»

запечене

»

Філе зі шкірою без кісток:

припуцнене

»

смажене

»

»

запечене

»

»

»

»

»

»

»

»

»

»

»

»

»

»

»

»

»

»

»

»

»

»

»

»

»

»

»

»

»

»

»

»

»

»

»

»

»

»

»

»

»

»

»

»

	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
припущене	—	—	191	58	—	—	—	—	90	17	75
»	—	—	255	53	—	—	—	—	120	17	100
смажене	—	—	321	53	—	—	—	—	151	17	125
»	—	—	189	53	—	—	—	—	89/94	20	75
Філе без шкіри та кісток:	—	—	253	53	—	—	—	—	119/125	20	100
смажене	—	—	317	53	—	—	—	—	149/156	20	125
»	—	—	241	63	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	322	63	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	403	63	—	—	—	—	149/156	20	125
Зубял випотрошений без голови¹											
Непластований кусками:	—	—	96	6	—	—	—	—	90	17	75
відварний	—	—	128	6	—	—	—	—	120	17	100
»	—	—	161	6	—	—	—	—	151	17	125
припущений	—	—	96	6	—	—	—	—	90	17	75
»	—	—	128	6	—	—	—	—	120	17	100
смажений	—	—	161	6	—	—	—	—	151	17	125
»	—	—	95	6	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	127	6	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	159	6	—	—	—	—	149/156	20	125
Філе зі шкірою без кісток:	—	—	113	20	—	—	—	—	90	17	75
відварне	—	—	150	20	—	—	—	—	120	17	100
»	—	—	189	20	—	—	—	—	151	17	125
припущене	—	—	113	20	—	—	—	—	90	17	75
»	—	—	150	20	—	—	—	—	120	17	100
смажене	—	—	189	20	—	—	—	—	151	17	125
»	—	—	111	20	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	149	20	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	186	20	—	—	—	—	149/156	20	125
Філе без шкіри та кісток:	—	—	129	31	—	—	—	—	89/94	20	75
смажене	—	—	172	31	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	216	31	—	—	—	—	149/156	20	125
Кабан-риба нерозібрана¹											
Непластована кусками:	—	—	145	38	—	—	—	—	90	17	75
відварна	—	—	194	38	—	—	—	—	120	17	100
»	—	—	244	38	—	—	—	—	151	17	125
припущена	—	—	144	38	—	—	—	—	89	16	75
»	—	—	192	38	—	—	—	—	119	16	100

»	—	—	240	38	—	—	—	—	149	16	125
смажена	—	—	131	38	—	—	—	—	81/86	13	75
»	—	—	176	38	—	—	—	—	109/115	13	100
»	—	—	221	38	—	—	—	—	137/144	13	125
Філе зі шкірою та реберними кістками:	—	—	170	47	—	—	—	—	90	17	75
відварне	—	—	226	47	—	—	—	—	120	17	100
»	—	—	285	47	—	—	—	—	151	17	125
смажене	—	—	168	47	—	—	—	—	89	16	75
»	—	—	225	47	—	—	—	—	119	16	100
»	—	—	281	47	—	—	—	—	149	16	125
запечене	—	—	153	47	—	—	—	—	81/86	13	75
»	—	—	206	47	—	—	—	—	109/115	13	100
»	—	—	258	47	—	—	—	—	137/144	13	125
Філе зі шкірою без кісток:	—	—	191	53	—	—	—	—	90	17	75
відварне	—	—	255	53	—	—	—	—	120	17	100
»	—	—	321	53	—	—	—	—	151	17	125
припущене	—	—	189	53	—	—	—	—	89	16	75
»	—	—	253	53	—	—	—	—	119	16	100
»	—	—	317	53	—	—	—	—	149	16	125
смажене	—	—	172	53	—	—	—	—	81/86	13	75
»	—	—	232	53	—	—	—	—	109/115	13	100
»	—	—	291	53	—	—	—	—	137/144	13	125

Камбала далекосхідна**нерозібрана****Непластована кусками:**

відварна	—	—	140	35	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	188	35	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	234	35	—	—	—	—	152	18	125
припущена	—	—	140	35	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	188	35	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	234	35	—	—	—	—	152	18	125
смажена	—	—	137	35	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	183	35	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	229	35	—	—	—	—	149/156	20	125
смажена у фритюрі	—	—	103	35	—	—	—	—	67/89	16	75
»	—	—	142	35	—	—	—	—	92/119	16	100
»	—	—	177	35	—	—	—	—	115/149	16	125
запечена	—	—	137	35	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	183	35	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	229	35	—	—	—	—	149/156	20	125
смажена в сухарях на рашпері	—	—	111	35	—	—	—	—	72/89	16	75
»	—	—	148	35	—	—	—	—	96/119	16	100
»	—	—	183	35	—	—	—	—	119/149	16	125

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----

Камбала далекохідна солона

нерозібрана¹

Непластована кусками:

відварна	—	—	138	35	—	—	—	—	90	17	75
»	—	—	185	35	—	—	—	—	120	17	100
смажена	—	—	232	35	—	—	—	—	151	17	125
»	—	—	128	35	—	—	—	—	83/88	15	75
запечена	—	—	172	35	—	—	—	—	112/118	15	100
»	—	—	208	35	—	—	—	—	132/147	15	125
»	—	—	128	35	—	—	—	—	83/88	15	75
»	—	—	172	35	—	—	—	—	112/118	15	100
»	—	—	203	35	—	—	—	—	132/147	15	125

Камбала азово-чорноморська нерозібрана¹

Непластована кусками:

відварна	—	—	147	36	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	195	36	—	—	—	—	125	20	100
припуццена	—	—	244	36	—	—	—	—	156	20	125
»	—	—	147	36	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	195	36	—	—	—	—	125	20	100
смажена	—	—	244	36	—	—	—	—	156	20	125
»	—	—	141	36	—	—	—	—	90/95	21	75
»	—	—	189	36	—	—	—	—	121/127	21	100
»	—	—	236	36	—	—	—	—	151/158	21	125

Камбала (крім азово-чорноморської та далекохідної) випотрошена без голови¹

Непластована кусками:

відварна	—	—	104	10	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	139	10	—	—	—	—	125	20	100
припуццена	—	—	173	10	—	—	—	—	156	20	125
»	—	—	104	10	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	139	10	—	—	—	—	125	20	100
смажена	—	—	173	10	—	—	—	—	156	20	125
»	—	—	100	10	—	—	—	—	90/95	21	75
»	—	—	134	10	—	—	—	—	121/127	21	100
»	—	—	168	10	—	—	—	—	151/158	21	125

Камбала (крім азово-чорноморської та далекохідної) нерозібрана¹

Непластована кусками:

відварна	—	—	142	34	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	189	34	—	—	—	—	125	20	100
припуццена	—	—	236	34	—	—	—	—	156	20	125
»	—	—	142	34	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	189	34	—	—	—	—	125	20	100

смажена

»	—	—	236	34	—	—	—	—	90/95	21	75
»	—	—	136	34	—	—	—	—	121/127	21	100
»	—	—	183	34	—	—	—	—	151/158	21	125
»	—	—	229	34	—	—	—	—	—	—	—

Камбала-йорж північна нерозібрана¹

Непластована кусками:

відварна	—	—	147	38	—	—	95	4	91	18	75
»	—	—	197	38	—	—	127	4	122	18	100
припуццена	—	—	245	38	—	—	158	4	152	18	125
»	—	—	144	38	—	—	93	4	89	16	75
»	—	—	192	38	—	—	124	4	119	16	100
смажена	—	—	240	38	—	—	155	4	149	16	125
»	—	—	134	38	—	—	86	4	83/88	15	75
»	—	—	181	38	—	—	117	4	112/118	15	100
»	—	—	226	38	—	—	146	4	140/147	15	125
смажена у фритюрі	—	—	105	38	—	—	—	—	65/87	14	75
»	—	—	144	38	—	—	—	—	89/116	14	100
»	—	—	179	38	—	—	—	—	111/145	14	125

Камбала ісландська нерозібрана¹

Непластована кусками:

припуццена	—	—	126	28	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	169	28	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	211	28	—	—	—	—	152	18	125
смажена	—	—	122	28	—	—	—	—	88/93	19	75
»	—	—	163	28	—	—	—	—	117/123	19	100
»	—	—	204	28	—	—	—	—	147/154	19	125
смажена у фритюрі	—	—	92	28	—	—	—	—	66/88	15	75
»	—	—	126	28	—	—	—	—	91/118	15	100
»	—	—	157	28	—	—	—	—	113/147	15	125

Капітан-риба нерозібрана¹

Філе зі шкірою та ребрними кістками:

відварне	—	—	178	46	—	—	109	12	96	22	75
»	—	—	237	46	—	—	145	12	128	22	100
смажене	—	—	296	46	—	—	182	12	160	22	125
»	—	—	176	46	—	—	108	12	95/100	25	75
»	—	—	235	46	—	—	144	12	127/133	25	100
»	—	—	296	46	—	—	182	12	160/167	25	125

Філе зі шкірою без кісток:

відварне	—	—	204	53	—	—	119	19	96	22	75
»	—	—	272	53	—	—	158	19	128	22	100
»	—	—	340	53	—	—	198	19	160	22	125
смажене	—	—	202	53	—	—	117	19	95/100	25	75
»	—	—	270	53	—	—	157	19	127/133	25	100
»	—	—	340	53	—	—	198	19	160/167	25	125
смажене	—	—	226	58	—	—	125	24	95/100	25	75

Філе без шкіри та кісток:

смажене	—	—	226	58	—	—	125	24	95/100	25	75
---------	---	---	-----	----	---	---	-----	----	--------	----	----

	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
смажене			302	58			167	24	127/133	25	100
» смажене у фритюрі			381	58			211	24	160/167	25	125
» *			171	58			95	24	72/94	20	75
» Карась морський нерозібраний ¹ :			233	58			129	24	98/125	20	100
Непластований кусками:			290	58			161	24	122/156	20	125
» відварний											
» *			162	42					94	20	75
» припущений			216	42					125	20	100
» *			269	42					156	20	125
» смажений			162	42					94	20	75
» *			216	42					125	20	100
» Карась річковий та озерний нерозібраний			148	42					156	20	125
Цілий з головою:			200	42					86/91	18	75
» смажений			250	42					116/122	18	100
									145/152	18	125
Непластований кусками:											
» смажений	117	24			120	26			89/94	20	75
» *	157	24			161	26			119/125	20	100
» запечений	196	24			201	26			149/156	20	125
» *	117	24			120	26			89/94	20	75
» Непластований кусками:	157	24			161	26			119/125	20	100
» смажений	196	24			201	26			149/156	20	125
» *	148	40							89/94	20	75
» Карась океанічний нерозібраний	198	40							119/125	20	100
Непластований кусками:	248	40							149/156	20	125
» відварний											
» *					138	35			90	17	75
» припущений					185	35			120	17	100
» *					232	35			151	17	125
» смажений					137	35			89	16	75
» *					183	35			119	16	100
» Карась океанічний випотрошений					229	35			149	16	125
без голови					126	35			82/87	14	75
Непластований кусками:					169	35			110/116	14	100
» відварний					212	35			138/145	14	125
» *											
» припущений	110	18			140	14			120	17	100
» *	146	18			176	14			151	17	125
» Карась морський нерозібраний ¹ :	184	18			103	14			89	16	75
Непластований кусками:	109	18			138	14			119	16	100
» відварний	145	18			173	14			149	16	125
» *	182	18			95	14			82/87	14	75
» припущений	100	18			128	14			110/116	14	100
» *	134	18			160	14			138/145	14	125
» смажений	168	18									
» Філе зі шкірою та реберними кістками:											
» відварне	150	40							90	17	75
» *	200	40							120	17	100
» припущене	252	40							151	17	125
» *	148	40							89	16	75
» смажене	198	40							119	16	100
» *	248	40							149	16	125
» Філе зі шкірою без кісток:	137	40							82/87	14	75
» відварне	183	40							110/116	14	100
» *	230	40							138/145	14	125
» Каранкс нерозібраний ¹											
Непластований кусками:											
» відварний	176	49							90	17	75
» *	235	49							120	17	100
» припущене	296	49							151	17	125
» *	175	49							89	16	75
» смажене	233	49							119	16	100
» *	292	49							149	16	125
» Каранкс нерозібраний ¹	161	49							82/87	14	75
Непластований кусками:	216	49							110/116	14	100
» відварний	271	49							138/145	14	125
» *											
» припущений	128	32							90	17	75
» *	171	32							120	17	100
» смажений	213	32							151	17	125
» *	125	32							89	16	75
» Каранкс нерозібраний ¹	168	32							119	16	100
Непластований кусками:	209	32							149	16	125
» відварний	124	32							82/87	14	75
» *	166	32							110/116	14	100
» припущений	209	32							138/145	14	125
» *											
» Каранкс нерозібраний ¹											
Непластований кусками:											
» відварний	149	37							94	20	75
» *	198	37							125	20	100
» припущений	248	37							156	20	125
» *	144	37							91	18	75

відварний

» *

припущений

» *

смажений

» *

Філе зі шкірою та реберними кістками:

» відварне

» *

» припущене

» *

» смажене

» *

Філе зі шкірою без кісток:

» відварне

» *

» припущене

» *

» смажене

» *

Каранкс нерозібраний¹

Непластований кусками:

» відварний

» *

» припущений

» *

» смажений

» *

Короп нерозібраний

Непластований кусками:

» відварний

» *

» припущений

» *

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
припуцений	194	37	203	40	—	—	—	—	—	122	18	100
»	241	37	253	40	—	—	—	—	—	152	18	125
смажений	141	37	148	40	—	—	—	—	—	89/94	20	75
»	189	37	198	40	—	—	—	—	—	119/125	20	100
»	237	37	248	40	—	—	—	—	—	149/156	20	125
запечений	141	37	148	40	—	—	—	—	—	89/94	20	75
»	189	37	198	40	—	—	—	—	—	119/125	20	100
»	237	37	248	40	—	—	—	—	—	149/156	20	125
Філе зі шкірою та реберними кістками: відварне	177	47	188	50	—	—	—	108	13	94	20	75
»	236	47	250	50	—	—	—	144	13	125	20	100
»	294	47	312	50	—	—	—	179	13	156	20	125
припуцене	172	47	182	50	—	—	—	105	13	91	18	75
»	230	47	244	50	—	—	—	140	13	122	18	100
»	287	47	304	50	—	—	—	175	13	152	18	125
смажене	168	47	178	50	—	—	—	102	13	89/94	20	75
»	225	47	238	50	—	—	—	137	13	119/125	20	100
»	281	47	298	50	—	—	—	171	13	149/156	20	125
Філе зі шкірою без кісток: припуцене	186	51	202	55	—	—	—	123	26	91	18	75
»	249	51	271	55	—	—	—	165	26	122	18	100
»	310	51	338	55	—	—	—	205	26	152	18	125
смажене	182	51	198	55	—	—	—	120	26	89/94	20	75
»	243	51	264	55	—	—	—	161	26	119/125	20	100
»	304	51	331	55	—	—	—	201	26	149/156	20	125
Кега нерозібрана ¹ (див. Горбуна нерозібрана) Непластована кусками:												
відварна	—	—	138	32	147	36	—	—	—	94	20	75
»	—	—	184	32	195	36	—	—	—	125	20	100
»	—	—	229	32	244	36	—	—	—	156	20	125
припуцена	—	—	134	32	142	36	—	—	—	91	18	75
»	—	—	179	32	191	36	—	—	—	122	18	100
»	—	—	224	32	238	36	—	—	—	152	18	125
смажена	—	—	131	32	139	36	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	175	32	186	36	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	219	32	233	36	—	—	—	149/156	20	125
смажена у фритюрі	—	—	99	32	105	36	—	—	—	67/89	16	75
»	—	—	135	32	144	36	—	—	—	92/119	16	100
»	—	—	169	32	180	36	—	—	—	115/149	16	125
Філе зі шкірою та реберними кістками: відварне	147	36	163	40	168	44	—	—	—	94	20	75
»	195	36	208	40	223	44	—	—	—	125	20	100
»	244	36	260	40	279	44	—	—	—	156	20	125
припуцене	142	36	152	40	163	44	—	—	—	91	18	75
»	191	36	203	40	218	44	—	—	—	122	18	100
»	238	36	253	40	271	44	—	—	—	152	18	125
смажене	139	36	148	40	159	44	—	—	—	89/94	20	75
»	186	36	198	40	213	44	—	—	—	119/125	20	100
»	233	36	248	40	266	44	—	—	—	149/156	20	125
Філе зі шкірою без кісток: припуцене	152	40	165	45	178	49	—	—	—	91	18	75
»	203	40	222	45	239	49	—	—	—	122	18	100
»	253	40	276	45	298	49	—	—	—	152	18	125
смажене	148	40	162	45	175	49	—	—	—	89/94	20	75
»	198	40	216	45	233	49	—	—	—	119/125	20	100
»	248	40	271	45	292	49	—	—	—	149/156	20	125
смажене у фритюрі	112	40	122	45	131	49	—	—	—	67/89	16	75
»	153	40	167	45	180	49	—	—	—	92/119	16	100
»	192	40	209	45	225	49	—	—	—	115/149	16	125
запечене	148	40	162	45	175	49	—	—	—	89/94	20	75
»	198	40	216	45	233	49	—	—	—	119/125	20	100
»	248	40	271	45	292	49	—	—	—	149/156	20	125
Кефаль азово-чорноморська солена нерозібрана												
Непластована кусками: відварна	—	—	152	42	152	42	—	—	—	88	15	75
»	—	—	203	42	203	42	—	—	—	118	15	100
»	—	—	253	42	253	42	—	—	—	147	15	125
смажена	—	—	133	42	133	42	—	—	—	77/86	13	75
»	—	—	178	42	178	42	—	—	—	103/115	13	100
»	—	—	222	42	222	42	—	—	—	129/144	13	125
Кефаль азово-чорноморська солена випотрошена без голови												
Непластована кусками: відварна	—	—	121	27	—	—	—	—	—	88	15	75
»	—	—	162	27	—	—	—	—	—	118	15	100
»	—	—	201	27	—	—	—	—	—	147	15	125
смажена	—	—	105	27	—	—	—	—	—	77/86	13	75
»	—	—	141	27	—	—	—	—	—	103/115	13	100
»	—	—	177	27	—	—	—	—	—	129/144	13	125
запечена	—	—	105	27	—	—	—	—	—	77/86	13	75
»	—	—	141	27	—	—	—	—	—	103/115	13	100
»	—	—	177	27	—	—	—	—	—	129/144	13	125
Кефаль каспійська нерозібрана												
Непластована кусками: відварна	—	—	138	35	—	—	—	—	—	90	17	75

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
відварна	—	—	185	35	—	—	—	—	120	17	100
»	—	—	232	35	—	—	—	—	151	17	125
припуцнена	—	—	135	35	—	—	—	—	88	15	75
»	—	—	182	35	—	—	—	—	118	15	100
»	—	—	226	35	—	—	—	—	147	15	125
смажена	—	—	129	35	—	—	—	—	84/89	16	75
»	—	—	174	35	—	—	—	—	113/119	16	100
»	—	—	218	35	—	—	—	—	142/149	16	125
смажена у фритюрі	—	—	103	35	—	—	—	—	67/89	16	75
»	—	—	142	35	—	—	—	—	92/119	16	100
»	—	—	177	35	—	—	—	—	115/149	16	125
Кілька каспійська та інша ¹	—	—	1359	8 ³	—	—	—	—	1250/1333	25	1000
Ціла з головою:	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
смажена у фритюрі	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
Кликач нерозібраний ¹	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
Непластований кусками:	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
відварений	—	—	147	38	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	197	38	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	245	38	—	—	—	—	152	18	125
припуцнений	—	—	147	38	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	197	38	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	245	38	—	—	—	—	152	18	125
смажений	—	—	135	38	—	—	—	—	84/89	16	75
»	—	—	182	38	—	—	—	—	113/119	16	100
»	—	—	229	38	—	—	—	—	142/149	16	125
Філе зі шкірою та реберними кістками:	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
відварне	—	—	169	46	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	226	46	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	281	46	—	—	—	—	152	18	125
припуцнене	—	—	169	46	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	226	46	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	281	46	—	—	—	—	152	18	125
смажене	—	—	156	46	—	—	—	—	84/89	16	75
»	—	—	209	46	—	—	—	—	113/119	16	100
»	—	—	263	46	—	—	—	—	142/149	16	125
Філе зі шкірою без кісток:	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
відварне	—	—	172	47	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	230	47	—	—	—	—	122	18	100
припуцнене	—	—	287	47	—	—	—	—	152	18	125
»	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—

смажене	—	—	213	47	—	—	—	—	84/89	16	75
»	—	—	268	47	—	—	—	—	113/119	16	100
»	—	—	—	—	—	—	—	—	142/149	16	125
Філе без шкіри та кісток:	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
смажене	—	—	179	53	—	—	—	—	84/89	16	75
»	—	—	240	53	—	—	—	—	113/119	16	100
»	—	—	302	53	—	—	—	—	142/149	16	125
Корюка (невська та біломорська) нерозібрана ¹	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
Ціла, з головою:	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
припуцнена	—	—	107	15 ³	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	144	15 ³	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	179	15 ³	—	—	—	—	152	18	125
смажена	—	—	105	15 ³	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	140	15 ³	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	175	15 ³	—	—	—	—	149/156	20	125
смажена у фритюрі	—	—	73	15 ³	—	—	—	—	62/87	14	75
»	—	—	99	15 ³	—	—	—	—	84/116	14	100
»	—	—	125	15 ³	—	—	—	—	106/145	14	125
Ціла без голови:	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
припуцнена	—	—	130	30 ³	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	174	30 ³	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	217	30 ³	—	—	—	—	152	18	125
смажена	—	—	127	30 ³	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	170	30 ³	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	213	30 ³	—	—	—	—	149/156	20	125
смажена у фритюрі	—	—	89	30 ³	—	—	—	—	62/87	14	75
»	—	—	120	30 ³	—	—	—	—	84/116	14	100
»	—	—	151	30 ³	—	—	—	—	106/145	14	125
Червоноперка далекохідна нерозібрана ¹	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
Непластована кусками:	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
смажена	—	—	132	40	—	—	—	—	79/84	11	75
»	—	—	177	40	—	—	—	—	106/112	11	100
»	—	—	222	40	—	—	—	—	133/140	11	125
Кунджа нерозібрана ¹	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
Ціла з головою:	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
припуцнена	—	—	105	13	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	140	13	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	175	13	—	—	—	—	152	18	125
смажена	—	—	102	13	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	137	13	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	171	13	—	—	—	—	149/156	20	125
Непластована кусками:	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
відварна	—	—	129	27	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	171	27	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	214	27	—	—	—	—	156	20	125

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
припущена	—	—	125	27	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	167	27	—	—	—	—	122	18	100
смажена	—	—	208	27	—	—	—	—	152	18	125
»	—	—	122	27	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	163	27	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	204	27	—	—	—	—	149/156	20	125
Кутум нерозібраний¹											
Непластований кусками:											
відварний	—	—	157	40	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	208	40	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	260	40	—	—	—	—	156	20	125
припущений	—	—	152	40	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	203	40	—	—	—	—	122	18	100
смажений	—	—	253	40	—	—	—	—	152	18	125
»	—	—	148	40	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	198	40	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	248	40	—	—	—	—	149/156	20	125
Філе зі шкірою та реберними кістками:											
припущене	—	—	172	47	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	230	47	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	287	47	—	—	—	—	152	18	125
смажене	—	—	168	47	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	225	47	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	281	47	—	—	—	—	149/156	20	125
Кутум солоний випотрошений із головою:											
Непластований кусками:											
відварний	—	—	122	26	—	—	—	—	90	17	75
»	—	—	162	26	—	—	—	—	120	17	100
»	—	—	204	26	—	—	—	—	151	17	125
смажений	—	—	108	26	—	—	—	—	80/89	16	75
»	—	—	145	26	—	—	—	—	107/119	16	100
»	—	—	181	26	—	—	—	—	134/149	16	125
Філе зі шкірою та реберними кістками:											
відварне	—	—	136	34	—	—	—	—	90	17	75
»	—	—	182	34	—	—	—	—	120	17	100
»	—	—	229	34	—	—	—	—	151	17	125
смажене	—	—	120	34	—	—	—	—	79/88	15	75
»	—	—	161	34	—	—	—	—	106/118	15	100
»	—	—	200	34	—	—	—	—	132/147	15	125
Льодяна риба випотрошена без голови¹											
Непластована кусками:											
відварна	—	—	106	14	—	—	—	—	91	18	75

»	—	—	142	14	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	177	14	—	—	—	—	152	18	125
припущена	—	—	103	14	—	—	—	—	89	16	75
»	—	—	138	14	—	—	—	—	119	16	100
»	—	—	173	14	—	—	—	—	149	16	125
смажена	—	—	98	14	—	—	—	—	84/89	16	75
»	—	—	131	14	—	—	—	—	113/119	16	100
»	—	—	165	14	—	—	—	—	142/149	16	125
Льодяна риба нерозібрана¹											
Непластована кусками:											
відварна	—	—	160	43	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	214	43	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	267	43	—	—	—	—	152	18	125
припущена	—	—	156	43	—	—	—	—	89	16	75
»	—	—	209	43	—	—	—	—	119	16	100
»	—	—	261	43	—	—	—	—	149	16	125
смажена	—	—	147	43	—	—	—	—	84/89	16	75
»	—	—	198	43	—	—	—	—	113/119	16	100
»	—	—	249	43	—	—	—	—	142/149	16	125
Філе зі шкірою без кісток:											
відварне	—	—	196	52	—	—	115	18	94	20	75
»	—	—	260	52	—	—	162	18	125	20	100
»	—	—	325	52	—	—	190	18	156	20	125
припущене	—	—	196	52	—	—	115	18	94	20	75
»	—	—	260	52	—	—	152	18	125	20	100
»	—	—	325	52	—	—	190	18	156	20	125
смажене	—	—	179	52	—	—	105	18	86/91	18	75
»	—	—	242	52	—	—	141	18	116/122	18	100
»	—	—	302	52	—	—	177	18	145/152	18	125
Філе без шкіри та кісток:											
відварне	—	—	209	55	—	—	119	21	94	20	75
»	—	—	278	55	—	—	158	21	125	20	100
»	—	—	347	55	—	—	197	21	156	20	125
припущене	—	—	209	55	—	—	119	21	94	20	75
»	—	—	278	55	—	—	158	21	125	20	100
»	—	—	347	55	—	—	197	21	156	20	125
смажене	—	—	191	55	—	—	109	21	86/91	18	75
»	—	—	258	55	—	—	147	21	116/122	18	100
»	—	—	322	55	—	—	184	21	145/152	18	125
Ляц нерозібраний											
Непластований кусками:											
відварний	152	38	152	38	149	37	—	—	94	20	75
»	202	38	202	38	198	37	—	—	125	20	100
»	252	38	252	38	248	37	—	—	156	20	125
»	147	38	147	38	144	37	—	—	91	18	75
»	197	38	197	38	194	37	—	—	122	18	100

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
припуцений смажений	245 144 192 240	38 38 38 38	245 144 192 240	38 38 38 38	241 141 189 237	37 37 37 37	— — — —	— — — —	152 89/94 119/125 149/156	18 20 20 20	125 76 100 125
запечений	144 192 240	38 38 38	144 192 240	38 38 38	141 189 237	37 37 37	— — —	— — —	89/94 119/125 149/156	20 20 20	75 100 125
Філе зі шкірою та реберними кістками: смажене	159 215 269	46 46 46	159 215 269	46 46 46	156 211 264	45 45 45	99 133 167	13 13 13	86/91 116/122 145/152	18 18 18	75 100 125
запечене	159 215 269	46 46 46	159 215 269	46 46 46	156 211 264	45 45 45	99 133 167	13 13 13	86/91 116/122 145/152	18 18 18	75 100 125
Філе зі шкірою без кісток: припуцене	198 265 330	54 54 54	198 265 330	54 54 54	182 244 304	50 50 50	123 165 205	26 26 26	91 122 152	18 18 18	75 100 125
смажене	187 252 315	54 54 54	187 252 315	54 54 54	172 232 290	50 50 50	116 157 196	26 26 26	86/91 116/122 145/152	18 18 18	75 100 125
запечене	187 252 315	54 54 54	187 252 315	54 54 54	172 232 290	50 50 50	116 157 196	26 26 26	86/91 116/122 145/152	18 18 18	75 100 125
Філе ляца, яке випускається проми- словістю: припуцене	— — —	— — —	99 133 165	8 ⁴ 8 ⁴ 8 ⁴	— — —	— — —	— — —	— — —	91 122 152	18 18 18	75 100 125
смажене	— — —	— — —	99 133 165	8 ⁴ 8 ⁴ 8 ⁴	— — —	— — —	— — —	— — —	91 122 152	18 18 18	75 100 125
запечене	— — —	— — —	99 133 165	8 ⁴ 8 ⁴ 8 ⁴	— — —	— — —	— — —	— — —	91 122 152	18 18 18	75 100 125
Ляц солоний винограшений із головою Непластований кусками: відварний	117 156 196	23 23 23	117 156 196	23 23 23	122 162 204	26 26 26	— — —	— — —	90 120 151	17 17 17	75 100 125
смажений	104 139	23 23	104 139	23 23	108 145	26 26	— —	— —	80/89 107/119	16 16	75 100 125
Філе зі шкірою та реберними кістками: смажене	174 119 160	28 33 33	174 119 160	28 33 33	181 125 167	26 36 36	— 92 123	— 13 13	134/149 80/89 107/119	16 16 16	125 75 100
запечене	200 119 160	33 33 33	200 119 160	33 33 33	209 125 167	36 36 36	154 92 123	13 13 13	134/149 80/89 107/119	16 16 16	125 75 100
Лосось каспійський, куринський перозібраний Непластований кусками: відварний	— — —	— — —	186 181 226	31 31 31	— — —	— — —	— — —	— — —	94 125 156	20 20 20	75 100 125
припуцений	— — —	— — —	186 181 226	31 31 31	— — —	— — —	— — —	— — —	94 125 156	20 20 20	75 100 125
смажений	— — —	— — —	186 181 226	31 31 31	— — —	— — —	— — —	— — —	94 125 156	20 20 20	75 100 125
Філе зі шкірою та реберними кістками: відварне	138 185 230	34 34 34	149 200 249	39 39 39	— — —	— — —	102 137 171	11 11 11	91 122 152	18 18 18	75 100 125
припуцене	138 185 230	34 34 34	149 200 249	39 39 39	— — —	— — —	102 137 171	11 11 11	91 122 152	18 18 18	75 100 125
смажене	230 135 180	34 34 34	249 146 195	39 39 39	— — —	— — —	171 100 134	11 11 11	152 89/94 119/125	18 20 20	125 75 100
Філе зі шкірою без кісток: припуцене	226 149 200	34 39 39	244 157 210	39 42 42	— — —	— — —	167 107 144	11 15 15	149/156 91 122	20 18 18	125 75 100
смажене	249 146 195	39 39 39	262 153 205	42 42 42	— — —	— — —	179 105 140	15 15 15	152 89/94 119/125	18 20 20	125 75 100
Філе без шкіри та кісток: припуцене	160 214 267	43 43 43	165 222 276	45 45 45	— — —	— — —	112 151 188	19 19 19	91 122 152	18 18 18	75 100 125
смажене	209 261 130	43 43 43	216 271 135	45 45 45	— — —	— — —	147 184 91	19 19 19	89/94 119/125 149/156	20 20 20	100 125 75
смажене в сухарях на рашпері	174	43	180	45	—	—	122	19	99/122	18	100

2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----

смажене в сухарях на рашпері

смажене без сухарів на рашпері

»
»
Дох нерозібраний¹

Непластований кусками:
відварний

припущений

»
»
смажений

»
»
Філе зі шкірою та реберними кістками:
відварне

»
»
припущене

»
»
смажене

»
»
Філе зі шкірою без кісток:
припущене

»
»
смажене

»
»
Філе без шкіри та кісток:
припущене

»
»
смажене

»
»
Луфар (окрім океанічного) нерозібраний¹

Непластований кусками:
відварний

»
»
припущений

»
»
смажений

»
»
Філе зі шкірою та реберними кістками:
відварне

»
»
припущене

»
»
смажене

»
»
Філе без шкіри та кісток:
припущене

»
»
смажене

»
»
Луфар (окрім океанічного) нерозібраний¹

Непластований кусками:
відварний

»
»
припущений

»
»
смажений

»
»
Філе зі шкірою та реберними кістками:
відварне

»
»
припущене

»
»
смажене

»
»
Філе зі шкірою без кісток:
відварне, припущене

»
»
смажене

»
»
Луфар океанічний виотрошений без голови¹

Непластований кусками:
відварний

»
»
припущений

»
»
смажений

»
»
Філе зі шкірою та реберними кістками:
відварне

»
»
припущене

»
»
смажене

»
»
Луфар (окрім океанічного) нерозібраний¹

Непластований кусками:
відварний

»
»
припущений

»
»
смажений

»
»
Філе зі шкірою та реберними кістками:
відварне

»
»
припущене

»
»
смажене

»
»
Луфар (окрім океанічного) нерозібраний¹

Непластований кусками:
відварний

»
»
припущений

»
»
смажений

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Філе зі шкірою без кісток:											
відварне			149	37			121	22	94	20	75
»			198	37			160	22	125	20	100
припущене			248	37			200	22	156	20	125
»			149	37			121	22	94	20	75
»			198	37			160	22	125	20	100
смажене			248	37			200	22	156	20	125
»			137	37			110	22	86/91	18	75
»			184	37			149	22	116/122	18	100
»			230	37			186	22	145/152	18	125
Макрель з Індійського океану,											
тушка спеціального оброблення											
Нем'ястована кусками:											
відварна											
»							89	3	86	13	75
»							119	3	115	13	100
припущена							148	3	144	13	125
»							87	3	84	11	75
»							115	3	112	11	100
смажена							144	3	140	11	125
»							87	3	84/89	16	75
»							116	3	113/119	16	100
»							146	3	142/149	16	125
Філе зі шкірою та реберними кістками:											
відварне							98	12	86	13	75
»							131	12	115	13	100
»							164	12	144	13	125
припущене							95	12	84	11	75
»							127	12	112	11	100
»							159	12	140	11	125
смажене							95	12	84/89	16	75
»							128	12	113/119	16	100
»							161	12	142/149	16	125
Філе зі шкірою без кісток:											
відварне							101	15	86	13	75
»							135	15	115	13	100
»							169	15	144	13	125
припущене							99	15	84	11	75
»							132	15	112	11	100
»							165	15	140	11	125
смажене							99	15	84/89	16	75
»							133	15	113/119	16	100
»							167	15	142/149	16	125

Філе без шкіри та кісток:											
відварне							105	18	86	13	75
»							140	18	115	13	100
»							176	18	144	13	125
припущене							102	18	84	11	75
»							137	18	112	11	100
»							171	18	140	11	125
смажене							102	18	84/89	16	75
»							138	18	113/119	16	100
»							173	18	142/149	16	125
Філе макрелі зі шкірою, яке випускається											
промисловістю											
відварне			97	4 ¹					93	19	75
»			128	4 ¹					123	19	100
»			160	4 ¹					154	19	125
»			94	4 ¹					90	17	75
»			125	4 ¹					120	17	100
»			157	4 ¹					151	17	125
смажене			88	4 ¹					84/89	16	75
»			118	4 ¹					113/119	16	100
»			148	4 ¹					142/149	16	125
Макрурус, тушка спеціального оброблення											
Нем'ястований кусками:											
відварний											
»							98	4	94	20	75
»							130	4	125	20	100
»							163	4	156	20	125
»							97	4	93	19	75
»							128	4	123	19	100
»							160	4	154	19	125
смажений							90	4	86/91	18	75
»							121	4	116/122	18	100
»							151	4	145/152	18	125
Філе зі шкірою без кісток:											
відварне							104	10	94	20	75
»							139	10	125	20	100
»							173	10	156	20	125
»							103	10	93	19	75
»							137	10	123	19	100
»							171	10	154	19	125
смажене							96	10	86/91	18	75
»							129	10	116/122	18	100
»							161	10	145/152	18	125
Філе без шкіри та кісток:											
»							109	14	94	20	75
»							145	14	125	20	100
»							181	14	156	20	125

Продовження табл. 2											
I	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
припущене	—	—	—	—	—	—	108	14	93	19	75
»	—	—	—	—	—	—	143	14	123	19	100
смажене	—	—	—	—	—	—	179	14	154	19	125
»	—	—	—	—	—	—	100	14	86/91	18	75
»	—	—	—	—	—	—	135	14	116/122	18	100
»	—	—	—	—	—	—	169	14	145/152	18	125
Маринка випотрошена з головою¹											
Непластована кусками:											
відварна	—	—	140	33	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	187	33	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	233	33	—	—	—	—	156	20	125
припущена	—	—	136	33	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	182	33	—	—	—	—	122	18	100
смажена	—	—	227	33	—	—	—	—	152	18	125
»	—	—	133	33	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	178	33	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	222	33	—	—	—	—	149/156	20	125
Філе зі шкірою та реберними кістками:											
відварне	—	—	159	41	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	212	41	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	264	41	—	—	—	—	156	20	125
припущене	—	—	154	41	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	207	41	—	—	—	—	122	18	100
смажене	—	—	258	41	—	—	—	—	152	18	125
»	—	—	151	41	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	202	41	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	253	41	—	—	—	—	149/156	20	125
Цілий із головами:											
відварний	—	—	125	25	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	167	25	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	208	25	—	—	—	—	156	20	125
припущений	—	—	121	25	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	163	25	—	—	—	—	122	18	100
смажений	—	—	203	25	—	—	—	—	152	18	125
»	—	—	119	25	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	159	25	—	—	—	—	119/125	20	100
запечений	—	—	199	25	—	—	—	—	149/156	20	125
»	—	—	119	25	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	159	25	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	199	25	—	—	—	—	149/156	20	125

відварний	—	—	149	37	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	198	37	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	248	37	—	—	—	—	156	20	125
припущений	—	—	144	37	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	194	37	—	—	—	—	122	18	100
смажений	—	—	241	37	—	—	—	—	152	18	125
»	—	—	141	37	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	189	37	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	237	37	—	—	—	—	149/156	20	125
Непластований кусками:											
відварний	—	—	154	39	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	205	39	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	256	39	—	—	—	—	156	20	125
припущений	—	—	149	39	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	200	39	—	—	—	—	122	18	100
смажений	—	—	249	39	—	—	—	—	152	18	125
»	—	—	146	39	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	195	39	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	244	39	—	—	—	—	149/156	20	125

Примітка. До дріб'язку I групи належать: плоскирка (тараня) азербайджанська, лин, окунь річковий та озерний (крім балхашського та бухгарминського), підуст.

Дріб'язок II групи ¹											
Цілий із головою:											
відварний	—	—	129	27	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	171	27	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	214	27	—	—	—	—	156	20	125
припущений	—	—	125	27	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	167	27	—	—	—	—	122	18	100
смажений	—	—	208	27	—	—	—	—	152	18	125
»	—	—	122	27	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	163	27	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	204	27	—	—	—	—	149/156	20	125
смажений у фритюрі (корюшка)	—	—	88	27	—	—	—	—	64/89	16	75
»	—	—	119	27	—	—	—	—	87/119	16	100
»	—	—	151	27	—	—	—	—	110/149	16	125
Цілий без голови:											
відварний	—	—	157	40	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	208	40	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	260	40	—	—	—	—	156	20	125
припущений	—	—	152	40	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	203	40	—	—	—	—	122	18	100
смажений	—	—	253	40	—	—	—	—	152	18	125
»	—	—	148	40	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	198	40	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	248	40	—	—	—	—	149/156	20	125

Примітка. До дріб'язку II групи належать: білозірка, крім аральської, азербайджанської та цимлянської, Куйбишевської та Рибінського водосховищ; голівень, плоскирка (тараня), крім азербайджанської, азово-чорноморської та усіх водойм Росії; йорж річковий та озерний, крім далекосхідного та азовської перкаріни; корюшка, крім невської, фінської та біломорської; червонопірка, крім далекосхідної; плітка, крім тієї, що вилловлюється в усіх водоймах Росії та бухтарминської; сайка, синець (сопа), крім тієї, що вилловлюється в усіх водоймах Росії та України; чехоня, крім азово-чорноморської й тієї, що вилловлюється у водоймах України та водосховищах: Рибінському, Цимлянському, Горьківському, Куйбишевському.

**Дріб'язок III групи
(Використовується для приготування юшки та рибних бульйонів).**

Примітка. До дріб'язку III групи належать: аерина (ферина), в'юн, пічкур, піщанка, пінагор, смарида (крім океанічної), верховодна та всі риби (крім океанічних) завдовжки до 12 см, вилон яких не обмежений правилами рибальства; океанічні риби: шабля-риба до 60 см; нігрита (канадус), снєк, серіола, вугор морський — до 30 см; нототенія мраморна, сом до 25 см, бесуго, белоцїя, більдюга, бичок океанічний, джакас, каранкс, кликач, лящ морський, латилїда, ліхїя, льодяна риба, лутьян, летрин, окунь кам'яний, парго, перро, перко, полинепус, помпано сріблястий, помадазіс, пеламїда, рубїя, серіолелла, сіганус, соняшник, смарида океанічна, сквама, солодкогуб, строма, тюрбо, тайл-фіш, умбрїна, форель морська, хек сріблястий та тихоокеанський, хїніс до 20 см, баттерфіш, вомер (риба-місяць), карасї, минь морський, ронко до 14 см, всі інші риби завдовжки до 17 см.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Мерланг нерозібраний¹											
Непластований кусками:											
відварний	—	—	157	40	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	208	40	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	260	40	—	—	—	—	156	20	125
смажений	—	—	148	40	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	198	40	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	248	40	—	—	—	—	149/156	20	125
Мерланг вилотрошений без голови¹											
Непластований кусками:											
відварний	—	—	103	9	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	187	9	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	171	9	—	—	—	—	156	20	125
припущений	—	—	100	9	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	134	9	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	167	9	—	—	—	—	152	18	125
смажений	—	—	98	9	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	131	9	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	164	9	—	—	—	—	149/156	20	125
Фїле зі шкірою та реберними кістками: відварне	—	—	122	23	—	—	—	—	94	20	75

»	—	—	162	23	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	203	23	—	—	—	—	156	20	125
припущене	—	—	118	23	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	158	23	—	—	—	—	122	18	100
смажене	—	—	197	23	—	—	—	—	152	18	125
»	—	—	116	23	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	155	23	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	194	23	—	—	—	—	149/156	20	125
Фїле зі шкірою без кісток: відварне	—	—	124	24	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	164	24	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	205	24	—	—	—	—	156	20	125
припущене	—	—	120	24	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	161	24	—	—	—	—	122	18	100
смажене	—	—	200	24	—	—	—	—	152	18	125
»	—	—	117	24	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	157	24	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	196	24	—	—	—	—	149/156	20	125
Фїле без шкіри та кісток: відварне	—	—	131	28	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	174	28	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	217	28	—	—	—	—	156	20	125
припущене	—	—	126	28	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	169	28	—	—	—	—	122	18	100
смажене	—	—	211	28	—	—	—	—	152	18	125
»	—	—	124	28	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	165	28	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	207	28	—	—	—	—	149/156	20	125
Мероу нерозібраний											
Фїле зі шкірою та реберними кістками:											
відварне	211	54	—	—	—	—	—	—	—	12	23
»	283	54	—	—	—	—	—	—	97	23	75
»	352	54	—	—	—	—	—	—	130	23	100
смажене	204	54	—	—	—	—	—	—	162	23	125
»	274	54	—	—	—	—	—	—	94/99	24	75
»	341	54	—	—	—	—	—	—	126/132	24	100
Мероу вилотрошений без голови											
Фїле зі шкірою та реберними кістками:											
відварне	159	39	—	—	—	—	—	—	—	12	23
»	213	39	—	—	—	—	—	—	97	23	75
»	266	39	—	—	—	—	—	—	130	23	100
смажене	154	39	—	—	—	—	—	—	162	23	125
»	207	39	—	—	—	—	—	—	94/99	24	75
»	257	39	—	—	—	—	—	—	126/132	24	100
»			—	—	—	—	—	—	157/164	24	125

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Меч-риба випотрошена без голови¹											
Неп्लाстована кусками:											
відварна			122	23					94	20	75
»			162	23					125	20	100
»			203	23					156	20	125
смажена			116	23					89/94	20	75
»			155	23					119/125	20	100
»			194	23					149/156	20	125
Мінога нерозібрана¹											
Ціла без голови та хвоста:											
смажена			96	7					89/94	20	75
»			128	7					119/125	20	100
»			160	7					149/156	20	125
Мягтай слянка (баличок)¹											
Цілі балички:											
відварні			96	5					91	18	75
»			128	5					122	18	100
»			160	5					152	18	125
припуцнені			94	5					89	16	75
»			125	5					119	16	100
»			157	5					149	16	125
смажені			87	5					83/88	15	75
»			118	5					112/118	15	100
»			147	5					140/147	15	125
смажені у фритюрі			61	5					58/83	10	75
»			83	5					79/111	10	100
»			105	5					100/139	10	125
Порційні куски:											
відварні			96	5					91	18	75
»			128	5					122	18	100
»			160	5					152	18	125
припуцнені			94	5					89	16	75
»			125	5					119	16	100
»			157	5					149	16	125
смажені			87	5					83/88	15	75
»			118	5					112/118	15	100
»			147	5					140/147	15	125
смажені у фритюрі			64	5					61/83	10	75
»			88	5					84/111	10	100
»			111	5					105/139	10	125
Мягтай нерозібраний¹											
Непластований кусками:											
відварний			152	40					91	18	75
»			203	40					122	18	100

припуцнений			253	40					152	18	125
»			152	40					91	18	75
»			203	40					122	18	100
смажений			253	40					152	18	125
»			143	40					86/91	18	75
»			193	40					116/122	18	100
»			242	40					145/152	18	125
Філе зі шкірою без кісток:											
відварне			186	50					93	19	75
»			246	50					123	19	100
»			308	50					154	19	125
припуцнене			186	50					93	19	75
»			246	50					123	19	100
»			308	50					154	19	125
смажене			168	50					84/89	16	75
»			226	50					113/119	16	100
»			284	50					142/149	16	125
Філе без шкіри та кісток:											
відварне			202	54					93	19	75
»			267	54					123	19	100
»			335	54					154	19	125
припуцнене			202	54					93	19	75
»			267	54					123	19	100
»			335	54					154	19	125
смажене			183	54					84/89	16	75
»			246	54					113/119	16	100
»			309	54					142/149	16	125
Мойва (дріб'язок III групи) нерозібрана¹											
Ціла з головою:											
смажена			92	25 ⁵					90/95	21	75
»			123	25 ⁵					121/127	21	100
»			154	25 ⁵					151/158	21	125
смажена у фритюрі			69	25 ⁵					68/93	19	75
»			93	25 ⁵					91/123	19	100
»			117	25 ⁵					115/154	19	125
Муксун нерозібраний											
Непластований кусками:											
відварний			134						94	20	75
»			179						125	20	100
»			223						156	20	125
припуцнений			130						91	18	75
»			174						122	18	100
»			217						152	18	125
смажений			127						89/94	20	75
»			170						119/125	20	100
»			213						149/156	20	125

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Філе зі шкірою та реберними кістками: припущене	152 203 253 148 198 248	40 40 40 40 40 40	— — — — — —	— — — — — —	152 203 253 148 198 248	40 40 40 40 40 40	— — — — — —	— — — — — —	91 122 152 89/94 119/125 149/156	18 18 18 20 20 20	75 100 125 75 100 125
Філе зі шкірою без кісток: припущене	169 226 281 165 220 276	46 46 46 46 46 46	— — — — — —	— — — — — —	169 226 281 165 220 276	46 46 46 46 46 46	— — — — — —	— — — — — —	91 122 152 89/94 119/125 149/156	18 18 18 20 20 20	75 100 125 75 100 125
Муксун випотрошений солоний із головою Непластований кусками: відварний	117 156 196 103 138 171	23 23 23 23 23 23	— — — — — —	— — — — — —	122 162 204 107 143 178	26 26 26 26 26 26	— — — — — —	— — — — — —	90 120 151 79/88 106/118 132/147	17 17 17 15 15 15	75 100 125 75 100 125
Філе зі шкірою та кістками: відварне	130 174 219	31 31 31	— — —	— — —	136 182 229	34 34 34	— — —	— — —	90 120 151	17 17 17	75 100 125
»	114	31	—	—	120	34	—	—	79/88	15	75
смажене	154	31	—	—	161	34	—	—	106/118	15	100
»	191	31	—	—	200	34	—	—	132/147	15	125
Навага далекохідна нерозібрана¹ Ціла з головою, шкірою, ікрою: смажена	— — — — — —	— — — — — —	111 149 186 77 104 131	19 19 19 19 19 19	— — — — — —	— — — — — —	— — — — — —	— — — — — —	90/95 121/127 151/158 62/87 84/116 106/145	21 21 21 14 14 14	75 100 125 75 100 125
»	—	—	134	33	—	—	—	—	90/95	21	75
»	—	—	181	33	—	—	—	—	121/127	21	100
»	—	—	225	33	—	—	—	—	151/158	21	125
»	—	—	93	33	—	—	—	—	62/87	14	75
смажена у фритюрі	—	—	158	33	—	—	—	—	106/145	14	125
Філе зі шкірою без кісток: смажене	— — — — — —	— — — — — —	148 198 248 148 198 248	39 39 39 39 39 39	— — — — — —	102 138 172 102 138 172	12 12 12 12 12 12	12 12 12 12 12 12	90/95 121/127 151/158 90/95 121/127 151/158	21 21 21 21 21 21	75 100 125 75 100 125
»	—	—	180	50	—	—	108	17	90/95	21	75
»	—	—	242	50	—	—	146	17	121/127	21	100
»	—	—	302	50	—	—	182	17	151/158	21	125
Навага (окрім далекохідної) нерозібрана Ціла зі шкірою, головою, ікрою: смажена	— — — — — —	— — — — — —	113 151 189 122 164 204 84 114 143	20 20 20 26 26 26 26 26 26	— — — — — — — — —	— — — — — — — — —	— — — — — — — — —	— — — — — — — — —	90/95 121/127 151/158 90/95 121/127 151/158 62/87 84/116 106/145	21 21 21 21 21 21 14 14 14	75 100 125 75 100 125 75 100 125
»	—	—	170	47	—	—	—	—	90/95	21	75
»	—	—	228	47	—	—	—	—	121/127	21	100
»	—	—	285	47	—	—	—	—	151/158	21	125
запечене	—	—	170	47	—	—	—	—	90/95	21	75
»	—	—	228	47	—	—	—	—	121/127	21	100
»	—	—	285	47	—	—	—	—	151/158	21	125
Минь річковий та озерний нерозібраний¹ Непластований кусками: відварний	— — — — — —	— — — — — —	182 244 304 182 244 304 178 238 298	50 50 50 50 50 50 50 50 50	— — — — — — — — —	— — — — — — — — —	— — — — — — — — —	— — — — — — — — —	91 122 152 91 122 152 89/94 119/125 149/156	18 18 18 18 18 18 20 20 20	75 100 125 75 100 125 75 100 125
»	—	—	182	50	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	244	50	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	304	50	—	—	—	—	152	18	125
припущений	—	—	182	50	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	244	50	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	304	50	—	—	—	—	152	18	125
смажений	—	—	178	50	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	238	50	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	298	50	—	—	—	—	149/156	20	125

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Філе без шкіри з ребрними кістками:											
припущене	—	—	212	57	—	—	98	7	91	18	75
»	—	—	284	57	—	—	181	7	122	18	100
смажене	—	—	353	57	—	—	163	7	152	18	125
»	—	—	207	57	—	—	96	7	89/94	20	75
запечене	—	—	277	57	—	—	128	7	119/125	20	100
»	—	—	347	57	—	—	160	7	149/156	20	125
»	—	—	207	57	—	—	96	7	89/94	20	75
»	—	—	277	57	—	—	128	7	119/125	20	100
»	—	—	347	57	—	—	160	7	149/156	20	125
Філе без шкіри та кісток:											
припущене	—	—	228	60	—	—	101	10	91	18	75
»	—	—	305	60	—	—	186	10	122	18	100
смажене	—	—	380	60	—	—	169	10	152	18	125
»	—	—	228	60	—	—	99	10	89/94	20	75
»	—	—	298	60	—	—	132	10	119/125	20	100
запечене	—	—	373	60	—	—	166	10	149/156	20	125
»	—	—	223	60	—	—	99	10	89/94	20	75
»	—	—	298	60	—	—	132	10	119/125	20	100
»	—	—	373	60	—	—	166	10	149/156	20	125
Минь річковий та озерний солоний нерозібраний											
Непластований (без шкіри) кусками:	—	—	140	38	—	—	—	—	87	—	—
відварний	—	—	187	38	—	—	—	—	116	—	—
»	—	—	234	38	—	—	—	—	145	—	—
смажений	—	—	129	38	—	—	—	—	80/89	16	75
»	—	—	173	38	—	—	—	—	107/119	16	100
»	—	—	211	38	—	—	—	—	181/149	16	125
Філе без шкіри та кісток:											
відварне	—	—	174	50	—	—	99	12	87	14	75
»	—	—	232	50	—	—	132	12	116	14	100
смажене	—	—	290	50	—	—	165	12	145	14	125
»	—	—	160	50	—	—	91	12	80/89	16	75
»	—	—	214	50	—	—	122	12	107/119	16	100
запечене	—	—	268	50	—	—	152	12	134/149	16	125
»	—	—	160	50	—	—	91	12	80/89	16	75
»	—	—	214	50	—	—	122	12	107/119	16	100
»	—	—	268	50	—	—	152	12	134/149	16	125
Минь морський нерозібраний¹											
Целлагований кусками:	—	—	159	39	—	—	—	—	97	23	75
припущений	—	—	213	39	—	—	—	—	130	23	100
»	—	—	266	39	—	—	—	—	162	23	125
смажений	—	—	151	39	—	—	—	—	92/97	23	75
»	—	—	203	39	—	—	—	—	124/130	23	100
»	—	—	254	39	—	—	—	—	155/162	23	125
Філе миня зі шкірою, яке випускається промисловістю:											
відварне	—	—	107	3 ⁴	—	—	—	—	104	28	75
»	—	—	143	3 ⁴	—	—	—	—	139	28	100
припущене	—	—	179	3 ⁴	—	—	—	—	174	28	125
»	—	—	104	3 ⁴	—	—	—	—	101	26	75
»	—	—	139	3 ⁴	—	—	—	—	135	26	100
смажене	—	—	174	3 ⁴	—	—	—	—	169	26	125
»	—	—	95	3 ⁴	—	—	—	—	92/97	23	75
»	—	—	128	3 ⁴	—	—	—	—	124/130	23	100
»	—	—	160	3 ⁴	—	—	—	—	155/162	23	125
Минь морський випотрошений без голови¹											
Непластований кусками:	—	—	110	10	—	—	—	—	99	24	75
відварний	—	—	147	10	—	—	—	—	132	24	100
»	—	—	182	10	—	—	—	—	164	24	125
припущений	—	—	108	10	—	—	—	—	97	23	75
»	—	—	144	10	—	—	—	—	130	23	100
смажений	—	—	180	10	—	—	—	—	162	23	125
»	—	—	102	10	—	—	—	—	92/97	23	75
»	—	—	188	10	—	—	—	—	124/130	23	100
»	—	—	172	10	—	—	—	—	155/162	23	125
Філе зі шкірою та ребрними кістками:											
відварне	—	—	130	24	—	—	—	—	99	24	75
»	—	—	174	24	—	—	—	—	132	24	100
припущене	—	—	216	24	—	—	—	—	164	24	125
»	—	—	128	24	—	—	—	—	97	23	75
»	—	—	171	24	—	—	—	—	130	23	100
смажене	—	—	213	24	—	—	—	—	162	23	125
»	—	—	121	24	—	—	—	—	92/97	23	75
»	—	—	163	24	—	—	—	—	124/130	23	100
»	—	—	204	24	—	—	—	—	155/162	23	125
Філе зі шкірою без кісток:											
відварне	—	—	136	27	—	—	—	—	99	24	75
»	—	—	181	27	—	—	—	—	132	24	100
припущене	—	—	225	27	—	—	—	—	164	24	125
»	—	—	133	27	—	—	—	—	97	23	75
»	—	—	178	27	—	—	—	—	130	23	100
смажене	—	—	222	27	—	—	—	—	162	23	125
»	—	—	126	27	—	—	—	—	92/97	23	75
»	—	—	170	27	—	—	—	—	124/130	23	100
»	—	—	212	27	—	—	—	—	155/162	23	125

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Нельма нерозібрана												
Непластована кусками:												
відварна				136	31					94	20	75
»				181	31					125	20	100
припуцена				226	31					156	20	125
»				132	31					91	18	75
»				177	31					122	18	100
смажена				220	31					152	18	125
»				129	31					89/94	20	75
»				172	31					119/125	20	100
»				216	31					149/156	20	125
Філе зі шкірою та реберними кістками:												
відварне	188		34	149	39			102	11	91	18	75
»	185		34	200	39			137	11	122	18	100
»	230		34	249	39			171	11	152	18	125
смажене	135		34	146	39			100	11	89/94	20	75
»	180		34	195	39			134	11	119/125	20	100
»	226		34	244	39			167	11	149/156	20	125
Філе зі шкірою без кісток:												
припуцене	149		39	157	42			107	15	91	18	75
»	200		39	210	42			144	15	122	18	100
»	249		39	262	42			179	15	152	18	125
смажене	146		39	153	42			105	15	89/94	20	75
»	195		39	205	42			140	15	119/125	20	100
»	244		39	257	42			175	15	149/156	20	125
Філе без шкіри та кісток:												
припуцене	160		43	165	45			112	19	91	18	75
»	214		43	222	45			151	19	122	18	100
смажене	156		43	162	45			110	19	89/94	20	75
»	209		43	216	45			147	19	119/125	20	100
»	261		43	271	45			184	19	149/156	20	125
смажене в сухарях на рашпері	130		43	135	45			91	19	74/91	18	75
»	174		43	180	45			122	19	99/122	18	100
»	214		43	222	45			151	19	122/152	18	125
смажене без сухарів на рашпері	165		43	171	45			116	19	94	20	75
»	219		43	227	45			154	19	125	20	100
»	274		43	284	45			193	19	156	20	125
Нотогенія мармурова												
Філе зі шкірою, яке випускається промис-												
ловцями:												
відварне				101	5 ¹					96	22	75
»				135	5 ¹					128	22	100
припуцене												
»				99	5 ¹					94	22	75
»				132	5 ¹					125	22	100
смажене				164	5 ¹					156	22	125
»				88	5 ¹					84/89	16	75
»				119	5 ¹					118/119	16	100
»				149	5 ¹					142/149	16	125
Окунь морський випотрошений із головою												
Непластований кусками:												
відварний	147	36 ⁶				154	39 ⁶			94	20	75
»	195	36 ⁶				205	39 ⁶			125	20	100
»	244	36 ⁶				256	39 ⁶			156	20	125
припуцений	142	36 ⁶				149	39 ⁶			91	18	75
»	191	36 ⁶				200	39 ⁶			122	18	100
»	238	36 ⁶				249	39 ⁶			152	18	125
смажений	139	36 ⁶				146	39 ⁶			89/94	20	75
»	186	36 ⁶				195	39 ⁶			119/125	20	100
»	233	36 ⁶				244	39 ⁶			149/156	20	125
Філе зі шкірою та реберними кістками:												
відварне	168	44						108	18 ⁷	94	20	75
»	223	44						144	18 ⁷	125	20	100
»	279	44						179	18 ⁷	156	20	125
припуцене	163	44						105	18	91	18	75
»	218	44						140	18	122	18	100
»	271	44						175	18	152	18	125
смажене	159	44						102	18 ⁷	89/94	20	75
»	213	44						137	18 ⁷	119/125	20	100
»	266	44						171	18 ⁷	149/156	20	125
Філе зі шкірою та реберними кістками:												
припуцене	172	47						107	15 ⁷	91	18	75
»	230	47						144	15 ⁷	122	18	100
»	287	47						179	15 ⁷	152	18	125
смажене	168	47						105	15 ⁷	89/94	20	75
»	225	47						140	15 ⁷	119/125	20	100
»	281	47						175	15 ⁷	149/156	20	125
запечене	168	47						105	15 ⁷	89/94	20	75
»	225	47						140	15 ⁷	119/125	20	100
»	281	47						175	15 ⁷	149/156	20	125
Філе без шкіри та кісток:												
припуцене	186	51						112	19 ⁷	91	18	75
»	249	51						151	19 ⁷	122	18	100
»	310	51						188	19 ⁷	152	18	125
смажене	182	51						110	19 ⁷	89/94	20	75
»	243	51						147	19 ⁷	119/125	20	100

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
смажене	304	51	—	—	—	—	184	19 ⁷	149/156	20	125
запечене	182	51	—	—	—	—	110	19 ⁷	89/94	20	75
»	243	51	—	—	—	—	147	19 ⁷	119/125	20	100
»	304	51	—	—	—	—	184	19 ⁷	149/156	20	125
Окунь морський вишотрошений без голови											
Непластований кусками:											
відварний	113	17 ⁶	—	—	115	18 ⁶	—	—	94	20	75
»	151	17 ⁶	—	—	152	18 ⁶	—	—	125	20	100
»	188	17 ⁶	—	—	190	186	—	—	156	20	125
»	110	17 ⁶	—	—	111	186	—	—	91	18	75
»	147	17 ⁶	—	—	149	186	—	—	122	18	100
»	183	17 ⁶	—	—	185	186	—	—	152	18	125
смажений	107	17 ⁶	—	—	109	186	—	—	89/94	20	75
»	143	17 ⁶	—	—	145	186	—	—	119/125	20	100
»	180	17 ⁶	—	—	182	186	—	—	149/156	20	125
Філе зі шкірою та реберними кістками:											
відварне	129	27	—	—	—	—	108	13 ⁷	94	20	75
»	171	27	—	—	—	—	144	13 ⁷	125	20	100
»	214	27	—	—	—	—	179	13 ⁷	156	20	125
припущене	125	27	—	—	—	—	105	13 ⁷	91	18	75
»	167	27	—	—	—	—	140	13 ⁷	122	18	100
»	208	27	—	—	—	—	175	13 ⁷	152	18	125
смажене	122	27	—	—	—	—	102	13 ⁷	89/94	20	75
»	163	27	—	—	—	—	137	13 ⁷	119/125	20	100
»	204	27	—	—	—	—	171	13 ⁷	149/156	20	125
Філе зі шкірою без кісток:											
припущене	130	30	—	—	—	—	107	15 ⁷	91	18	75
»	174	30	—	—	—	—	144	15 ⁷	122	18	100
»	217	30	—	—	—	—	179	15 ⁷	152	18	125
смажене	127	30	—	—	—	—	105	15 ⁷	89/94	20	75
»	170	30	—	—	—	—	140	15 ⁷	119/125	20	100
»	213	30	—	—	—	—	175	15 ⁷	149/156	20	125
»	127	30	—	—	—	—	105	15 ⁷	89/94	20	75
»	170	30	—	—	—	—	140	15 ⁷	119/125	20	100
»	213	30	—	—	—	—	175	15 ⁷	149/156	20	125
Філе без шкіри та кісток:											
припущене	138	34	—	—	—	—	112	19 ⁷	91	18	75
»	185	34	—	—	—	—	151	19 ⁷	122	18	100
»	230	34	—	—	—	—	188	19 ⁷	152	18	125
смажене	135	34	—	—	—	—	110	19 ⁷	89/94	20	75
»	180	34	—	—	—	—	147	19 ⁷	119/125	20	100
»	226	34	—	—	—	—	184	19 ⁷	149/156	20	125

смажене у фритторі	102	34	—	—	—	—	83	19 ⁷	67/89	16	75
»	139	34	—	—	—	—	114	19 ⁷	92/119	16	100
»	174	34	—	—	—	—	142	19 ⁷	115/149	16	125
запечене	135	34	—	—	—	—	110	19 ⁷	89/94	20	75
»	180	34	—	—	—	—	147	19 ⁷	119/125	20	100
»	226	34	—	—	—	—	184	19 ⁷	149/156	20	125
Філе окуня морського зі шкірою, яке випускається промисловістю:											
відварне	—	—	—	—	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	—	—	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	—	—	—	—	—	—	156	20	125
припущене	—	—	—	—	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	—	—	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	—	—	—	—	—	—	152	18	125
смажене	—	—	—	—	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	—	—	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	—	—	—	—	—	—	149/156	20	125
смажене у фритторі	—	—	—	—	—	—	—	—	67/89	16	75
»	—	—	—	—	—	—	—	—	92/119	16	100
»	—	—	—	—	—	—	—	—	115/149	16	125
Окунь морський вишотрошений без голови, солоний											
Непластований кусками:											
відварний	105	14	—	—	105	14	—	—	90	17	75
»	140	14	—	—	140	14	—	—	120	17	100
»	176	14	—	—	176	14	—	—	151	17	125
смажений	93	14	—	—	93	14	—	—	80/89	16	75
»	124	14	—	—	124	14	—	—	107/119	16	100
»	156	14	—	—	156	14	—	—	134/149	16	125
Філе зі шкірою та реберними кістками:											
відварне	118	24	—	—	118	24	—	—	90	17	75
»	158	24	—	—	158	24	—	—	120	17	100
»	199	24	—	—	199	24	—	—	151	17	125
смажене	104	24	—	—	104	24	—	—	79/88	15	75
»	139	24	—	—	139	24	—	—	106/118	15	100
»	174	24	—	—	174	24	—	—	132/147	15	125
запечене	104	24	—	—	104	24	—	—	79/88	15	75
»	139	24	—	—	139	24	—	—	106/118	15	100
»	174	24	—	—	174	24	—	—	132/147	15	125
Філе зі шкірою без кісток:											
припущене	123	27	—	—	123	28	—	—	90	17	75
»	164	27	—	—	167	28	—	—	120	17	100
»	207	27	—	—	210	28	—	—	151	17	125
смажене	108	27	—	—	110	28	—	—	79/88	15	75
»	145	27	—	—	147	28	—	—	106/118	15	100
»	181	27	—	—	183	28	—	—	132/147	15	125

	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
запечене	108	27			110	28			79/88	15	75
»	145	27			147	28			106/118	15	100
»	181	27			183	28			132/147	15	125
Окунь морський нерозібраний											
Неплагстований кусками:											
відварний											
»					177	47	98	4	94	20	75
»					236	47	130	4	125	20	100
припуцений					294	47	163	4	156	20	125
»					172	47	95	4	91	18	75
смажений					230	47	127	4	122	18	100
»					287	47	158	4	152	18	125
»					168	47	93	4	89/94	20	75
смажений у фритюрі					225	47	124	4	119/125	20	100
»					281	47	155	4	149/156	20	125
»					126	47			67/89	16	75
»					174	47			92/119	16	100
»					217	47			115/149	16	125
Цілий з головою:											
смажений											
»			106	19					86/91	18	75
»			143	19					116/122	18	100
смажений у фритюрі			179	19					145/152	18	125
»			83	19					67/89	16	75
»			114	19					92/119	16	100
»			142	19					115/149	16	125
Неплагстований кусками:											
відварний											
»			136	31					94	20	75
»			181	31					125	20	100
припуцений			226	31					156	20	125
»			136	31					94	20	75
»			181	31					125	20	100
смажений			226	31					156	20	125
»			125	31					86/91	18	75
»			168	31					116/122	18	100
смажений у фритюрі			210	31					145/152	18	125
»			97	31					67/89	16	75
»			133	31					92/119	16	100
»			167	31					115/149	16	125
Філе зі шкірою та реберними кістками:											
припуцене			149	37			100	6	94	20	75
»			198	37			133	6	125	20	100
»			248	37			166	6	156	20	125

смажене

»

»

Філе зі шкірою без кісток:

припуцене

»

смажене

»

смажене у фритюрі

»

запечене

»

Філе без шкіри та кісток:

припуцене

»

»

смажене

»

смажене у фритюрі

»

запечене

»

»

Палтус чорнокорий випотрошений із головою¹

Неплагстований кусками:

відварний

»

»

припуцений

»

»

смажений

»

смажений у фритюрі

»

запечений

»

»

смажене

»

»

Філе зі шкірою без кісток:

припуцене

»

смажене

»

смажене у фритюрі

»

запечене

»

Філе без шкіри та кісток:

припуцене

»

»

смажене

»

смажене у фритюрі

»

запечене

»

»

Палтус чорнокорий випотрошений із головою¹

Неплагстований кусками:

відварний

»

»

припуцений

»

»

смажений

»

смажений у фритюрі

»

запечений

»

»

	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
смажений у сухарях на раптері	—	—	111 148 188	35 35 35	—	—	—	—	72/89 96/119 119/149	16	75 100 125
Палтус чорнокорий (крім корейського та китайського) випотрошений та Непластований кусками:											
припущений	—	—	98	7	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	131	7	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	163	7	—	—	—	—	152	18	125
смажений	—	—	92	7	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	125	7	—	—	—	—	116/122	18	100
смажений у фритюрі	—	—	156	7	—	—	—	—	145/152	18	125
»	—	—	72	7	—	—	—	—	67/89	16	75
»	—	—	99	7	—	—	—	—	92/119	16	100
»	—	—	124	7	—	—	—	—	115/149	16	125
Палтус білокорий випотрошений з головою¹											
Непластований кусками:											
відварний	—	—	127	26	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	169	26	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	211	26	—	—	—	—	156	20	125
припущений	—	—	128	26	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	165	26	—	—	—	—	122	18	100
смажений	—	—	93	26	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	126	26	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	158	26	—	—	—	—	145/152	18	125
смажене у фритюрі	—	—	73	26	—	—	—	—	67/89	16	75
»	—	—	100	26	—	—	—	—	92/119	16	100
»	—	—	125	26	—	—	—	—	115/149	16	125
Цалля нерозібрана¹											
Непластована кусками:											
відварна	—	—	132	29	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	176	29	—	—	—	—	125	20	100

припущена

»	—	—	128	29	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	172	29	—	—	—	—	122	18	100
смажена	—	—	214	29	—	—	—	—	152	18	125
»	—	—	125	29	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	168	29	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	210	29	—	—	—	—	149/156	20	125
Філе зі шкірою та реберними кістками:											
відварне	—	—	147	36	—	—	101	7	94	20	75
»	—	—	195	36	—	—	134	7	125	20	100
»	—	—	244	36	—	—	168	7	156	20	125
припущене	—	—	142	36	—	—	98	7	91	18	75
»	—	—	191	36	—	—	131	7	122	18	100
»	—	—	238	36	—	—	163	7	152	18	125
смажене	—	—	139	36	—	—	96	7	89/94	20	75
»	—	—	186	36	—	—	128	7	119/125	20	100
»	—	—	233	36	—	—	160	7	149/156	20	125
Філе зі шкірою, без кісток:											
відварне	—	—	157	40	—	—	106	11	94	20	75
»	—	—	208	40	—	—	140	11	125	20	100
»	—	—	260	40	—	—	175	11	156	20	125
припущене	—	—	152	40	—	—	102	11	91	18	75
»	—	—	203	40	—	—	137	11	122	18	100
»	—	—	253	40	—	—	171	11	152	18	125
смажене	—	—	148	40	—	—	100	11	89/94	20	75
»	—	—	198	40	—	—	134	11	119/125	20	100
»	—	—	248	40	—	—	167	11	149/156	20	125
запечене	—	—	148	40	—	—	100	11	89/94	20	75
»	—	—	198	40	—	—	134	11	119/125	20	100
»	—	—	248	40	—	—	167	11	149/156	20	125
Нарусник нерозібраний¹											
Непластований кусками:											
відварний	—	—	121	22	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	160	22	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	200	22	—	—	—	—	156	20	125
смажений	—	—	114	22	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	153	22	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	191	22	—	—	—	—	149/156	20	125
Целаміда (крім океанічної) нерозібрана¹											
Непластована кусками:											
відварна	—	—	145	35	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	192	35	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	240	35	—	—	—	—	156	20	125
смажена	—	—	137	35	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	183	35	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	229	35	—	—	—	—	149/156	20	125

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Пелінгас нерозібраний¹											
Непластований кусками:											
відварний			149	37					94	20	75
»			198	37					125	20	100
»			248	37					156	20	125
смажений			141	37					89/94	20	75
»			189	37					119/125	20	100
»			237	37					149/156	20	125
Пелядь (сирок) нерозібрана¹											
Непластована кусками:											
відварна			134	30					94	20	75
»			179	30					125	20	100
»			223	30					156	20	125
припуцена			180	30					91	18	75
»			174	30					122	18	100
»			217	30					152	18	125
смажена			127	30					89/94	20	75
»			170	30					119/125	20	100
»			213	30					149/156	20	125
запечена			127	30					89/94	20	75
»			170	30					119/125	20	100
»			213	30					149/156	20	125
Півень морський нерозібраний¹											
Непластований кусками:											
відварний			147	36					94	20	75
»			195	36					125	20	100
»			244	36					156	20	125
смажений			139	36					89/94	20	75
»			186	36					119/125	20	100
»			233	36					149/156	20	125
Пікпа нерозібрана											
(див. Тріска нерозібрана)											
Пікша випотрошена без голови											
(див. Тріска випотрошена без голови)											
Пістигіома нерозібрана											
Ціла без голови:											
відварна			146	41					86	13	75
»			195	41					115	13	100
»			244	41					144	13	125
припуцена			142	41					84	11	75
»			190	41					112	11	100
»			237	41					140	11	125

смажена			132	41					78/88	10	75
»			178	41					195/111	10	100
»			224	41					132/139	10	125
Непластована кусками:											
відварна			157	42					91	18	75
»			210	42					122	18	100
припуцена			262	42					152	18	125
»			153	42					89	16	75
»			205	42					119	16	100
смажена			257	42					149	16	125
»			138	42					80/85	12	75
»			186	42					108/114	12	100
»			233	42					135/142	12	125
Пугасу нерозібраний¹											
Непластований кусками:											
відварний			131	33					88	15	75
»			176	33					118	15	100
»			219	33					147	15	125
припуцений			131	33					88	15	75
»			176	33					118	15	100
»			219	33					147	15	125
смажений			125	33					84/89	16	75
»			169	33					113/119	16	100
»			212	33					142/149	16	125
смажений у фритюрі			100	33					67/89	16	75
»			137	33					92/119	16	100
»			172	33					115/149	16	125
Пижень нерозібраний¹											
Непластований кусками:											
відварний			134	30					94	20	75
»			179	30					125	20	100
»			223	30					156	20	125
смажений			127	30					89/94	20	75
»			170	30					119/125	20	100
»			213	30					149/156	20	125
Рибець каспійський нерозібраний¹											
Непластований кусками:											
відварний			140	33					94	20	75
»			187	33					125	20	100
»			233	33					156	20	125
смажений			133	33					89/94	20	75
»			178	33					119/125	20	100
»			222	33					149/156	20	125
запечений			133	33					89/94	20	75
»			178	33					119/125	20	100
»			222	33					149/156	20	125

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Ряпушка біломорська та сибірська нерозібрана											
Ціла з головою:	—	—	106	14	—	—	—	—	91	18	75
припуццена »	—	—	142	14	—	—	—	—	122	18	100
» »	—	—	177	14	—	—	—	—	152	18	125
смажена »	—	—	103	14	—	—	—	—	89/94	20	75
» »	—	—	138	14	—	—	—	—	119/125	20	100
» »	—	—	173	14	—	—	—	—	149/156	20	125
Шабля-риба (океанічна) нерозібрана¹											
Непластована кусками:	—	—	125	25	—	—	—	—	94	20	75
відварна »	—	—	167	25	—	—	—	—	125	20	100
» »	—	—	208	25	—	—	—	—	156	20	125
смажена »	—	—	119	25	—	—	—	—	89/94	20	75
» »	—	—	159	25	—	—	—	—	119/125	20	100
» »	—	—	199	25	—	—	—	—	149/156	20	125
Шабля-риба океанічна, винотрошена без голови											
Непластована кусками:	—	—	102	8	—	—	—	—	94	20	75
відварна »	—	—	136	8	—	—	—	—	125	20	100
» »	—	—	170	8	—	—	—	—	156	20	125
припуццена »	—	—	102	8	—	—	—	—	94	20	75
» »	—	—	136	8	—	—	—	—	125	20	100
» »	—	—	170	8	—	—	—	—	156	20	125
смажена »	—	—	97	8	—	—	—	—	89/94	20	75
» »	—	—	129	8	—	—	—	—	119/125	20	100
» »	—	—	162	8	—	—	—	—	149/156	20	125
Шабля-риба океанічна чорна (вугільник), нерозібрана¹											
Непластована кусками:	—	—	134	33	—	—	—	—	90	17	75
відварна »	—	—	179	33	—	—	—	—	120	17	100
» »	—	—	225	33	—	—	—	—	151	17	125
припуццена »	—	—	133	33	—	—	—	—	89	16	75
» »	—	—	178	33	—	—	—	—	119	16	100
» »	—	—	222	33	—	—	—	—	149	16	125
смажена »	—	—	127	33	—	—	—	—	85/90	17	75
» »	—	—	170	33	—	—	—	—	114/120	17	100
» »	—	—	215	33	—	—	—	—	144/151	17	125

Філе зі шкірою та реберними кістками:											
відварне »	—	—	161	44	—	—	—	—	90	17	75
» »	—	—	214	44	—	—	—	—	120	17	100
» »	—	—	270	44	—	—	—	—	151	17	125
припуццено »	—	—	159	44	—	—	—	—	89	16	75
» »	—	—	218	44	—	—	—	—	119	16	100
» »	—	—	266	44	—	—	—	—	149	16	125
смажене »	—	—	152	44	—	—	—	—	85/90	17	75
» »	—	—	204	44	—	—	—	—	114/120	17	100
» »	—	—	257	44	—	—	—	—	144/151	17	125
Філе зі шкірою, без кісток:											
відварне »	—	—	167	46	—	—	—	—	90	17	75
» »	—	—	222	46	—	—	—	—	120	17	100
» »	—	—	280	46	—	—	—	—	151	17	125
припуццено »	—	—	165	46	—	—	—	—	89	16	75
» »	—	—	220	46	—	—	—	—	119	16	100
» »	—	—	276	46	—	—	—	—	149	16	125
смажене »	—	—	167	46	—	—	—	—	85/90	17	75
» »	—	—	211	46	—	—	—	—	114/120	17	100
» »	—	—	267	46	—	—	—	—	144/151	17	125
Шабля-риба океанічна чорна (вугільник) винотрошена без голови¹											
Непластована кусками:	—	—	99	9	—	—	—	—	90	17	75
відварна »	—	—	132	9	—	—	—	—	120	17	100
» »	—	—	166	9	—	—	—	—	151	17	125
припуццено »	—	—	98	9	—	—	—	—	89	16	75
» »	—	—	131	9	—	—	—	—	119	16	100
» »	—	—	164	9	—	—	—	—	149	16	125
смажена »	—	—	93	9	—	—	—	—	85/90	17	75
» »	—	—	125	9	—	—	—	—	114/120	17	100
» »	—	—	158	9	—	—	—	—	144/151	17	125
Філе зі шкірою та реберними кістками:											
відварне »	—	—	115	22	—	—	—	—	90	17	75
» »	—	—	154	22	—	—	—	—	120	17	100
» »	—	—	194	22	—	—	—	—	151	17	125
припуццено »	—	—	114	22	—	—	—	—	89	16	75
» »	—	—	153	22	—	—	—	—	119	16	100
» »	—	—	191	22	—	—	—	—	149	16	125
смажене »	—	—	109	22	—	—	—	—	85/90	17	75
» »	—	—	146	22	—	—	—	—	114/120	17	100
» »	—	—	185	22	—	—	—	—	144/151	17	125
Філе зі шкірою без кісток:											
відварне »	—	—	118	24	—	—	—	—	90	17	75
» »	—	—	158	24	—	—	—	—	120	17	100
» »	—	—	199	24	—	—	—	—	151	17	125

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
припущене	—	—	117	24	—	—	—	—	89	16	75
»	—	—	157	24	—	—	—	—	119	16	100
смажене	—	—	196	24	—	—	—	—	149	16	125
»	—	—	112	24	—	—	—	—	85/90	17	75
»	—	—	150	24	—	—	—	—	114/120	17	100
»	—	—	189	24	—	—	—	—	144/151	17	125
Сазан нерозібраний											
Непластований кусками:											
відварний	159	41	—	—	165	43	—	—	94	20	75
»	212	41	—	—	219	43	—	—	125	20	100
»	264	41	—	—	274	43	—	—	156	20	125
смажений	151	41	—	—	156	43	—	—	89/94	20	75
»	202	41	—	—	209	43	—	—	119/125	20	100
»	253	41	—	—	261	43	—	—	149/156	20	125
Філе зі шкірою та реберними кістками:											
відварне	177	47	—	—	192	51	109	14	94	20	75
»	236	47	—	—	255	51	145	14	125	20	100
»	294	47	—	—	318	51	181	14	156	20	125
припущене	172	47	—	—	186	51	106	14	91	18	75
»	230	47	—	—	249	51	142	14	122	18	100
»	287	47	—	—	310	51	177	14	152	18	125
смажене	168	47	—	—	182	51	103	14	89/94	20	75
»	225	47	—	—	243	51	188	14	119/125	20	100
»	281	47	—	—	304	51	173	14	149/156	20	125
Філе зі шкірою без кісток:											
припущене	186	51	—	—	202	55	115	21	91	18	75
»	249	51	—	—	271	55	154	21	122	18	100
»	310	51	—	—	338	55	192	21	152	18	125
смажене	182	51	—	—	198	55	113	21	89/94	20	75
»	243	51	—	—	264	55	151	21	119/125	20	100
»	304	51	—	—	331	55	139	21	149/156	20	125
запечене	182	51	—	—	198	55	113	21	89/94	20	75
»	243	51	—	—	264	55	151	21	119/125	20	100
»	304	51	—	—	331	55	189	21	149/156	20	125
Філе сазана, яке випускається промисловістю:											
припущене	—	—	99	8 ⁴	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	133	8 ⁴	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	165	8 ⁴	—	—	—	—	152	18	125
»	—	—	97	8 ⁴	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	129	8 ⁴	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	162	8 ⁴	—	—	—	—	149/156	20	125

запечене	—	—	97	8 ⁴	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	129	8 ⁴	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	162	8 ⁴	—	—	—	—	149/156	20	125
Салака нерозібрана¹											
Ціла з головою:											
припущена	—	—	111	15 ³	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	147	15 ³	—	—	—	—	125	20	100
смажена	—	—	184	15 ³	—	—	—	—	156	20	125
»	—	—	108	15 ³	—	—	—	—	92/97	23	75
»	—	—	146	15 ³	—	—	—	—	124/130	23	100
смажена у фритюрі	—	—	182	15 ³	—	—	—	—	155/162	23	125
»	—	—	76	15 ³	—	—	—	—	65/90	17	75
»	—	—	104	15 ³	—	—	—	—	88/120	17	100
»	—	—	182	15 ³	—	—	—	—	112/151	17	125
Ціла без голови:											
припущена	—	—	134	30 ³	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	179	30 ³	—	—	—	—	125	20	100
смажена	—	—	223	30 ³	—	—	—	—	156	20	125
»	—	—	131	30 ³	—	—	—	—	92/97	23	75
»	—	—	177	30 ³	—	—	—	—	124/130	23	100
»	—	—	221	30 ³	—	—	—	—	155/162	23	125
смажена у фритюрі	—	—	93	30 ³	—	—	—	—	65/90	17	75
»	—	—	126	30 ³	—	—	—	—	88/120	17	100
»	—	—	160	30 ³	—	—	—	—	112/151	17	125

Сайда без голови випотрошена велика
(див.Тріска випотрошена без голови велика)

Сайда нерозібрана дрібна
(див. Тріска нерозібрана дрібна)

Філе сайди зі шкірою, яке випускається промисловістю:

відварне

»

»

припущене

»

»

смажене

»

»

Сардини мексиканські, марокканські
нерозроблені¹

Цілі без голови:

відварні, припущені

»

»

»	—	—	99	4 ⁴	—	—	—	—	95	21	75
»	—	—	132	4 ⁴	—	—	—	—	127	21	100
»	—	—	165	4 ⁴	—	—	—	—	158	21	125
»	—	—	95	4 ⁴	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	127	4 ⁴	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	158	4 ⁴	—	—	—	—	152	18	125
»	—	—	93	4 ⁴	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	124	4 ⁴	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	155	4 ⁴	—	—	—	—	149/156	20	125
»	—	—	144	37	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	194	37	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	241	37	—	—	—	—	152	18	125

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
смажені	—	—	137	37	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	184	37	—	—	—	—	116/122	18	100
Цілі з головою:	—	—	230	37	—	—	—	—	145/152	18	125
відварні, припущені	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
»	—	—	123	26	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	165	26	—	—	—	—	122	18	100
смажені	—	—	205	26	—	—	—	—	152	18	125
»	—	—	116	26	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	157	26	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	196	26	—	—	—	—	145/152	18	125
Сардини (крім мексиканських та марокканських) нерозібрані¹	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
Непластована:	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
відварні	—	—	138	34	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	185	34	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	230	34	—	—	—	—	152	18	125
смажені	—	—	130	34	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	176	34	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	220	34	—	—	—	—	145/152	18	125
Сардинела нерозібрана¹	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
Непластована кусками:	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
відварна	—	—	128	32	—	—	—	—	87	11	75
»	—	—	171	32	—	—	—	—	116	14	100
»	—	—	213	32	—	—	—	—	145	14	125
припущена	—	—	125	32	—	—	—	—	85	12	75
»	—	—	168	32	—	—	—	—	114	12	100
»	—	—	209	32	—	—	—	—	142	12	125
смажена	—	—	118	32	—	—	—	—	80/85	12	75
»	—	—	159	32	—	—	—	—	108/114	12	100
»	—	—	199	32	—	—	—	—	135/142	12	125
смажена у фритюрі	—	—	99	32	—	—	—	—	67/89	16	75
»	—	—	135	32	—	—	—	—	92/119	16	100
»	—	—	169	32	—	—	—	—	115/149	16	125
Сардинне нерозібрані¹	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
Цілий без голови:	—	—	137	37	—	—	—	—	86/91	18	75
смажений	—	—	184	37	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	230	37	—	—	—	—	145/152	18	125
Цілий з головою:	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
відварний	—	—	113	20	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	156	20	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
смажений	—	—	195	20	—	—	—	—	156	20	125
»	—	—	108	20	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	145	20	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	181	20	—	—	—	—	145/152	18	125
»	—	—	84	20	—	—	—	—	67/89	16	75
»	—	—	115	20	—	—	—	—	92/119	16	100
»	—	—	144	20	—	—	—	—	115/149	16	125
Цілий без голови:	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
відварний	—	—	145	35	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	192	35	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	240	35	—	—	—	—	156	20	125
смажений	—	—	132	35	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	178	35	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	223	35	—	—	—	—	145/152	18	125
смажений у фритюрі	—	—	103	35	—	—	—	—	67/89	16	75
»	—	—	142	35	—	—	—	—	92/119	16	100
»	—	—	177	35	—	—	—	—	115/149	16	125
»	—	—	111	35	—	—	—	—	—	—	—
смажений у сухарях на рашпері	—	—	148	35	—	—	—	—	72/89	16	75
»	—	—	183	35	—	—	—	—	96/119	16	100
смажений без сухарів на рашпері	—	—	140	35	—	—	—	—	119/149	16	125
»	—	—	188	35	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	243	35	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	—	—	—	—	—	—	152	18	125
Філе без шкіри та кісток:	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
смажене	—	—	156	45	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	211	45	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	264	45	—	—	—	—	145/152	18	125
смажене у фритюрі	—	—	122	45	—	—	—	—	67/89	16	75
»	—	—	167	45	—	—	—	—	92/119	16	100
»	—	—	209	45	—	—	—	—	115/149	16	125
запечене	—	—	162	45	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	216	45	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	271	45	—	—	—	—	149/156	20	125
Сериодела нерозібрана¹	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
Непластована кусками:	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
припущена	—	—	165	45	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	222	45	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	276	45	—	—	—	—	152	18	125
смажена	—	—	155	45	—	—	—	—	85/90	17	75
»	—	—	207	45	—	—	—	—	114/120	17	100
»	—	—	262	45	—	—	—	—	144/151	17	125
Філе зі шкірою та реберними кістками:	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
припущене	—	—	190	52	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	254	52	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	317	52	—	—	—	—	152	18	125
смажене	—	—	177	52	—	—	—	—	85/90	17	75

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
смажене	—	—	238	52	—	—	—	—	114/120	17	100
» Сиг амурський нерозібраний ¹	—	—	300	52	—	—	—	—	144/151	17	125
Цілий з головою: відварний	—	—	118	20	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	156	20	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	195	20	—	—	—	—	156	20	125
смажений	—	—	108	20	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	145	20	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	181	20	—	—	—	—	145/152	18	125
смажений у фритюрі	—	—	84	20	—	—	—	—	67/89	16	75
»	—	—	115	20	—	—	—	—	92/119	16	100
»	—	—	144	20	—	—	—	—	115/149	16	125
Непластований кусками: відварний	—	—	134	30	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	179	30	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	223	30	—	—	—	—	156	20	125
припуцений	—	—	130	30	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	174	30	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	217	30	—	—	—	—	152	18	125
смажений	—	—	123	30	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	166	30	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	207	30	—	—	—	—	145/152	18	125
Філе зі шкірою та реберними кістками: відварне	—	—	157	40	—	—	104	10	94	20	75
»	—	—	208	40	—	—	139	10	125	20	100
»	—	—	260	40	—	—	173	10	156	20	125
припуцене	—	—	157	40	—	—	104	10	94	20	75
»	—	—	208	40	—	—	139	10	125	20	100
»	—	—	260	40	—	—	173	10	156	20	125
смажене	—	—	143	40	—	—	96	10	86/91	18	75
»	—	—	193	40	—	—	129	10	116/122	18	100
»	—	—	242	40	—	—	161	10	145/152	18	125
Філе зі шкірою без кісток: припуцене	—	—	168	44	—	—	109	14	94	20	75
»	—	—	223	44	—	—	145	14	125	20	100
»	—	—	279	44	—	—	181	14	156	20	125
смажене	—	—	154	44	—	—	100	14	86/91	18	75
»	—	—	207	44	—	—	135	14	116/122	18	100
»	—	—	259	44	—	—	169	14	145/152	18	125
смажене у фритюрі	—	—	120	44	—	—	78	14	67/89	16	75
»	—	—	164	44	—	—	107	14	92/119	16	100

Філе без шкіри та кісток: припуцене	—	—	205	44	—	—	134	14	115/149	16	125
»	—	—	177	47	—	—	113	17	94	20	75
»	—	—	236	47	—	—	151	17	125	20	100
»	—	—	294	47	—	—	188	17	156	20	125
смажене	—	—	162	47	—	—	104	17	86/91	18	75
»	—	—	219	47	—	—	140	17	116/122	18	100
»	—	—	274	47	—	—	175	17	145/152	18	125
смажене у фритюрі	—	—	126	47	—	—	81	17	67/89	16	75
те саме	—	—	174	47	—	—	111	17	92/119	16	100
»	—	—	217	47	—	—	139	17	115/149	16	125
смажене в сухарях на рожні	—	—	136	47	—	—	87	17	72/89	16	75
»	—	—	181	47	—	—	116	17	96/119	16	100
»	—	—	225	47	—	—	143	17	119/146	16	125
смажене без сухарів на рожні	—	—	172	47	—	—	110	17	91	18	75
те саме	—	—	230	47	—	—	147	17	122	18	100
»	—	—	287	47	—	—	188	17	152	18	125
Сквама нерозібрана ¹ Непластована кусками: відварна	—	—	169	46	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	226	46	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	281	46	—	—	—	—	152	18	125
припуцена	—	—	169	46	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	226	46	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	281	46	—	—	—	—	152	18	125
смажена	—	—	165	46	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	220	46	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	276	46	—	—	—	—	149/156	20	125
Філе зі шкірою та реберними кістками: відварне	—	—	217	58	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	290	58	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	362	58	—	—	—	—	152	18	125
припуцене	—	—	217	58	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	290	58	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	362	58	—	—	—	—	152	18	125
смажене	—	—	212	58	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	283	58	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	355	58	—	—	—	—	149/156	20	125
Філе зі шкірою без кісток: відварне	—	—	228	60	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	305	60	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	380	60	—	—	—	—	152	18	125
припуцене	—	—	228	60	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	305	60	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	380	60	—	—	—	—	152	18	125
смажене	—	—	223	60	—	—	—	—	89/94	20	75

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
смажене	—	—	298	60	—	—	—	—	119/125	20	100
Філе без шкіри та кісток:	—	—	373	60	—	—	—	—	149/156	20	125
відварне	—	—	253	64	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	339	64	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	422	64	—	—	—	—	152	18	125
припуцнене	—	—	253	64	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	339	64	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	422	64	—	—	—	—	152	18	125
смажене	—	—	247	64	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	331	64	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	414	64	—	—	—	—	149/156	20	125
Сквама випотрошена без голови¹											
Непластована кусками:	—	—	102	11	—	—	—	—	91	18	75
відварна	—	—	137	11	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	171	11	—	—	—	—	152	18	125
»	—	—	102	11	—	—	—	—	91	18	75
припуцнена	—	—	137	11	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	171	11	—	—	—	—	152	18	125
смажена	—	—	100	11	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	134	11	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	167	11	—	—	—	—	149/156	20	125
Філе зі шкірою та реберними кістками:	—	—	120	24	—	—	—	—	91	18	75
відварне	—	—	161	24	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	200	24	—	—	—	—	152	18	125
»	—	—	120	24	—	—	—	—	91	18	75
припуцнене	—	—	161	24	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	200	24	—	—	—	—	152	18	125
смажене	—	—	117	24	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	157	24	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	196	24	—	—	—	—	149/156	20	125
Філе зі шкірою без кісток:	—	—	128	26	—	—	—	—	91	18	75
відварне	—	—	165	26	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	205	26	—	—	—	—	152	18	125
»	—	—	128	26	—	—	—	—	91	18	75
припуцнене	—	—	165	26	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	205	26	—	—	—	—	152	18	125
смажене	—	—	130	26	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	161	26	—	—	—	—	119/125	20	100

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Філе без шкіри та кісток:	—	—	201	26	—	—	—	—	149/156	20	125
відварне	—	—	130	30	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	174	30	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	217	30	—	—	—	—	152	18	125
припуцнене	—	—	130	30	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	174	30	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	217	30	—	—	—	—	152	18	125
смажене	—	—	127	30	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	170	30	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	213	30	—	—	—	—	149/156	20	125
Скумбрія азово-чорноморська нерозібрана											
Ціла з головою:	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
смажена	—	—	—	—	103	14	—	—	89/94	20	75
»	—	—	—	—	138	14	—	—	119/125	20	100
»	—	—	—	—	173	14	—	—	149/156	20	125
смажена у фритюрі	—	—	—	—	78	14	—	—	67/89	16	75
»	—	—	—	—	107	14	—	—	92/119	16	100
»	—	—	—	—	134	14	—	—	115/149	16	125
Непластована кусками:	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
відварна	132	29	—	—	—	—	—	—	94	20	75
»	176	29	—	—	—	—	—	—	125	20	100
»	220	29	—	—	—	—	—	—	156	20	125
»	128	29	—	—	—	—	—	—	91	18	75
припуцнена	172	29	—	—	—	—	—	—	122	18	100
»	214	29	—	—	—	—	—	—	152	18	125
смажена	125	29	—	—	—	—	—	—	89/94	20	75
»	168	29	—	—	—	—	—	—	119/125	20	100
»	210	29	—	—	—	—	—	—	149/156	20	125
смажена у фритюрі	94	29	—	—	—	—	—	—	67/89	16	75
»	130	29	—	—	—	—	—	—	92/119	16	100
»	162	29	—	—	—	—	—	—	115/149	16	125
Філе зі шкірою та реберними кістками:	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
відварне	149	37	—	—	—	—	102	8	94	20	75
»	198	37	—	—	—	—	136	8	125	20	100
»	248	37	—	—	—	—	170	8	156	20	125
»	144	37	—	—	—	—	99	8	91	18	75
»	194	37	—	—	—	—	133	8	122	18	100
»	241	37	—	—	—	—	165	8	152	18	125
смажене	141	37	—	—	—	—	97	8	89/94	20	75
»	189	37	—	—	—	—	129	8	119/125	20	100
»	237	37	—	—	—	—	162	8	149/156	20	125
Філе зі шкірою без кісток:	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
припуцнене	154	41	—	—	—	—	—	—	91	18	75
»	207	41	—	—	—	—	—	—	122	18	100
»	258	41	—	—	—	—	—	—	152	18	125

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
смажене	151	41	—	—	—	—	—	—	89/94	20	75
»	202	41	—	—	—	—	—	—	119/125	20	100
смажене у фритюрі	253	41	—	—	—	—	—	—	149/156	16	125
»	114	41	—	—	—	—	—	—	67/89	16	75
»	156	41	—	—	—	—	—	—	92/119	16	100
запечене	195	41	—	—	—	—	—	—	115/149	20	125
»	151	41	—	—	—	—	—	—	89/94	20	75
»	202	41	—	—	—	—	—	—	119/125	20	100
»	253	41	—	—	—	—	—	—	149/156	20	125
Скумбрія океанічна (атлантична) нерозібрана¹											
Непластована кусками:											
відварна	—	—	142	34	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	189	34	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	236	34	—	—	—	—	156	20	125
припуцена	—	—	138	34	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	185	34	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	230	34	—	—	—	—	152	18	125
смажена	—	—	135	34	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	180	34	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	226	34	—	—	—	—	149/156	20	125
смажена у фритюрі	—	—	102	34	—	—	—	—	67/89	16	75
»	—	—	139	34	—	—	—	—	92/119	16	100
»	—	—	174	34	—	—	—	—	115/149	16	125
Філе зі шкірою та ребрними кістками:											
припуцене	—	—	160	43	—	—	99	8	91	18	75
»	—	—	214	43	—	—	133	8	122	18	100
»	—	—	267	43	—	—	165	8	152	18	125
смажене	—	—	156	43	—	—	97	8	89/94	20	75
»	—	—	209	43	—	—	129	8	119/125	20	100
»	—	—	261	43	—	—	162	8	149/156	20	125
Скумбрія азово-чорноморська											
нерозібрана солоня											
Ціла з головою:											
відварна	—	—	—	—	104	15	—	—	88	15	75
»	—	—	—	—	139	15	—	—	118	15	100
»	—	—	—	—	173	15	—	—	147	15	125
смажена	—	—	—	—	91	15	—	—	77/86	13	75
»	—	—	—	—	121	15	—	—	103/115	13	100
»	—	—	—	—	152	15	—	—	129/144	13	125
Непластована кусками:											
відварна	129	32	—	—	—	—	—	—	88	15	75
»	174	32	—	—	—	—	—	—	118	15	100
Скумбрія далекосхідна нерозібрана¹											
Непластована кусками:											
відварна	216	32	—	—	—	—	—	—	147	15	125
»	113	32	—	—	—	—	—	—	77/86	13	75
»	151	32	—	—	—	—	—	—	103/115	13	100
»	190	32	—	—	—	—	—	—	129/144	13	125
смажена	—	—	145	35	—	—	99	5	94	20	75
»	—	—	192	35	—	—	132	5	125	20	100
»	—	—	240	35	—	—	164	5	156	20	125
припуцена	—	—	140	35	—	—	96	5	91	18	75
»	—	—	188	35	—	—	128	5	122	18	100
»	—	—	234	35	—	—	160	5	152	18	125
смажена	—	—	137	35	—	—	94	5	89/94	20	75
»	—	—	183	35	—	—	125	5	119/125	20	100
»	—	—	229	35	—	—	157	5	149/156	20	125
Філе зі шкірою та ребрними кістками:											
відварне	—	—	165	43	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	219	43	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	274	43	—	—	—	—	156	20	125
припуцене	—	—	160	43	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	214	43	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	267	43	—	—	—	—	152	18	125
смажене	—	—	156	43	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	209	43	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	261	43	—	—	—	—	149/156	20	125
Філе зі шкірою без кісток:											
відварне	—	—	174	46	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	231	46	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	289	46	—	—	—	—	156	20	125
припуцене	—	—	169	46	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	226	46	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	281	46	—	—	—	—	152	18	125
смажене	—	—	165	46	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	220	46	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	276	46	—	—	—	—	149/156	20	125
Сояшник нерозібраний¹											
Непластований кусками:											
відварний	—	—	171	45	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	227	45	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	284	45	—	—	—	—	156	20	125
припуцений	—	—	165	45	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	222	45	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	276	45	—	—	—	—	152	18	125
смажений	—	—	162	45	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	216	45	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	271	45	—	—	—	—	149/156	20	125

I	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
запечене	172	22	—	—	172	22	—	—	184/149	16	125
Філе тріски без шкіри, яке випускається промисловістю:											
відварне	—	—	101	6 ⁴	—	—	—	—	95	21	75
»	—	—	135	6 ⁴	—	—	—	—	127	21	100
»	—	—	168	6 ⁴	—	—	—	—	158	21	125
припуцнене	—	—	97	6 ⁴	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	130	6 ⁴	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	162	6 ⁴	—	—	—	—	152	18	125
смажене	—	—	95	6 ⁴	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	127	6 ⁴	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	159	6 ⁴	—	—	—	—	149/156	20	125
Філе тріски зі шкірою, яке випускається промисловістю:											
відварне	—	—	99	4 ⁴	—	—	—	—	95	21	75
»	—	—	132	4 ⁴	—	—	—	—	127	21	100
»	—	—	165	4 ⁴	—	—	—	—	158	21	125
припуцнене	—	—	95	4 ⁴	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	127	4 ⁴	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	158	4 ⁴	—	—	—	—	152	18	125
смажене	—	—	93	4 ⁴	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	124	4 ⁴	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	155	4 ⁴	—	—	—	—	149/156	20	125
Ціла з головою:											
смажена у фритюрі	—	—	1359	8 ³	—	—	—	—	1250/1333	25	1000
Вугор нерозібраний ¹											
Без голови та шкіри з кістками:											
припуцнений	—	—	121	25	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	163	25	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	203	25	—	—	—	—	152	18	125
відварний	—	—	119	25	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	159	25	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	199	25	—	—	—	—	149/156	20	125
Вугільна риба виотрошена з головою ¹											
Непластована кусками:											
відварна	—	—	125	25	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	167	25	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	208	25	—	—	—	—	156	20	125
смажена	—	—	119	25	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	159	25	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	199	25	—	—	—	—	149/156	20	125

Марена (усач) нерозібрана

Непластована кусками:

відварна	—	—	—	—	136	31	—	—	94	20	75
»	—	—	—	—	181	31	—	—	125	20	100
»	—	—	—	—	226	31	—	—	156	20	125
припуцнена	—	—	—	—	132	31	—	—	91	18	75
»	—	—	—	—	177	31	—	—	122	18	100
»	—	—	—	—	220	31	—	—	152	18	125
смажена	—	—	—	—	129	31	—	—	89/94	20	75
»	—	—	—	—	172	31	—	—	119/125	20	100
»	—	—	—	—	216	31	—	—	149/156	20	125
Філе зі шкірою та реберними кістками:											
припуцнене	144	37	—	—	149	39	99	8	91	18	75
»	194	37	—	—	200	39	133	8	122	18	100
»	241	37	—	—	249	39	165	8	152	18	125
смажене	141	37	—	—	146	39	97	8	89/94	20	75
»	189	37	—	—	195	39	129	8	119/125	20	100
»	237	37	—	—	244	39	162	8	149/156	20	125
Філе зі шкірою без кісток:											
припуцнене	152	40	—	—	154	41	101	10	91	18	75
»	203	40	—	—	207	41	136	10	122	18	100
»	253	40	—	—	258	41	169	10	152	18	125
смажене	148	40	—	—	151	41	99	10	89/94	20	75
»	198	40	—	—	202	41	132	10	119/125	20	100
»	248	40	—	—	253	41	166	10	149/156	20	125
Філе без шкіри та кісток:											
припуцнене	160	43	—	—	163	44	105	13	91	18	75
»	214	43	—	—	218	44	140	13	122	18	100
»	267	43	—	—	271	44	175	13	152	18	125
смажене	156	43	—	—	159	44	102	13	89/94	20	75
»	209	43	—	—	213	44	137	13	119/125	20	100
»	261	43	—	—	266	44	171	13	149/156	20	125
смажене у фритюрі	118	43	—	—	120	44	77	13	67/89	16	75
»	161	43	—	—	164	44	106	13	92/119	16	100
»	202	43	—	—	205	44	132	13	115/149	16	125
Форель (окрім морської) нерозібрана											
Ціла з головою:											
відварна	—	—	—	—	118	20	—	—	94	20	75
»	—	—	—	—	156	20	—	—	125	20	100
»	—	—	—	—	195	20	—	—	156	20	125
припуцнена	—	—	—	—	114	20	—	—	91	18	75
»	—	—	—	—	153	20	—	—	122	18	100
»	—	—	—	—	190	20	—	—	152	18	125
смажена	—	—	—	—	111	20	—	—	89/94	20	75
»	—	—	—	—	149	20	—	—	119/125	20	100
»	—	—	—	—	186	20	—	—	149/156	20	125

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Філе беа шкіри та кісток: смажене	—	—	176 237 296	51 51 51	—	—	—	—	86/91 116/122 145/152	18 18 18	75 100 125
Філе кека сріблястого зі шкірою, яке випускається промисловістю: припущене	—	—	110 147 182 96 129 161	10 ⁴ 10 ⁴ 10 ⁴ 10 ⁴ 10 ⁴ 10 ⁴	—	—	—	99 132 164 86/91 116/122 145/152	24 24 24 18 18 18	75 100 125 75 100 125	
Хек сріблястий вилотрошений без голови	—	—	105 141 176 103 138 171 90 121 151 64 88 109	4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4	—	—	—	101 135 169 99 132 164 86/91 116/122 145/152 61/83 84/111 105/139	26 26 26 24 24 24 18 18 18 10 10 10	75 100 125 75 100 125 75 100 125 75 100 125	
Непластований кусками: відварний	—	—	106 142 177	14 14 14	—	—	—	91 122 152	18 18 18	75 100 125	
припущений	—	—	106 142 177	14 14 14	—	—	—	91 122 152	18 18 18	75 100 125	
смажений	—	—	108 138 173	14 14 14	—	—	—	89/94 119/125 149/156	20 20 20	75 100 125	
Філе зі шкірою та реберними кістками: відварне	—	—	120 161	24 24	—	—	—	91 122	18 18	75 100	

припущене	—	—	200 120 161 200 117 157 196	24 24 24 24 24 24 24	—	—	—	152 91 122 152 89/94 119/125 149/156	18 18 18 18 20 20 20	125 75 100 125 75 100 125
Філе зі шкірою без кісток: припущене	—	—	123 165 205 120 161 201 120 161 201	26 26 26 26 26 26 26 26 26	—	—	—	91 122 152 89/94 119/125 149/156	18 18 18 20 20 20	75 100 125 75 100 125
Філе без шкіри та кісток: припущене	—	—	128 172 214 125 168 210 125 168 210	29 29 29 29 29 29 29 29 29	—	—	—	91 122 152 89/94 119/125 149/156	18 18 18 20 20 20	75 100 125 75 100 125
смажене	—	—	154 207 258 154 207 258 151 202 253	41 41 41 41 41 41 41 41 41	—	—	—	91 122 152 91 122 152 89/94 119/125 149/156	18 18 18 18 18 18 20 20 20	75 100 125 75 100 125 75 100 125
Хек тихоокеанський нерозібраний ¹ Непластований кусками: відварний	—	—	182 244 304 182 244 304 178	50 50 50 50 50 50 50	—	—	—	91 122 152 91 122 152 89/94 119/125 149/156	18 18 18 18 18 18 20 20 20	75 100 125 75 100 125 75 100 125
припущений	—	—	182 244 304 182 244 304 178	50 50 50 50 50 50 50	—	—	—	91 122 152 91 122 152 89/94 119/125 149/156	18 18 18 18 18 18 20 20 20	75 100 125 75 100 125 75 100 125
смажений	—	—	182 244 304 182 244 304 178	50 50 50 50 50 50 50	—	—	—	91 122 152 91 122 152 89/94 119/125 149/156	18 18 18 18 18 18 20 20 20	75 100 125 75 100 125 75 100 125
Філе зі шкірою та реберними кістками: відварне	—	—	182 244 304 182 244 304 178	50 50 50 50 50 50 50	—	—	—	91 122 152 91 122 152 89/94 119/125 149/156	18 18 18 18 18 18 20 20 20	75 100 125 75 100 125 75 100 125
припущене	—	—	182 244 304 182 244 304 178	50 50 50 50 50 50 50	—	—	—	91 122 152 91 122 152 89/94 119/125 149/156	18 18 18 18 18 18 20 20 20	75 100 125 75 100 125 75 100 125
смажене	—	—	182 244 304 182 244 304 178	50 50 50 50 50 50 50	—	—	—	91 122 152 91 122 152 89/94 119/125 149/156	18 18 18 18 18 18 20 20 20	75 100 125 75 100 125 75 100 125

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
смажене	—	—	238	50	—	—	—	—	119/125	20	100
Філе зі шкірою без кісток: припущене	—	—	298	50	—	—	—	—	149/156	20	125
»	—	—	190	52	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	254	52	—	—	—	—	122	18	100
смажене	—	—	317	52	—	—	—	—	152	18	125
»	—	—	185	52	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	248	52	—	—	—	—	119/125	20	100
зв'язане	—	—	310	52	—	—	—	—	149/156	20	125
»	—	—	185	52	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	248	52	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	310	52	—	—	—	—	149/156	20	125
Філе без шкіри та кісток: припущене	—	—	207	56	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	277	56	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	345	56	—	—	—	—	152	18	125
смажене	—	—	202	56	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	270	56	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	389	56	—	—	—	—	149/156	20	125
запечене	—	—	202	56	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	270	56	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	339	56	—	—	—	—	149/156	20	125
Філе хека тихоокеанського зі шкірою, яке випускається промисловістю: припущене	—	—	101	10 ⁴	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	136	10 ⁴	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	169	10 ⁴	—	—	—	—	152	18	125
смажене	—	—	99	10 ⁴	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	132	10 ⁴	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	166	10 ⁴	—	—	—	—	149/156	20	125
Цявича нерозібрана ¹ (див. Горбула нерозібрана) Чехоня азово-чорноморська нерозібрана	—	—	108	20	—	—	—	—	86/91	18	75
Ціла з головою: смажена	—	—	145	20	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	181	20	—	—	—	—	145/152	18	125
Непластована кусками: смажена	—	—	132	35	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	178	35	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	223	35	—	—	—	—	145/152	18	125

Шука (окрім морської) нерозібрана

Непластована кусками: відварна	162	42	—	—	168	44	—	—	94	20	75
»	216	42	—	—	223	44	—	—	125	20	100
»	269	42	—	—	279	44	—	—	156	20	125
припущена	157	42	—	—	163	44	—	—	91	18	75
»	210	42	—	—	218	44	—	—	122	18	100
»	262	42	—	—	271	44	—	—	152	18	125
смажена	148	42	—	—	154	44	—	—	86/91	18	75
»	200	42	—	—	207	44	—	—	116/122	18	100
»	250	42	—	—	259	44	—	—	145/152	18	125
Філе зі шкірою та реберними кістками: відварне	184	49	—	—	200	53	111	15	94	20	75
»	245	49	—	—	266	53	147	15	125	20	100
»	306	49	—	—	332	53	184	15	156	20	125
припущене	178	49	—	—	194	53	107	15	91	18	75
»	239	49	—	—	260	53	144	15	122	18	100
»	298	49	—	—	323	53	179	15	152	18	125
смажене	169	49	—	—	183	53	101	15	86/91	18	75
»	227	49	—	—	247	53	136	15	116/122	18	100
»	284	49	—	—	309	53	171	15	145/152	18	125
Філе зі шкірою без кісток: припущене	198	54	—	—	222	59	120	24	91	18	75
»	265	54	—	—	298	59	161	24	122	18	100
»	330	54	—	—	371	59	200	24	152	18	125
смажене	187	54	—	—	210	59	113	24	86/91	18	75
»	252	54	—	—	283	59	153	24	116/122	18	100
»	315	54	—	—	354	59	191	24	145/152	18	125
Філе без шкіри та кісток: припущене	228	60	—	—	246	63	140	35	91	18	75
»	305	60	—	—	330	63	188	35	122	18	100
»	380	60	—	—	411	63	234	35	152	18	125
смажене	215	60	—	—	232	63	132	35	86/91	18	75
»	290	60	—	—	314	63	178	35	116/122	18	100
»	363	60	—	—	392	63	223	35	145/152	18	125
запечене	215	60	—	—	232	63	132	35	86/91	18	75
»	290	60	—	—	314	63	178	35	116/122	18	100
»	363	60	—	—	392	63	223	35	145/152	18	125
Філе щуки, яке випускається промис- ловістю: припущене	—	—	99	8 ⁴	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	133	8 ⁴	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	165	8 ⁴	—	—	—	—	152	18	125
смажене	—	—	93	8 ⁴	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	126	8 ⁴	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	158	8 ⁴	—	—	—	—	145/152	18	125

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Щука (окрім морської) випотрошена з головою											
Непластована кусками:											
відварна	147	36	—	—	—	—	—	—	94	20	75
»	195	36	—	—	—	—	—	—	125	20	100
»	244	36	—	—	—	—	—	—	156	20	125
смажена	134	36	—	—	—	—	—	—	86/91	18	75
»	181	36	—	—	—	—	—	—	116/122	18	100
»	227	36	—	—	—	—	—	—	145/152	18	125
Філе зі шкірою та реберними кістками:											
відварне	174	46	—	—	—	—	111	15	94	20	75
»	231	46	—	—	—	—	147	15	125	20	100
»	289	46	—	—	—	—	184	15	156	20	125
смажене	159	46	—	—	—	—	101	15	86/91	18	75
»	215	46	—	—	—	—	136	15	116/122	18	100
»	269	46	—	—	—	—	171	15	145/152	18	125
Філе без шкіри та кісток:											
смажене	172	50	—	—	—	—	132	35	86/91	18	75
»	232	50	—	—	—	—	178	35	116/122	18	100
»	290	50	—	—	—	—	223	35	145/152	18	125
запечене	172	50	—	—	—	—	178	35	116/122	18	100
»	232	50	—	—	—	—	223	35	145/152	18	125
»	290	50	—	—	—	—	223	35	145/152	18	125
В'язь нерозібраний											
Цілий з головою:											
смажений	109	18	—	—	111	20	—	—	89/94	20	75
»	145	18	—	—	149	20	—	—	119/125	20	100
»	182	18	—	—	186	20	—	—	149/156	20	125
запечений	109	18	—	—	111	20	—	—	89/94	20	75
»	145	18	—	—	149	20	—	—	119/125	20	100
»	182	18	—	—	186	20	—	—	149/156	20	125
Непластований кусками:											
відварний	147	36	—	—	—	—	—	—	94	20	75
»	195	36	—	—	—	—	—	—	125	20	100
»	244	36	—	—	—	—	—	—	156	20	125
припущений	147	36	—	—	—	—	—	—	94	20	75
»	195	36	—	—	—	—	—	—	125	20	100
»	244	36	—	—	—	—	—	—	156	20	125
смажений	139	36	—	—	—	—	—	—	89/94	20	75
»	186	36	—	—	—	—	—	—	119/125	20	100
»	233	36	—	—	—	—	—	—	149/156	20	125
запечений	139	36	—	—	—	—	—	—	89/94	20	75
»	186	36	—	—	—	—	—	—	119/125	20	100
»	233	36	—	—	—	—	—	—	149/156	20	125

* У норми відходів та втрат при холодному оброблянні включено втрати при розморожуванні — 2%. При надходженні риби незамороженої норми відходів та втрат при холодному оброблянні зменшуються на 2%.

¹ Для риб усіх розмірів.

² Тут і далі: чисельник — маса сировини нетто, знаменник — маса напівфабрикату; додаткові продукти, які потрібні для приготування напівфабрикатів, вказуються у рецептурах Збірника.

³ При надходженні дрібної риби, яка заморожена блоками, відходи та втрати збільшуються на 8%.

⁴ Відходи та втрати при розморожуванні.

⁵ У тому числі втрати при промиванні.

⁶ При розбиранні з плечовою кісткою норми відходів та втрат зменшуються на 7%.

⁷ При надходженні напівфабрикатів з плечовою кісткою норми відходів та втрат збільшуються на 7%.

⁸ При надходженні напівфабрикатів з плечовою кісткою норми відходів та втрат збільшуються на 5%.

Примітка. Втрати при нарізанні враховано у нормах відходів та втрат при холодному оброблянні риб усіх найменувань, включаючи філе, яке випускається промисловістю.

Харчові відходи при розбиранні риб із кістковим скелетом (усіх родин)
(% до маси сировини брутто)

Способи промислового розбирання та найменування риб	Способи кулінарного розбирання				
	Цілі без голови	Непластовані кусками	Філе зі шкірою та реберними кістками	Філе зі шкірою без кісток	Філе без шкіри та кісток
1	2	3	4	5	6
Нерозібрані					
Батерфіш (риба-дзеркало)	16	—	—	—	—
Бичок океанічний	—	43	—	—	—
Вомер (риба-місяць), карась океанічний	—	27	—	—	—
Зубан	—	10	—	35	44
Кабан-риба	—	26	36	41	—
Камбала-йорж північна	—	26	—	—	—
Камбала ісландська	—	21	—	—	—
Камбала (крім азово-чорноморської та далекосхідної)	—	14	—	—	—
Кликач	—	24	32	33	39
Кефаль каспійська ¹ , каранкс ¹	—	3	—	—	—
Льодяна риба	—	31	—	39	42
Минтай	—	27	—	36	40
Минь морський	—	15	—	—	—
Окунь морський	—	35	—	—	—
Путасу	—	18	—	—	—
Пристіпома	27	27	—	—	—
Сардинела ¹	—	3	—	—	—
Сериорела	—	27	34	—	—
Сквама	—	32	43	45	49
Скумбрія далекосхідна	—	18	26	29	—
Скумбрія океанічна	—	2	—	—	—
Ставрида океанічна	—	28	39	43	—
Шабля-риба океанічна чорна (вугільник) ¹	—	2	13	15	—
Терпуг	—	17	—	—	—
Верхогляд, вобла, короп, кутум, кефаль (азово-чорноморська), ляц, муксун, омуль, рибець, сиг, скумбрія (азово-чорноморська), харіус, чехоня	—	10	10	20	28

1	2	3	4	5	6
лорибичя, горбуша, голец, жерех, кета, осось, нельма, шиж'ян, сазан, судак, шадд (сирок), таймень, товстолобик, усач, форель, хек, чавича, в'язь	—	15	15	25	33
Аргентина, амур, більдюга, жовтощок, пітан-риба, карась морський, минь чорний та озерний, пікша, сайда, сом, чека, щука	—	20	20	30	38
Випотрошені без голів					
Більдюга океанічна	—	2	—	—	—
Зубан	—	3	—	15	26
Камбала (крім азово-чорноморської та далекосхідної)	—	5	—	—	—
Карась океанічний (крупний)	—	14	34	42	—
Карась океанічний (дрібний)	—	9	—	—	—
Льодяна риба	—	7	—	—	—
Терланг	—	6	19	20	24
Минь морський	—	5	18	21	—
Салтус чорнокорий (крім корейського та тайського)	—	3	—	—	—
Шабля-риба	—	6	—	—	—
Шабля-риба океанічна чорна (вугільник)	—	2	15	17	—
Хек сріблястий	—	2	—	—	—
Випотрошені з головою					
Горбуша	—	14	21	23	26
Спеціального розбирання					
Льодяна риба	—	—	—	14	17
Макрель Індійського океану	—	—	8	10	13
Макрурус	—	—	—	5	8
Скумбрія далекосхідна	—	1	—	—	—

¹ До харчових відходів не віднесено голови.

Розрахунок витрат сировини, виходу напівфабрикатів та готових виробів із рибної котлетної маси

Найменування напівфабрикатів та готових виробів*	Риба за розміром												Маса філе нетто, т	Додаткові продукти							
	Крупна			Середня			Дрібна			Хліб пшеничний	Молоко або вода	Сухарі		Яйця	Маса напівфабрикату, т	Виходи при тепловому обробленні, % до маси напівфабрикату	Маса готових виробів, т				
	Філе зі шкірою без кісток	Філе без шкіри та кісток	Виходи при холодному обробленні, % до маси бруто	Маса бруто, т	Філе зі шкірою без кісток	Філе без шкіри та кісток	Виходи при холодному обробленні, % до маси бруто	Маса бруто, т	Філе зі шкірою без кісток									Філе без шкіри та кісток	Виходи при холодному обробленні, % до маси бруто	Маса бруто, т	Виходи при холодному обробленні, % до маси бруто
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	
	68	49	67	52	—	—	—	—	62	48	65	51	32	9	13	5	—	57	13	50	
	94	49	100	52	—	—	—	—	92	48	98	51	48	14	19	7	—	86	13	75	
	127	49	135	52	—	—	—	—	125	48	133	51	65	18	25	10	—	115	13	100	
	157	49	167	52	—	—	—	—	154	48	163	51	80	24	32	12	—	144	13	125	
Сом (крім океанічного)	64	50	71	55	—	—	—	—	67	52	74	57	32	9	13	5	—	57	13	50	
Те саме	96	50	107	55	—	—	—	—	100	52	112	57	48	14	19	7	—	86	13	75	

Котлети або биточки з риби:

Судак	130	50	144	55	—	—	—	—	135	52	151	57	66	18	25	10	—	115	13	100
»	160	50	178	55	—	—	—	—	167	52	186	57	80	24	32	12	—	144	13	125
Шука (крім морської)	70	54	80	60	—	—	—	—	78	59	86	63	32	9	13	5	—	57	13	50
Те саме	104	54	120	60	—	—	—	—	117	59	130	63	48	14	19	7	—	86	13	75
»	141	54	163	60	—	—	—	—	159	59	176	63	65	18	25	10	—	115	13	100
»	174	54	200	60	—	—	—	—	195	59	216	63	80	24	32	12	—	144	13	125
Тріска	42	24	44	27	—	—	—	—	44	27	46	31	32	9	13	5	—	57	13	50
»	63	24	66	27	—	—	—	—	66	27	70	31	48	14	19	7	—	86	13	75
»	86	24	89	27	—	—	—	—	89	27	94	31	65	18	25	10	—	115	13	100
»	105	24	110	27	—	—	—	—	110	27	116	31	80	24	32	12	—	144	13	125
Минь річковий та озерний	—	—	—	—	—	—	80	60	—	—	—	—	32	9	13	5	—	57	13	50
Те саме	—	—	—	—	—	—	120	60	—	—	—	—	48	14	19	7	—	86	13	75
»	—	—	—	—	—	—	163	60	—	—	—	—	65	18	25	10	—	115	13	100
»	—	—	—	—	—	—	200	60	—	—	—	—	80	24	32	12	—	144	13	125
Кабан-риба	—	—	—	—	68	53	—	—	—	—	—	—	32	9	13	5	—	57	13	50
»	—	—	—	—	102	53	—	—	—	—	—	—	48	14	19	7	—	86	13	75
»	—	—	—	—	138	53	—	—	—	—	—	—	65	18	25	10	—	115	13	100
»	—	—	—	—	170	53	—	—	—	—	—	—	80	24	32	12	—	144	13	125
Кликач	—	—	—	—	60	47	68	53	—	—	—	—	32	9	13	5	—	57	13	50
»	—	—	—	—	91	47	102	53	—	—	—	—	48	14	19	7	—	86	13	75
»	—	—	—	—	123	47	138	53	—	—	—	—	65	18	25	10	—	115	13	100
»	—	—	—	—	151	47	170	53	—	—	—	—	80	24	32	12	—	144	13	125
Макрурус	—	—	—	—	36	10	37	14	—	—	—	—	32	9	13	5	—	57	13	50
»	—	—	—	—	53	10	56	14	—	—	—	—	48	14	19	7	—	86	13	75
»	—	—	—	—	72	10	76	14	—	—	—	—	65	18	25	10	—	115	13	100
»	—	—	—	—	89	10	93	14	—	—	—	—	80	24	32	12	—	144	13	125
Мерланг	—	—	—	—	42	24	44	28	—	—	—	—	32	9	13	5	—	57	13	50
»	—	—	—	—	63	24	67	28	—	—	—	—	48	14	19	7	—	86	13	75
»	—	—	—	—	86	24	90	28	—	—	—	—	65	18	25	10	—	115	13	100
»	—	—	—	—	105	24	111	28	—	—	—	—	80	24	32	12	—	144	13	125
Окунь морський	46	30	48	34	—	—	—	—	—	—	—	—	32	9	13	5	—	57	13	50

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
Окунь морський	69	30	73	34	—	—	—	—	—	—	—	—	48	14	19	7	—	86	13	75
Те саме	93	30	98	34	—	—	—	—	—	—	—	—	65	18	25	10	—	115	13	100
♦	114	30	121	34	—	—	—	—	—	—	—	—	80	24	32	12	—	144	13	125
Товстолобик	—	—	—	—	74	57	—	—	—	—	—	—	32	9	13	5	—	57	13	50
»	—	—	—	—	112	57	—	—	—	—	—	—	48	14	19	7	—	86	13	75
»	—	—	—	—	151	57	—	—	—	—	—	—	65	18	25	10	—	115	13	100
»	—	—	—	—	186	57	—	—	—	—	—	—	80	24	32	12	—	144	13	125
Сквама	—	—	—	—	43	26	46	30	—	—	—	—	32	9	13	5	—	57	13	50
»	—	—	—	—	65	26	69	30	—	—	—	—	48	14	19	7	—	86	13	75
»	—	—	—	—	88	26	93	30	—	—	—	—	65	18	25	10	—	115	13	100
»	—	—	—	—	108	26	114	30	—	—	—	—	80	24	32	12	—	144	13	125
Котлети або биточки з філе, яке випускається промисловістю:	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
Судак, щука, ляц, сом, сазан або жерех	—	—	—	—	35	8 ¹	—	—	—	—	—	—	32	9	13	5	—	57	13	50
Те саме	—	—	—	—	52	8 ¹	—	—	—	—	—	—	48	14	19	7	—	86	13	75
»	—	—	—	—	71	8 ¹	—	—	—	—	—	—	65	18	25	10	—	115	13	100
»	—	—	—	—	87	8 ¹	—	—	—	—	—	—	80	24	32	12	—	144	13	125
Нототенія мармурова зі шкірою	—	—	—	—	34	5 ¹	—	—	—	—	—	—	32	9	13	5	—	57	13	50
Те саме	—	—	—	—	51	5 ¹	—	—	—	—	—	—	48	14	19	7	—	86	13	75
»	—	—	—	—	68	5 ¹	—	—	—	—	—	—	65	18	25	10	—	115	13	100
»	—	—	—	—	84	5 ¹	—	—	—	—	—	—	80	24	32	12	—	144	13	125
Сайда зі шкірою	—	—	—	—	33	4 ¹	—	—	—	—	—	—	32	9	13	5	—	57	13	50
Те саме	—	—	—	—	50	4 ¹	—	—	—	—	—	—	48	14	19	7	—	86	13	75
»	—	—	—	—	68	4 ¹	—	—	—	—	—	—	65	18	25	10	—	115	13	100
»	—	—	—	—	83	4 ¹	—	—	—	—	—	—	80	24	32	12	—	144	13	125

Минь морський зі шкірою	—	—	—	—	33	3 ¹	—	—	—	—	—	—	32	9	13	5	—	57	13	50
Те саме	—	—	—	—	49	3 ¹	—	—	—	—	—	—	48	14	19	7	—	86	13	75
»	—	—	—	—	67	3 ¹	—	—	—	—	—	—	65	18	25	10	—	115	13	100
»	—	—	—	—	82	3 ¹	—	—	—	—	—	—	80	24	32	12	—	144	13	125
Хек сріблястий зі шкірою	—	—	—	—	36	10 ¹	—	—	—	—	—	—	32	9	13	5	—	57	13	50
Те саме	—	—	—	—	53	10 ¹	—	—	—	—	—	—	48	14	19	7	—	86	13	75
»	—	—	—	—	72	10 ¹	—	—	—	—	—	—	65	18	25	10	—	115	13	100
»	—	—	—	—	89	10 ¹	—	—	—	—	—	—	80	24	32	12	—	144	13	125
Хек тихоокеанський зі шкірою	—	—	—	—	36	10 ¹	—	—	—	—	—	—	32	9	13	5	—	57	13	50
Те саме	—	—	—	—	53	10 ¹	—	—	—	—	—	—	48	14	19	7	—	86	13	75
»	—	—	—	—	72	10 ¹	—	—	—	—	—	—	65	18	25	10	—	115	13	100
»	—	—	—	—	89	10 ¹	—	—	—	—	—	—	80	24	32	12	—	144	13	125
Морський окунь зі шкірою	—	—	—	—	34	6 ¹	—	—	—	—	—	—	32	9	13	5	—	57	13	50
Те саме	—	—	—	—	51	6 ¹	—	—	—	—	—	—	48	14	19	7	—	86	13	75
»	—	—	—	—	69	6 ¹	—	—	—	—	—	—	65	18	25	10	—	115	13	100
»	—	—	—	—	85	6 ¹	—	—	—	—	—	—	80	24	32	12	—	144	13	125
Тріска без шкіри	—	—	—	—	—	—	34	6 ¹	—	—	—	—	32	9	13	5	—	57	13	50
Те саме	—	—	—	—	—	—	51	6 ¹	—	—	—	—	48	14	19	7	—	86	13	75
»	—	—	—	—	—	—	69	6 ¹	—	—	—	—	65	18	25	10	—	115	13	100
»	—	—	—	—	—	—	85	6 ¹	—	—	—	—	80	24	32	12	—	144	13	125
Тріска зі шкірою	—	—	—	—	33	4 ¹	—	—	—	—	—	—	32	9	13	5	—	57	13	50
Те саме	—	—	—	—	50	4 ¹	—	—	—	—	—	—	48	14	19	7	—	86	13	75
»	—	—	—	—	68	4 ¹	—	—	—	—	—	—	65	18	25	10	—	115	13	100
»	—	—	—	—	83	4 ¹	—	—	—	—	—	—	80	24	32	12	—	144	13	125

* Норми закладки вказано на такі види розбирання риб: судак, сом, щука (крім морської), минь річковий та озерний, кабан-риба, кликач, товстолобик — нерозібрані; тріска, окунь морський, мерланг, сквама — випотрошені без голови; макрурус спеціального розбирання.

¹ У норми втрат при холодному оброблянні філе, які випускаються промисловістю, включено втрати при розморожуванні та порційованні.

Розрахунок витрат сировини, виходу напівфабрикатів та готових виробів для фаршированої риби

Найменування напівфабрикатів та готових виробів	Риба за розміром				Маса нетто	Додаткові продукти, г							Маса напівфабрикату, г	Втрапи при тепловому обробленні, % до маси напівфабрикату	Маса готових виробів, г		
	Крупна		Середня			Відходи при холодному обробленні, % до маси брутто	Маса брутто, г	Відходи при холодному обробленні, % до маси брутто	Молоко або вода	Мартарин столовий	Сухарі	Цибуля ріпчаста (пасерована)				Часник	Яйця
	Маса брутто, г	Відходи при холодному обробленні, % до маси брутто	Маса брутто, г	Відходи при холодному обробленні, % до маси брутто													
Шука (крім морської) фарширована	80	54	—	—	90	59	37	7	8	—	—	—	—	—	63	20	50
» Те саме	117	54	—	—	132	59	54	10	12	—	—	—	—	—	94	20	75
» »	159	54	—	—	178	59	73	14	15	—	—	—	—	—	125	20	100
» »	198	54	—	—	222	59	91	17	20	—	—	—	—	—	156	20	125
Судак фарширований	73	49	—	—	71	48	37	7	8	—	—	—	—	—	63	20	50
» Те саме	106	49	—	—	104	48	54	10	12	—	—	—	—	—	94	20	75
» »	143	49	—	—	140	48	73	14	15	—	—	—	—	—	125	20	100
» »	178	49	—	—	175	48	91	17	20	—	—	—	—	—	156	20	125
Короп фарширований кусками	129	37	—	40	—	—	81	3	4	—	—	—	—	—	94	20	75
» Те саме	171	37	—	40	—	—	108	4	5	—	—	—	—	—	125	20	100
» »	214	37	—	40	—	—	135	5	6	—	—	—	—	—	156	20	125
Сазан фарширований кусками	137	41	—	—	142	43	81	3	4	—	—	—	—	—	94	20	75
» Те саме	183	41	—	—	189	43	108	4	5	—	—	—	—	—	125	20	100
» »	229	41	—	—	237	43	135	5	6	—	—	—	—	—	156	20	125
Тріска фарширована кусками	93	13	—	—	95	15	81	3	4	—	—	—	—	—	94	20	75
» Те саме	124	13	—	—	127	15	108	4	5	—	—	—	—	—	125	20	100
» »	155	13	—	—	159	15	135	5	6	—	—	—	—	—	156	20	125

Шука (крім морської)

фарширована

» Те саме

» »

» »

» »

» »

» »

» »

» »

» »

» »

» »

» »

» »

» »

» »

» »

» »

» »

Примітка. Норму закладки вказано на такі види риб: судак, щука (крім морської), короп, сазан - перозібрані; тріска - вичотрована без голови.

Розрахунок витрат сировини, виходу напівфабрикатів та готових виробів із риб з хрящовим скелетом (родини осетрових) при використанні сировини та напівфабрикатів (риба, розібрана на кільця)

Найменування риб, способи промислового та кулінарного розбирання, теплового оброблення	Риба (сировина) за розміром		Харчові відходи, % до маси сировини брутто	Риба-напівфабрикат, кільце зі шкірою без хрящів	Маса сировини нетто та напівфабрикату, г	Втрапи при тепловому обробленні, % до маси сировини нетто або напівфабрикату	Вихід готового виробу, г			
	Маса сировини брутто, г	Відходи та втрапи при холодному обробленні, % до маси сировини брутто						Маса сировини брутто, г	Відходи та втрапи при холодному обробленні, % до маси сировини брутто	
										Крупна
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
Білуга з головою ¹										
Кільце зі шкірою та хрящами (обшпарене):										
відварне	—	—	157	39	20	—	—	96	16+7 ²	75
»	—	—	210	39	20	—	—	128	16+7 ²	100
»	—	—	262	39	20	—	—	160	16+7 ²	125
Кільце зі шкірою без хрящів (обшпарене):										
відварне, припущене	—	—	161	44	25	—	—	90	17	75
Те саме	—	—	214	44	25	—	—	120	17	100
»	—	—	270	44	25	—	—	151	17	125
смажене	—	—	159	44	25	—	—	89	16	75
»	—	—	213	44	25	—	—	119	16	100
»	—	—	266	44	25	—	—	149	16	125
Порційні куски зі шкірою без хрящів:										
припущені	—	—	62	44+10 ³	25	34	10 ⁴	31	19	25
»	—	—	85	44+10 ³	25	48	10 ⁴	43	19	35
»	—	—	123	44+10 ³	25	69	10 ⁴	62	19	50
»	—	—	185	44+10 ³	25	103	10 ⁴	93	19	75
»	—	—	244	44+10 ³	25	137	10 ⁴	123	19	100
»	—	—	306	44+10 ³	25	171	10 ⁴	154	19	125

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
запечені	—	—	177	44+10 ³	25	99	10 ⁴	89/94 ⁵	20	75
»	—	—	236	44+10 ³	25	132	10 ⁴	119/125	20	100
»	—	—	296	44+10 ³	25	166	10 ⁴	149/156	20	125
Порційні куски без шкіри та хрящів:										
припущені	—	—	71	47+15 ⁶	28	40	6+15 ⁷	32	21	25
»	—	—	98	47+15 ⁶	28	55	6+15 ⁷	44	21	35
»	—	—	140	47+15 ⁶	28	79	6+15 ⁷	63	21	50
»	—	—	211	47+15 ⁶	28	119	6+15 ⁷	95	21	75
»	—	—	282	47+15 ⁶	28	159	6+15 ⁷	127	21	100
»	—	—	351	47+15 ⁶	28	198	6+15 ⁷	158	21	125
смажені	—	—	198	47+15 ⁶	28	111	6+15 ⁷	89/94	20	75
»	—	—	264	47+15 ⁶	28	149	6+15 ⁷	119/125	20	100
»	—	—	331	47+15 ⁶	28	186	6+15 ⁷	149/156	20	125
смажені у фритюрі	—	—	142	47+15 ⁶	28	80	6+15 ⁷	64/86	13	75
Те саме	—	—	195	47+15 ⁶	28	110	6+15 ⁷	88/115	13	100
»	—	—	244	47+15 ⁶	28	138	6+15 ⁷	110/144	13	125
запечені	—	—	198	47+15 ⁶	28	111	6+15 ⁷	89/94	20	75
»	—	—	264	47+15 ⁶	28	149	6+15 ⁷	119/125	20	100
»	—	—	331	47+15 ⁶	28	186	6+15 ⁷	149/156	20	125
смажені в сухарях на рожні	—	—	153	47+15 ⁶	28	86	6+15 ⁷	69/86	13	75
Те саме	—	—	204	47+15 ⁶	28	115	6+15 ⁷	92/115	13	100
»	—	—	253	47+15 ⁶	28	143	6+15 ⁷	114/144	13	125
смажені без сухарів на рожні	—	—	202	47+15 ⁶	28	114	6+15 ⁷	91	18	75
Те саме	—	—	271	47+15 ⁶	28	153	6+15 ⁷	122	18	100
»	—	—	337	47+15 ⁶	28	190	6+15 ⁷	152	18	125
смажені на рожні	—	—	271	47+15 ⁶	28	153	6+15 ⁷	122	18	100
Те саме	—	—	337	47+15 ⁶	28	190	6+15 ⁷	152	18	125
Осетер із головою										
Кільце зі шкірою та хрящами (обшпарене):										
відварне, припущене	160	40	160	40	20	—	—	96	16+7 ²	75
Те саме	213	40	213	40	20	—	—	128	16+7 ²	100
»	267	40	267	40	20	—	—	160	16+7 ²	125
Кільце зі шкірою без хрящів (обшпарене):										
відварне, припущене	164	45	164	45	25	—	—	90	17	75
Те саме	218	45	218	45	25	—	—	120	17	100
»	275	45	275	45	25	—	—	151	17	125
смажене	162	45	162	45	25	—	—	89	16	75
»	216	45	216	45	25	—	—	119	16	100
»	271	45	271	45	25	—	—	149	16	125

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
Порційні куски зі шкірою без хрящів:										
припущені	63	45+10 ³	63	45+10 ³	25	34	10 ⁴	31	19	25
»	87	45+10 ³	87	45+10 ³	25	48	10 ⁴	43	19	35
»	125	45+10 ³	125	45+10 ³	25	69	10 ⁴	62	19	50
»	188	45+10 ³	188	45+10 ³	25	103	10 ⁴	93	19	75
»	248	45+10 ³	248	45+10 ³	25	137	10 ⁴	123	19	100
»	311	45+10 ³	311	45+10 ³	25	171	10 ⁴	154	19	125
запечені	180	45+10 ³	180	45+10 ³	25	99	10 ⁴	89/94	20	75
»	240	45+10 ³	240	45+10 ³	25	132	10 ⁴	119/125	20	100
»	301	45+10 ³	301	45+10 ³	25	166	10 ⁴	149/156	20	125
Порційні куски без шкіри та хрящів:										
припущені	72	48+15 ⁶	72	48+15 ⁶	28	40	6+15 ⁷	32	21	25
»	100	48+15 ⁶	100	48+15 ⁶	28	55	6+15 ⁷	44	21	35
»	143	48+15 ⁶	143	48+15 ⁶	28	79	6+15 ⁷	63	21	50
»	215	48+15 ⁶	215	48+15 ⁶	28	119	6+15 ⁷	95	21	75
»	287	48+15 ⁶	287	48+15 ⁶	28	159	6+15 ⁷	127	21	100
»	357	48+15 ⁶	357	48+15 ⁶	28	198	6+15 ⁷	158	21	125
смажені	201	48+15 ⁶	201	48+15 ⁶	28	111	6+15 ⁷	89/94	20	75
»	269	48+15 ⁶	269	48+15 ⁶	28	149	6+15 ⁷	119/125	20	100
»	337	48+15 ⁶	337	48+15 ⁶	28	186	6+15 ⁷	149/156	20	125
смажені у фритюрі	145	48+15 ⁶	145	48+15 ⁶	28	80	6+15 ⁷	64/86	13	75
Те саме	199	48+15 ⁶	199	48+15 ⁶	28	110	6+15 ⁷	88/115	13	100
»	249	48+15 ⁶	249	48+15 ⁶	28	138	6+15 ⁷	110/144	13	125
запечені	201	48+15 ⁶	201	48+15 ⁶	28	111	6+15 ⁷	89/94	20	75
»	269	48+15 ⁶	269	48+15 ⁶	28	149	6+15 ⁷	119/125	20	100
»	337	48+15 ⁶	337	48+15 ⁶	28	186	6+15 ⁷	149/156	20	125
смажені в сухарях на рожні	156	48+15 ⁶	156	48+15 ⁶	28	86	6+15 ⁷	69/86	13	75
Те саме	208	48+15 ⁶	208	48+15 ⁶	28	115	6+15 ⁷	92/115	13	100
»	258	48+15 ⁶	258	48+15 ⁶	28	143	6+15 ⁷	114/144	13	125
смажені без сухарів на рожні	206	48+15 ⁶	206	48+15 ⁶	28	114	6+15 ⁷	91	18	75
Те саме	276	48+15 ⁶	276	48+15 ⁶	28	153	6+15 ⁷	122	18	100
»	344	48+15 ⁶	344	48+15 ⁶	28	190	6+15 ⁷	152	18	125
смажені на рожні	276	48+15 ⁶	276	48+15 ⁶	28	153	6+15 ⁷	122	18	100
Те саме	344	48+15 ⁶	344	48+15 ⁶	28	190	6+15 ⁷	152	18	125
Севрюга з головою										
Кільце зі шкірою, хрящами (обшпарене):										
відварне	150	36	152	37	17	—	—	96	6+15 ⁷	75
»	200	36	203	37	17	—	—	128	6+15 ⁷	100
»	250	36	254	37	17	—	—	160	6+15 ⁷	125

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
Кільце зі шкірою, без хрящів (обшпарене):										
відварне, припущене	153	41	155	42	22	—	—	90	17	75
Те саме	203	41	207	42	22	—	—	120	17	100
»	256	41	260	42	22	—	—	151	17	125
смажене	151	41	153	42	22	—	—	89	16	75
»	202	41	205	42	22	—	—	119	16	100
»	253	41	257	42	22	—	—	149	16	125
Порційні куски зі шкірою без хрящів:										
припущені	58	41+10 ³	59	42+10 ³	22	34	10 ⁴	31	19	25
»	81	41+10 ³	82	42+10 ³	22	48	10 ⁴	43	19	35
»	117	41+10 ³	119	42+10 ³	22	69	10 ⁴	62	19	50
»	175	41+10 ³	178	42+10 ³	22	103	10 ⁴	93	19	75
»	232	41+10 ³	236	42+10 ³	22	137	10 ⁴	123	19	100
»	290	41+10 ³	295	42+10 ³	22	171	10 ⁴	154	19	125
запечені	168	41+10 ³	170	42+10 ³	22	99	10 ⁴	89/94	20	75
»	224	41+10 ³	228	42+10 ³	22	132	10 ⁴	119/125	20	100
»	281	41+10 ³	285	42+10 ³	22	166	10 ⁴	149/156	20	125
Порційні куски без шкіри та хрящів:										
припущені	67	44+15 ⁶	68	45+15 ⁶	25	40	6+15 ⁷	32	21	25
»	92	44+15 ⁶	94	45+15 ⁶	25	55	6+15 ⁷	44	21	35
»	132	44+15 ⁶	135	45+15 ⁶	25	79	6+15 ⁷	63	21	50
»	200	44+15 ⁶	203	45+15 ⁶	25	119	6+15 ⁷	95	21	75
»	267	44+15 ⁶	272	45+15 ⁶	25	159	6+15 ⁷	127	21	100
»	332	44+15 ⁶	338	45+15 ⁶	25	198	6+15 ⁷	158	21	125
смажені	187	44+15 ⁶	190	45+15 ⁶	25	111	6+15 ⁷	89/94	20	75
»	250	44+15 ⁶	255	45+15 ⁶	25	149	6+15 ⁷	119/125	20	100
»	313	44+15 ⁶	319	45+15 ⁶	25	186	6+15 ⁷	149/156	20	125
смажені у фритюрі	134	44+15 ⁶	137	45+15 ⁶	25	80	6+15 ⁷	64/86	13	75
Те саме	185	44+15 ⁶	188	45+15 ⁶	25	110	6+15 ⁷	88/115	13	100
»	231	44+15 ⁶	235	45+15 ⁶	25	138	6+15 ⁷	110/144	13	125
запечені	187	44+15 ⁶	190	45+15 ⁶	25	111	6+15 ⁷	89/94	20	75
»	250	44+15 ⁶	255	45+15 ⁶	25	149	6+15 ⁷	119/125	20	100
»	313	44+15 ⁶	319	45+15 ⁶	25	186	6+15 ⁷	149/156	20	125
смажені в сухарях на рожні	145	44+15 ⁶	148	45+15 ⁶	25	86	6+15 ⁷	69/86	13	75
Те саме	193	44+15 ⁶	197	45+15 ⁶	25	115	6+15 ⁷	92/115	13	100
»	239	44+15 ⁶	244	45+15 ⁶	25	143	6+15 ⁷	114/144	13	125
смажені без сухарів на рожні	191	44+15 ⁶	195	45+15 ⁶	25	114	6+15 ⁷	91	18	75
Те саме	256	44+15 ⁶	261	45+15 ⁶	25	153	6+15 ⁷	122	18	100
»	319	44+15 ⁶	325	45+15 ⁶	25	190	6+15 ⁷	152	18	125

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
смажені на рожні	256	44+15 ⁶	261	45+15 ⁶	25	153	6+15 ⁷	122	18	100
Те саме	319	44+15 ⁶	325	45+15 ⁶	25	190	6+15 ⁷	152	18	125
терлядь нерозібрана ¹										
для з головою:										
припущена	—	—	1шт.	22	—	—	—	1шт.	20	1шт.
порційні куски зі шкірою:										
відварні, припущені	—	—	53	42	14	—	—	31	20	25
Те саме	—	—	76	42	14	—	—	44	20	35
»	—	—	109	42	14	—	—	63	20	50
»	—	—	162	42	14	—	—	94	20	75
»	—	—	216	42	14	—	—	125	20	100
»	—	—	269	42	14	—	—	156	20	125
смажені	—	—	153	42	14	—	—	89/94	20	75
»	—	—	205	42	14	—	—	119/125	20	100
»	—	—	257	42	14	—	—	149/156	20	125
смажені в сухарях на рожні	—	—	136	42	14	—	—	79/88	15	75
Те саме	—	—	166	42	14	—	—	96/118	15	100
»	—	—	202	42	14	—	—	117/147	15	125
м'якоти риб родини трітєвих (головизна без зябер)										
варіння	—	—	250	20 ⁸	—	—	—	200	50 ⁹	100
»	—	—	236	20 ⁸	—	—	—	189	47 ¹⁰	100
визначення суха (промислова)	—	—	У процесі варіння маса збільшується в 3 рази; тобто з 1 кг сухої визиги виходить 3 кг вареної.							

¹ Для риб усіх розмірів.

² Відходи та втрати на зачистку вареного кільця та видалення хрящів. Під час нарізання вареної риби без шкіри (у холодних стравах) даються додаткові відходи та втрати на шкіру (7% від маси готової риби).

³ 44%, 45%, 41%, 42% — відходи та втрати при холодному оброблянні та опшпарюванні кільця, 10% — втрати при додатковому обшпарюванні порційних кусків.

⁴ 10% — втрати при додатковому обшпарюванні кусків зі шкірою.

⁵ Тут і надалі: чисельник — маса сировини нетто, знаменник — маса напівбрикету.

⁶ 47%, 48%, 44%, 45% — відходи та втрати при холодному оброблянні та обшпарюванні кільця з наступним видаленням шкіри; 15% — втрати при обшпарюванні кусків без шкіри.

⁷ 6% — відходи на шкіру; 15% — втрати при обшпарюванні кусків без шкіри.

⁸ Нехарчові відходи.

⁹ Втрати при варінні та відходи при видаленні хрящів.

¹⁰ Втрати при варінні та відходи і втрати при розбиранні на хрящі та м'якоть.

Примітка. За теплового оброблення втрати під час нарізання риби порційними кусками включено у норми відходів і втрат при холодному оброблянні, кільцем — у втрати при тепловому оброблянні.

Розрахунок витрат сировини, виходу напівфабрикатів та готових виробів із морепродуктів

Найменування і термічний стан морепродуктів, способи промислового та кулінарного розбирання та теплового оброблення	Маса бруutto, г	Відходи та втрати при холодному обробленні, % до маси бруutto	Маса нетто або напівфабрикату, г	Збільшення маси при набуванні, % до маси нетто	Втрати при тепловому обробленні, % до маси нетто або напівфабрикату	Вихід готових виробів, г
1	2	3	4	5	6	7
Кальмар морожений розібраний (тушка) зі шкірою відварний	265	23 ¹	204	—	51	100
Кальмар морожений без голови (філе) зі шкірою відварний	206	10 ¹	185	—	46	100
Капуста морська (ламінарія) сушена харчова відварна	16	—	16	530	—	100
Капуста морська морожена відварна	63	—	63	60	—	100
Креветки сироморожені нерозібрані (цілі) дрібні відварні	145	—	145	—	31 ²	100
Креветки сироморожені нерозібрані (цілі) відварні, розроблені на м'якоть	417	—	417	—	76 ³	100
Креветки вареноморожені нерозібрані (цілі) дрібні відварні	120	—	120	—	17 ⁴	100
Креветки сушені (КНР) набухлі	46	—	46	118	—	100
Креветки натуральні (консерви)	125	20 ⁵	100	—	—	100
Краби у власному соку (консерви)	125	20 ⁶	100	—	—	100

768

1	2	3	4	5	6	7
Лангусти сироморожені розроблені (шийки у панцирі) відварні, розроблені на м'якоть	251	—	251	—	17+52 ⁷	100
Мідії чорноморські живі природних банок розібрані на м'якоть, відварні	1400	83	238	—	58	100
Мідії чорноморські живі природних банок відварні, розібрані на м'якоть	1299	—	1299	—	30+89 ⁷	100
Паста білкова "Океан" морожена припущена	123	6 ¹	116	—	14	100
Трепанг сушений набухлий обшпарений	31	—	31	300 ⁸	20 ⁸	100
Трепанг варено-морожений обшпарений	133	6 ¹	125	—	20	100
Філе морського гребінця морожене відварне	209	6 ⁹	196	—	49	100
Філе морського гребінця у кріпному соусі (пресерви)	132	24 ¹⁰	100	—	—	100
Салат далекосхідний із морської капусти (консерви)	101	1 ¹¹	100	—	—	100

Примітка. При надходженні креветок сироморожених (цілих) дрібних блоками масою 10 кг та більше втрати при розморожуванні для розбирання блока на частини складають 4%.

У норми відходів та втрат, збільшення маси при холодному й тепловому обробленні морепродуктів включено втрати при порціюванні.

¹ У тому числі втрати при розморожуванні.

² У тому числі 4 % — втрати при порціюванні.

³ З урахуванням втрат при розбиранні.

⁴ У тому числі 2 % — втрати при порціюванні.

⁵ Відходи на сольовий розчин та пергамент.

⁶ Відходи на сік та пергамент.

⁷ Відходи та втрати при розбиранні.

⁸ До маси набухлого продукту.

⁹ Втрати при розморожуванні.

¹⁰ Відходи на соус.

¹¹ Втрати при витягуванні салату з банки.

769

**Розрахунок витрат сировини,
виходу напівфабрикатів та готових виробів**
(картопля, овочі, гриби, плоди, ягоди, горіхи)

Найменування сировини та способи промислового розбирання та кулінарного оброблення	Маса сировини брутто, г	Відходи та втрати при холодному обробленні, % до маси сировини брутто	Маса сировини нетто або напів- фабрикату, г	Втрати при тепловому обробленні, % до маси сировини нетто або напівфабрикату	Вихід готового виробу, г
1	2	3	4	5	6
Картопля свіжа					
Плодоовочева:					
молода сира обчищена до 1 вересня	125	20	100	—	100
молода обчищена відварна до 1 вересня	133	20	106	6	100
сира обчищена:					
з 1 вересня по 31 жовтня	133	25	100	—	100
з 1 листопада по 31 грудня	143	30	100	—	100
з 1 січня по 28—29 лютого	154	35	100	—	100
з 1 березня	167	40	100	—	100
обчищена відварна:					
з 1 вересня по 31 жовтня	137	25	103	3	100
з 1 листопада по 31 грудня	147	30	103	3	100
з 1 січня по 28—29 лютого	158	35	103	3	100
з 1 березня	172	40	103	3	100
відварна в шкірці					
з подальшою очисткою:					
з 1 вересня по 31 жовтня	137	—	137	3+25 ¹	100
з 1 листопада по 31 грудня	147	—	147	3+30 ¹	100
з 1 січня по 28—29 лютого	159	—	159	3+35 ¹	100
з 1 березня	172	—	172	3+40 ¹	100
смажена брусочками, скибочками, часточ- ками, кубиками:					
з 1 вересня по 31 жовтня	193	25	145	31	100
з 1 листопада по 31 грудня	207	30	145	31	100
з 1 січня по 28—29 лютого	223	35	145	31	100
з 1 березня	242	40	145	31	100

1	2	3	4	5	6
смажена скибочками (з попередньо звареної в шкірці):					
з 1 вересня по 31 жовтня	165	3+25 ¹	120	17	100
з 1 листопада по 31 грудня	177	3+30 ¹	120	17	100
з 1 січня по 28—29 лютого	190	3+35 ¹	120	17	100
з 1 березня	206	3+40 ¹	120	17	100
смажена до напівготовності кубиками, часточками для рагу:					
з 1 вересня по 31 жовтня	160	25	120	17	100
з 1 листопада по 31 грудня	171	30	120	17	100
смажена у фритюрі брусочками:					
з 1 вересня по 31 жовтня	267	25	200	50	100
з 1 листопада по 31 грудня	286	30	200	50	100
з 1 січня по 28—29 лютого	308	35	200	50	100
з 1 березня	333	40	200	50	100
смажена у фритюрі соломкою, стружкою:					
з 1 вересня по 31 жовтня	333	25	250	60	100
з 1 листопада по 31 грудня	357	30	250	60	100
з 1 січня по 28—29 лютого	385	35	250	60	100
з 1 березня	417	40	250	60	100
смажена бочоночками:					
з 1 вересня по 31 жовтня	191	25	143	30	100
з 1 листопада по 31 грудня	204	30	143	30	100
з 1 січня по 28—29 лютого	220	35	143	30	100
з 1 березня	238	40	143	30	100
смажена часничком:					
з 1 вересня по 31 жовтня	208	25	156	36	100
з 1 листопада по 31 грудня	223	30	156	36	100
з 1 січня по 28—29 лютого	240	35	156	36	100
з 1 березня	260	40	156	36	100
хрустка картопля (чіпс):					
з 1 вересня по 31 жовтня	392	25	294	66	100
з 1 листопада по 31 грудня	420	30	294	66	100
з 1 січня по 28—29 лютого	452	35	294	66	100
з 1 березня	490	40	294	66	100
печена в шкірці					
печена в шкірці з подальшим обчищенням	125	—	125	20	100
печена в шкірці з подальшим обчищенням	167	—	167	40 ²	100
Овочі					
Артишоки варені	236	50	118	15	100
Бадилля буряків варене	224	20	179	44	100
Васильки справжні свіжі	119	16	100	—	100
Баклажани:					
свіжі сирі	118	15	100	—	100
обчищені підготовлені для фарширування	105	5	100	—	100
смажені кружальцями, натуральні	142	5	135	26	100
смажені, паніровані в борошні	135	5	128	22	100

1	2	3	4	5	6
печені у шкірці (з подальшою очисткою)	137	—	137	27	100
Бруква столова варена або припущена часточками чи кубиками	140	22	109	8	100
тушкована брусочками, скибочками, кубиками	167	22	130	23	100
пасерована соломкою, скибочками, кубиками	167	22	130	23	100
Горох овочевий (лопатка) свіжий варений	127	10	114	12	100
Горошок зелений (зерна):					
свіжий варений	109	—	109	8	100
консервованій	154	35 ³	100	—	100
швидкозаморожений, відварний	109	—	109	8	100
сушений, варений	42	—	42	140 ⁴	100
Каперси консервовані	200	50 ³	100	—	100
Кропива рання варена	244	18	200	50	100
Капуста:					
білокачанна свіжа:					
сира обчищена	125	20 ⁵	100	—	100
шаткована, прогріта з оцтом (для салату)	139	20 ⁵	111	10	100
шаткована, перетерта із сіллю (для салату)	198	20 ⁵ +37 ⁶	100	—	100
варена цілими качанами або крупними кусками	136	20 ⁵	109	8	100
припущена кусочками або шашками	139	20 ⁵	111	10	100
тушкована	159	20 ⁵	127	21	100
смажена для фаршу	166	20 ⁵	133	25	100
рання варена крупними кусками	139	20 ⁵	111	10	100
рання варена цілими качанами (для голубців)	136	20 ⁵	109	8 ⁷	100
брюссельська свіжа:					
на стеблі, варена	472	75	118	15	100
качанчики варені	182	35	118	15	100
качанчики смажені	220	35	143	30	100
кольрабі свіжа:					
варена	171	35	111	10	100
припущена	192	35	125	20	100
смажена кружальцями	275	35	179	44	100
червонокачанна свіжа шаткована, перетерта із сіллю (для салату)	187	15+37 ⁶	100	—	100
савойська свіжа:					
сира обчищена	128	22	100	—	100
варена качанами	140	22	109	8	100
цвітна:					
свіжа варена	213	48	111	10	100
маринована (у банках)	182	45 ³	100	—	100
Капуста квашена:					
тушкована	169	30	118	15	100

1	2	3	4	5	6
смажена для фаршу	190	30	133	25	100
січена (у склотарі) ⁸	103	1+1,5	100	—	100
Кабачки свіжі:					
варені до напівготовності (з видаленим насінням та шкіркою)	166	33	111	10	100
припущені	191	33	128	22	100
смажені натуральними скибочками (з видаленою шкіркою)	193	20	154	35	100
смажені скибочками (з видаленою шкіркою), панірованими в борошні	186	20	149	33	100
ранні, смажені натуральними скибочками (зі шкіркою та насінням)	171	10	154	35	100
ранні, смажені скибочками (зі шкіркою та насінням), панірованими в борошні	166	10	149	33	100
Кукурудза:					
свіжа у початках молочної та молочно-воскової стиглості варена ⁹	532	43	303	67	100
у початках варена	111	10	100	—	100
цукрова консервована	167	40 ³	100	—	100
Цибуля:					
пуччаста:					
свіжа сира обчищена	119	16	100	—	100
свіжа пасерована до напівготовності (для супів)	161	16	135	26 ¹⁰	100
свіжа пасерована до готовності (для соусів і других страв)	238	16	200	50	100
свіжа смажена у фритюрі кільцями	350	16	294	66	100
маринована (у банках)	182	45 ³	100	—	100
сіянка, варена цілими головками	131	20	105	5	100
сіянка, смажена у фритюрі цілими головками	193	20	154	35	100
зелена свіжа:					
обчищена	125	20	100	—	100
пасерована	193	20	154	35	100
парникова обчищена	167	40	100	—	100
Корей свіжа:					
варена	138	24	105	5	100
пасерована	220	24	167	40	100
Морква столова свіжа:					
молода пучкова сира обчищена	200	50	100	—	100
молода пучкова обчищена варена	202	50	101	0,5	100
сира обчищена:					
до 1 січня	125	20	100	—	100
з 1 січня	133	25	100	—	100
обчищена варена:					
до 1 січня	126	20	101	0,5	100

1	2	3	4	5	6
варена або припущена скибочками або дрібними кубиками для гарніру:					
до 1 січня	136	20	109	8	100
з 1 січня	145	25	109	8	100
варена в шкiрці	101	—	101	0,5	100
варена в шкiрці з подальшою очисткою:					
до 1 січня	126	—	126	0,5+20 ¹¹	100
з 1 січня	134	—	134	0,5+25 ¹¹	100
пасерована соломкою, скибочками, кубиками:					
до 1 січня	184	20	147	32	100
з 1 січня	196	25	147	32	100
Маслини	154	35 ¹²	100	—	100
Оливки консервовані	182	45 ³	100	—	100
Огірки:					
свіжі теплично-парникові довго-плодні необчищені (без плівки)	102	2 ¹⁸	—	—	100
свіжі ґрунтові необчищені	105	5 ¹⁴	—	—	100
свіжі ґрунтові обчищені	125	20	—	—	100
солоні необчищені	111	10	—	—	100
солоні обчищені	125	20	—	—	100
солоні обчищені нарізані скибочками без серцевини варені (для солянки)	197	40	118	15	100
мариновані (у банках)	182	45 ³	100	—	100
пікулі, корнішони, асорті з овочів маринованих (у банках)	182	45 ³	100	—	100
Пастернак кореневий свіжий:					
пасерований соломкою, скибочками, кубиками	212	25	159	37	100
Перець солодкий:					
свіжий сирий, підготовлений для фарширування	133	25	100	—	100
свіжий сирий, шаткований (для салату)	133	25	100	—	100
свіжий пасерований	171	25	128	22	100
маринований (у банках)	200	50 ³	100	—	100
маринований різаний болгарський (у банках)	167	40 ³	100	—	100
Петрушка свіжа:					
коренева варена скибочками, брусочками або кубиками	140	25	105	5	100
коренева пасерована скибочками, соломкою, кубиками	212	25	159	37	100
зелень	135	26	100	—	100
Помідори (томати):					
свіжі парникові необчищені	102	2 ¹⁵	—	—	100
свіжі ґрунтові	118	15 ¹⁶	100	—	100
свіжі ґрунтові смажені половинками	187	15 ¹⁶	159	37	100
солоні (у бочковій тарі)	111	10	100	—	100

1	2	3	4	5	6
томати консервовані цілі	200	50 ³	100	—	100
томати консервовані цілі без шкiрки (обчищені) в томатному соку	103	3 ¹⁷	—	—	100
томати мариновані, солоні (червоні, бурі, молочні) (у банках)	182	45 ³	100	—	100
Ревінь овочевий свіжий	133	25	100	—	100
Редис свіжий:					
червоний з бадиллям	159	37	100	—	100
червоний обрізний, не обчищений від шкiрки (з укороченим бадиллям до 3 см)	108	7 ¹⁸	100	—	100
червоний обрізний (який надходить без бадилля), обчищений від шкiрки	133	25	100	—	100
білий з бадиллям, обчищений від шкiрки	200	50	100	—	100
білий обрізний, обчищений від шкiрки	154	35	100	—	100
Редька свіжа	143	30	100	—	100
Ріпа столова свіжа:					
варена або припущена кубиками, брусочками, часточками	145	25	109	8	100
тушкована брусочками, кубиками, часточками	173	25	130	23	100
пасерована соломкою, кубиками, скибочками	173	25	130	23	100
Салат:					
качанний	149	33	100	—	100
латук, ромен, крес	139	28	100	—	100
Буряки столові свіжі:					
сирі обчищені					
до 1 січня	125	20	100	—	100
з 1 січня	133	25	100	—	100
обчищені, варені цілими					
до 1 січня	131	20	105	5	100
з 1 січня	140	25	105	5	100
варені або припущені нарізані					
до 1 січня	136	20	109	8	100
з 1 січня	145	25	109	8	100
варені у шкiрці	102	—	102	2	100
варені у шкiрці з подальшим обчищенням					
до 1 січня	128	—	128	2+20 ¹¹	100
з 1 січня	136	—	136	2+20 ¹¹	100
пасеровані соломкою, скибочками, кубиками					
до 1 січня	201	20	161	38	100
з 1 січня	215	25	161	38	100
Буряки столові мариновані (у банках)	182	45 ³	100	—	100

1	2	3	4	5	6
Селера свіжа:					
корінь пасерований скибочками, соломкою, кубиками	234	32	159	37	100
корінь припущений	184	32	125	20	100
молода обчищена	122	18	100	—	100
зелень	119	16	100	—	100
Спаржа свіжа варена	156	27	114	12	100
Гарбуз продовольчий свіжий:					
варений або припущений	171	30	120	17	100
смажений скибочками натуральний	183	30	128	22	100
смажений скибочками, панірований в борошні	179	30	125	20	100
Кріп молодий столовий свіжий	135	26	100	—	100
Квасоля:					
овочева (лопатка) свіжа варена часточками	127	10	114	12	100
стручкова консервована	167	40 ³	100	—	100
Хрін — корінь свіжий	156	36	100	—	100
Часник:					
свіжий обчищений	128	22	100	—	100
свіжий шаткований, пасерований	214	22	167	40	100
маринований цілими часточками з відрізаною мочкою обчищений	208	35 ³ +26	100	—	100
Щавель свіжий варений або припущений	263	24	200	50	100
Шпинат свіжий варений або припущений	270	26	200	50	100
Естрагон свіжий	286	65	100	—	100
Консерви овочеві закусочні:					
баклажани, перець, томати, фаршировані овочами або овочами з рисом; голубці, фаршировані овочами; баклажани, кабачки, нарізані кружальцями; ікра з баклажанів, кабачкова та інші	105	5 ¹⁷	100	—	100
Консерви-напівфабрикати:					
зелень кропу, петрушки, селери солоної (подрібнена)	102	2	100	—	100
овочева закуска з томатом	105	5	100	—	100
салати овочеві, маринад овочевий з томатом	105	5	100	—	100
морква пасерована з томатом	105	5	100	—	100
буряки подрібнені із цукром консервовані	105	5	100	—	100
буряки та яблука подрібнені із цукром консервовані	105	5	100	—	100
пюре із цавлю, шпинату, суміші цавлю та шпинату	103	3	100	—	100
Консерви овочеві швидкозаморожені (у плівці):					
овочева закуска з томатом	102	2	100	—	100

1	2	3	4	5	6
цибуля ріпчаста (пасерована для перших та других страв)	102	2	100	—	100
морква пасерована	102	2	100	—	100
білий корінь пасерований	102	2	100	—	100
капуста тушкована	102	2	100	—	100
зелень кропу, петрушки, селери гілочками, подрібнена	102	2	100	—	100
буряки, морква гарнірні (цілі та нарізані)	109	8	100	—	100
гарбуз нарізаний у гарбузяному пюре із цукром	111	10	100	—	100
Гриби:					
білі свіжі варені	175	24	133	25	100
білі свіжі дрібносічені смажені	263	24	200	50	100
білі свіжі, нашатковані часточками, смажені	203	24	154	35	100
мариновані (у бочковій тарі)	122	18 ²	100	—	100
мариновані (у банках)	133	25 ³	100	—	100
сушені варені	50	—	50	100 ⁴	100
солоні (у бочковій тарі)	122	18 ³	100	—	100
солоні (у банках)	133	25 ³	100	—	100
сморчки смажені	238	16	200	50	100
печериці свіжі варені	188	24	143	30	100
печериці свіжі, припущені до напівготовності, цілі	188	24	143	30	100
печериці свіжі, припущені до готовності, цілі	220	24	167	40	100
печериці свіжі, припущені до напівготовності, цілі з подальшим обсмаженням скибочками	263	24	200	50	100
печериці свіжі, смажені скибочками, нарізаними із сирих	329	24	250	60	100
печериці консервовані	133	25 ³	100	—	100
Плоди та ягоди:					
брикоси свіжі без кісточки	116	14	100	—	100
лича свіжа без кісточки	108	7	100	—	100
банан обчищений із серцевиною, нарізаний кусочками	167	40	100	—	100
банан обчищений без серцевини, нарізаний кусочками	182	45	100	—	100
дельсини обчищені	149	33	100	—	100
дельсини при отриманні соку	227	56	100	—	100
авокадо продовольчий свіжий, нарізаний порціями	111	10	100	—	100
авокадо продовольчий свіжий, обчищений від шкірки та насіння	192	48	100	—	100
Айва свіжа без насінневої коробочки	114	12	100	—	100
Айва свіжа без шкірки та насінневої коробочки	139	28	100	—	100
Банани обчищені	167	40	100	—	100

1	2	3	4	5	6
Брусниці свіжі	111	10	100	—	100
Брусниці мочені	143	30 ³	100	—	100
Виноград свіжий столовий	104	4 ¹⁹	100	—	100
Виноград свіжий столовий при отриманні соку	128	22	100	—	100
Виноград маринований	200	50 ³	100	—	100
Виноград сушений (родзинки)	102	2 ²⁰	100	—	100
Вишня свіжа без плодоніжки	105	5	100	—	100
Вишня свіжа з плодоніжкою	102	2	100	—	100
Вишня свіжа без кісточки	118	15	100	—	100
Вишня маринована	182	45 ³	100	—	100
Гранати свіжі обчищені	167	40	100	—	100
Груші свіжі без насінневого гнізда	111	10	100	—	100
Груші свіжі без насінневого гнізда, варені	139	10	125	20	100
Груші свіжі, без шкірки та насінневого гнізда	137	27	100	—	100
Груші свіжі без шкірки та насінневого гнізда, варені	171	27	125	20	100
Груші мариновані	182	45 ³	100	—	100
Диня свіжа, обчищена від насіння	130	23	100	—	100
Диня свіжа, обчищена від шкірки та насіння	156	36	100	—	100
Ожина свіжа	118	15	100	—	100
Суниці свіжі (садові)	118	15	100	—	100
Суниці свіжі (садові) при отриманні соку з м'якоттю	127	21	100	—	100
Суниці лісові	106	6	100	—	100
Кизил свіжий	102	2	100	—	100
Кизил маринований	182	45 ³	100	—	100
Журавлина свіжа	105	5	100	—	100
Журавлина свіжа при отриманні соку	147	32	100	—	100
Агрус свіжий	102	2	100	—	100
Лимони необчищені	111	10 ²¹	100	—	100
Лимони обчищені	164	39 ²²	100	—	100
Лимони при отриманні соку*	238	58	100	—	100

1	2	3	4	5	6
Малина свіжа	118	15	100	—	100
Мандарини обчищені	136	26	100	—	100
Мандарини при отриманні соку	175	43	100	—	100
Мірабель без кісточки	118	15	100	—	100
Персики свіжі без кісточки	111	10	100	—	100
Слива сочинська свіжа без кісточки	111	10	100	—	100
Слива маринована	182	45 ³	100	—	100
Смородина червона свіжа	106	6	100	—	100
Смородина біла свіжа	108	7	100	—	100
Смородина чорна свіжа	102	2	100	—	100
Смородина чорна свіжа при отриманні соку	127	21	100	—	100
Смородина маринована	182	45 ³	100	—	100
Чорниці свіжі	102	2	100	—	100
Чорниці свіжі при отриманні соку	169	41	100	—	100
Чорниці свіжі без плодоніжки	105	5	100	—	100
Чорнослив без кісточки	133	25	100	—	100
Яблука свіжі без насінневого гнізда	114	12	100	—	100
Яблука свіжі без насінневого гнізда, варені, запечені	142	12	125	20	100
Яблука свіжі без шкірки та насінневого гнізда	143	30	100	—	100
Яблука свіжі без шкірки та насінневого гнізда, варені	179	30	125	20	100
Яблука мариновані, мочені	182	45 ³	100	—	100
Плоди та ягоди консервовані (швидкозаморожені):					
Яблука з гарбузом нарізані у цукровому сиропі	111 ²³	10	100	—	100
Яблука цілі, половинками, чвертками, бланшировані у цукровому сиропі	102	2 ¹⁷	100	—	100
Яблука нарізані в яблучному пюре із цукром	111	10	100	—	100
Яблука з морквою, нарізані, в яблучному пюре із цукром	111	10	100	—	100
Яблука протерті із цукром	111	10	100	—	100
Суниці у суничному пюре із цукром	111	10	100	—	100
Суниці дроблені із цукром	111	10	100	—	100

1	2	3	4	5	6
Горіхи:					
Арахіс смажений	141	25 ²⁴	106	6	100
Волоські смажені	236	55 ²⁴	106	6	100
Каштани обчищені	133	25 ²⁴	106	—	100
Мигдаль смажений	177	40 ²⁴	106	6	100
Мигдаль обчищений смажений	118	10 ²⁵	106	6	100
Фісташки смажені	212	50 ²⁴	106	6	100
Фундук смажений	212	50 ²⁴	106	6	100

Примітка. У норми відходів та втрат на картоплю, овочі, гриби, плоди включено втрати під час варіння.

- ¹ 3% — втрати при варінні картоплі; 25%, 30%, 35%, 40% — відходи та втрати при обчищенні вареної картоплі відповідно до сезону.
- ² Втрати при тепловому оброблянні та обчищенні картоплі.
- ³ Відходи та втрати на маринад, розсіл, відвар.
- ⁴ Приварок.
- ⁵ 20% — відходи та втрати при холодному оброблянні, у тому числі 5% — внутрішній качан.
- ⁶ 37% — сік, який віджимається після перетирання із сіллю.
- ⁷ Варіння до напівготовності.
- ⁸ Втрати на капусту та сік, які залишаються на стінках та дні посуду при витягуванні квашеної капусти із склотари, — 1%, втрати при порціюванні — 1,5%.
- ⁹ 43% — відходи та втрати при видаленні стебла, листя, волокон, маточки; 67% — втрати при тепловому оброблянні та відходи на качан.
- ¹⁰ Цибуля, пасерована з 15% жиру.
- ¹¹ 0,5%, 2% — втрати при варінні; 20%, 25% — відходи та втрати при обчищенні вареної моркви, буряків відповідно до сезону.
- ¹² Відходи та втрати при видаленні кісточки.
- ¹³ Відходи та втрати при митті, видаленні плодоніжки й верхівки, порціюванні.
- ¹⁴ Відходи та втрати при митті, видаленні плодоніжки, верхівки, плям від надавленнь і сонячних опіків та порціюванні.
- ¹⁵ Відходи та втрати при митті, видаленні плодоніжки, порціюванні.
- ¹⁶ Відходи та втрати при митті, видаленні плодоніжки й окоркової тканини (під шкіркою плоду) та порціюванні.
- ¹⁷ Втрати при порціюванні.
- ¹⁸ Відходи та втрати при зачищенні залишків бадилля, коріння та порціюванні.
- ¹⁹ 4% — відходи та втрати на горбильки, на виноград сорту "Шасла" — 6%.
- ²⁰ Відходи та втрати при перебиранні.
- ²¹ Відходи та втрати при перебиранні, митті, обчищенні від плодоніжки, виготовленні соку та порціюванні.
- ²² Відходи та втрати при перебиранні, митті, обчищенні від плодоніжки виготовленні соку, обчищенні від шкірки (цедри та альбеда) — 38% (у тому числі маса цедри — 10%) та порціюванні — 1%.
- ²³ Вміст цукрового сиропу — 40%.
- ²⁴ Відходи та втрати при знятті шкаралупи.
- ²⁵ Відходи та втрати при знятті шкірки.

* При отриманні соку використовують лимони тонкошкірі.

Розрахунок витрат сировини та виходу гастрономічних виробів

Найменування продуктів та способи промислового розбирання і кулінарного обробляння	Відходи та втрати при холодному оброблянні, % до маси сировини бруто	Маса сировини бруто залежно від потрібної маси готового виробу, г							
		100	75	50	40	30	25	20	15
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Риба солена, маринована пряного засолу									
Горбуша солена випотрошена з головою									
філе (м'якоть)	81	145	109	72	58	43	36	29	22
філе зі шкірою та реберними кістками	20	125	94	63	50	38	31	25	19
Кета, чавича, сима, кижуч, нерка солоні випотрошені з головою									
філе зі шкірою та кістками	20	125	94	63	50	38	31	25	19
філе (м'якоть)	35	154	115	77	62	46	38	31	23
Лосось куринський солоний випотрошений (сьомгової нарізки)									
філе (м'якоть)	31	145	109	72	58	43	36	29	22
Лосось каспійський, балтійський, озерний, солоний випотрошений (сьомгової нарізки)									
філе (м'якоть)	35	154	115	77	62	46	38	31	23
Лох усіх водоймищ солоний нерозібраний									
філе (м'якоть)	40	167	125	83	67	50	42	33	25
Нототенія мармурова слабко- та середньосолена випотрошена без голови (крупна)									
філе (м'якоть)	37	159	119	79	63	48	40	32	24
Омуль солоний нерозібраний цілий з головою									
без шкіри з кістками	20	125	94	63	50	38	31	25	19
без голови та шкіри з кістками	30	143	107	71	57	43	36	29	21
філе (м'якоть)	38	161	121	81	65	48	40	32	24
Салака пряного засолу (бочкова)									
нерозібрана	10 ²	111	83	56	44	33	28	22	17
без голови та нутрощів	40	167	125	83	67	50	42	33	25
філе (м'якоть)	50	200	150	100	80	60	50	40	30
Оселедець солоний, пряний¹, маринований нерозібраний									
цілий з головою (без зябер) без шкіри, хребта й реберних кісток: крупний	33	149	112	75	60	45	37	30	22

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
середній дрібний	34	152	114	76	61	45	38	30	23
без голови та шкіри, з кістками	35	154	115	77	62	46	38	31	23
крупний	38	161	121	81	65	48	40	32	24
середній	40	167	125	83	67	50	42	33	25
дрібний	42	172	129	86	69	52	43	34	26
філе (м'якоть)									
крупний	50	200	150	100	80	60	50	40	30
середній	52	208	156	104	83	63	52	42	31
дрібний	54	217	163	109	87	65	54	43	33
Оселедець пряний, солоний зябренний цілий з головою без шкіри, хребта й реберних кісток	35	154	115	77	62	46	38	31	23
без голови та шкіри з кістками	36	156	117	78	63	47	39	31	23
філе (м'якоть)	41	169	127	85	68	51	42	34	25
Оселедець пряний, солоний без голови									
філе (м'якоть)									
крупний	36	156	117	78	63	47	39	31	23
середній	37	159	119	79	63	48	40	32	24
дрібний	38	161	121	81	65	48	40	32	24
Оселедець солоний без голови всіх розмірів									
без шкіри з кістками	22	128	96	64	51	38	32	26	19
філе (м'якоть)	37	159	119	79	63	48	40	32	24
Оселедець солоний напіввипотрошений з головою без шкіри з кістками									
крупний	8	109	82	54	43	33	27	22	16
середній	9	110	82	55	44	33	27	22	16
дрібний	10	111	83	56	44	33	28	22	17
без голови та шкіри з кістками									
крупний	28	139	104	69	56	42	35	28	21
середній	32	147	110	74	59	44	37	29	22
дрібний	34	152	114	76	61	45	38	30	23
філе (м'якоть)									
крупний	43	175	132	88	70	53	44	35	26
середній	45	182	136	91	73	55	45	36	27
дрібний	47	189	142	94	75	57	47	38	28
Оселедець солоний — тушка філе (м'якоть)									
крупний	28	139	104	69	56	42	35	28	21
середній	29	141	106	70	56	42	35	28	21
дрібний	30	143	107	71	57	43	36	29	21
Оселедець соснівський пряного посолу нерозібраний									
цілий без голови зі шкірою та кістками	15	118	88	59	47	35	29	24	18
філе (м'якоть)	24	132	99	66	53	39	33	26	20

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Сьомга солоня випотрошена (сьомго-вої нарізки)									
філе (м'якоть)									
крупна	25	133	100	67	53	40	33	27	20
дрібна	29	141	106	70	56	42	35	28	21
Скумбрія атлантична, далекосхідна слабо- та середньосолоня нерозібрана									
філе (м'якоть)	47	189	142	94	75	57	47	38	28
Скумбрія атлантична пряного засолу нерозібрана без голови та шкіри, з кістками	36	156	117	78	63	47	39	31	23
філе (м'якоть)	44	179	134	89	71	54	45	36	27
Ставрида океанічна слабо- та середньосолоня без голови									
філе (м'якоть)	33	149	112	75	60	45	37	30	22
Хамса, кілька, тюлька									
солоні та пряного засолу (бочкові)									
нерозібрані	10 ²	111	83	56	44	33	28	22	17
без голови та нутрощів	34	152	114	76	61	45	38	30	23
Риба холодного копчення									
Вобла нерозібрана									
без голови та шкіри, з ікрою та кістками	47	189	142	94	75	57	47	38	28
Горбуша з головою випотрошена									
без голови зі шкірою та кістками	30	143	107	71	57	43	36	29	21
без голови та шкіри з кістками	35	154	115	77	62	46	38	31	23
філе (м'якоть)	42	172	129	86	69	52	43	34	26
Жерех нерозібраний без голови зі шкірою та кістками	25	133	100	67	53	40	33	27	20
без голови та шкіри з кістками	30	143	107	71	57	43	36	29	21
філе (м'якоть)	45	182	136	91	73	55	45	36	27
Лящ нерозібраний без голови та шкіри з кістками									
крупний	46	185	139	93	74	56	46	37	28
середній	48	192	144	96	77	58	48	38	29
дрібний	50	200	150	100	80	60	50	40	30
Лосось (крім каспійського) та лох усіх водоймищ випотрошені з головою									
філе (м'якоть)	35	154	115	77	62	46	38	31	23
Муксун нерозібраний без голови зі шкірою та кістками	25	133	100	67	53	40	33	27	20
без голови та шкіри з кістками	30	143	107	71	57	43	36	29	21
Омуль нерозібраний без голови, зі шкірою та кістками	22	128	96	64	51	38	32	26	19
без голови та шкіри з кістками	34	152	114	76	61	45	38	30	23
філе (м'якоть)	48	192	144	96	77	58	48	38	29

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Рибець (крім каспійського) нерозібраний без голови, зі шкірою, кістками та ікрою									
крупний	30	143	107	71	57	43	36	29	21
дрібний	31	145	109	72	58	43	36	29	22
Оседець нерозібраний без голови та шкіри з кістками									
крупний	30	143	107	71	57	43	36	29	21
середній	35	154	115	77	62	46	38	31	23
дрібний	40	167	125	83	67	50	42	33	25
філе (м'якоть)									
крупна	40	167	125	83	67	50	42	33	25
середня	45	182	136	91	73	55	45	36	27
дрібна	50	200	150	100	80	60	50	40	30
Сиг нерозібраний без голови зі шкірою та кістками	25	133	100	67	53	40	33	27	20
без голови та шкіри з кістками	33	149	112	75	60	45	37	30	22
Скумбрія далекосхідна випотрошена, без голови, шкіри з кістками	13	115	86	57	46	34	29	23	17
філе (м'якоть)	26	135	101	68	54	41	34	27	20
Скумбрія атлантична нерозібрана									
філе (м'якоть)	47	189	142	94	75	57	47	38	28
Сом пласт без голови									
філе (м'якоть)	24	132	99	66	53	39	33	26	20
Ставрида океанічна без голови									
філе (м'якоть)	17	120	90	60	48	36	30	24	18
Ставрида океанічна нерозібрана									
філе (м'якоть)	49	196	147	98	78	59	49	39	29
Судак нерозібраний									
без голови зі шкірою та кістками	25	133	100	67	53	40	33	27	20
без голови та шкіри, з кістками	30	143	107	71	57	43	36	29	21
філе (м'якоть)	45	182	136	91	73	55	45	36	27
Вусач нерозібраний									
без голови, зі шкірою та кістками	20	125	94	63	50	38	31	25	19
без голови та шкіри з кістками	25	133	100	67	53	40	33	27	20
Чехоня (крім Горьковського та Куйбишевського водосховищ) та шемая аральська та каспійська (крім азово-чорноморської та азербайджанської) нерозібрані									
без голови та шкіри, з ікрою та кістками	42	172	129	86	69	52	43	34	26
без голови, шкіри, ікри, з кістками	46	185	139	93	74	56	46	37	28
Баличні вироби									
Баличок морського окуня без шкіри, з кістками	15	118	88	59	47	35	29	24	18
Баличок оселедця-чорноспинки (з головою)									
без голови та шкіри, з кістками	23	130	97	65	52	39	32	26	19
філе (м'якоть)	35	154	115	77	62	46	38	31	23

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Боковник при розбиранні на м'якоть									
білуговий	14	116	87	58	47	35	29	23	17
осетровий	19	123	93	62	49	37	31	25	19
севрюговий	21	127	95	63	51	38	32	25	19
Спинка при розбиранні на м'якоть									
вусача, нототенії мармурової	28	139	104	69	56	42	35	28	21
білорибиці та лосося балтійського	24	132	99	66	53	39	33	26	20
горбуші	25	133	100	67	53	40	33	27	20
лососів далекосхідних (кетт, чавичі, нерки)	26	135	101	68	54	41	34	27	20
муksуна, омуля, чіра, нельми	33	149	112	75	60	45	37	30	22
осетрова та севрюгова	23	130	97	65	52	39	32	26	19
Тьоша при розбиранні на м'якоть									
білорибиці, нельми, лососів далекосхідних та лосося балтійського	24	132	99	66	53	39	33	26	20
білугова	18	122	91	61	49	37	30	24	18
горбуші	23	130	97	65	52	39	32	26	19
осетрова	19	123	93	62	49	37	31	25	19
севрюгова	17	120	90	60	48	36	30	24	18
Риба гарячого копчення									
Ляц нерозібраний									
філе (м'якоть)	30	143	107	71	57	43	36	29	21
Окунь морський випотрошений без голови									
філе (м'якоть)									
крупний	25	133	100	67	53	40	33	27	20
дрібний	35	154	115	77	62	46	38	31	23
Омуль нерозібраний									
без голови зі шкірою та кістками	22	128	96	64	51	38	32	26	19
без голови та шкіри, з кістками	30	143	107	71	57	43	36	29	21
філе (м'якоть)	40	167	125	83	67	50	42	33	25
Осетер випотрошений без голови									
кільце (м'якоть)	25	133	100	67	53	40	33	27	20
Рулєт трісковий (м'якоть)	5	105	79	53	42	32	26	21	16
Севрюга випотрошена без голови									
кільце (м'якоть)	28	139	104	69	56	42	35	28	21
Сом (крім океанічного) випотрошений без голови зі шкірою та кістками	5	105	79	53	42	32	26	21	16
філе (м'якоть)	30	143	107	71	57	43	36	29	21
Тріска, пікша, сайда випотрошені без голів зі шкірою та кістками	5	105	79	53	42	32	26	21	16
філе (м'якоть)									
крупна	35	154	115	77	62	46	38	31	23
дрібна	40	167	125	83	67	50	42	33	25
Вугор випотрошений з головою									
без голови та хвоста	15	118	88	59	47	35	29	24	18
філе (м'якоть)	35	154	115	77	62	46	38	31	23
Риба в'ялена									
Вобла нерозібрана без голови та шкіри, з ікрою	40	167	125	83	67	50	42	33	25

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Зусач випотрошений з головою									
без голови, зі шкірою	20	125	94	63	50	38	31	25	19
без голови та шкіри	25	133	100	67	53	40	33	27	20
Риботовари інші									
Мінога смажена промислового вироблення									
без голови та хвоста ³	6	106	80	53	43	32	27	21	16
Рибні пресерви (у банках)									
Кілька, хамса, тюлька:									
цілі	25	133	100	67	53	40	33	27	20
без голови та нутрощів	45	182	136	91	73	55	45	36	27
філе (м'якоть)	55	222	167	111	89	67	56	44	33
Салака пряного засолу									
ціла	25	133	100	67	53	40	33	27	20
без голови та нутрощів	55	222	167	111	89	67	56	44	33
Сардина марокканська пряного банкового засолу									
без голови, нутрощів, зі шкірою та кістками	41 ⁴	169	127	85	68	51	42	34	25
філе (м'якоть)	50 ⁴	200	150	100	80	60	50	40	30
Пресерви у гірчичному соусі порціями разом із соусом	5	105	79	53	42	32	26	21	16
порціями без соусу (рольмопс)	20	125	94	63	50	38	31	25	19
Рибні консерви									
В олії (корюшка, сардини, ряпушка, шпроти та інші)	5	105	79	53	42	32	26	21	16
Натуральні (крім лососевих далекосхідних та лососевих натуральних з прянощами) порціями	5	105	79	53	42	32	26	21	16
Лососеві далекосхідні натуральні порціями	3	103	77	52	41	31	26	21	15
Лососеві натуральні з прянощами порціями	3	103	77	52	41	31	26	21	15
Консерви в томатному соусі (бички, осетрові, частик крупний, дрібний, тріска та інші) порціями	5	105	79	53	42	32	26	21	16
Скумбрія атлантична у томатному соусі порціями	3	103	77	52	41	31	26	21	15
Ковбасні вироби									
Зельци									
російський, делікатесний, червоний, білий	2	102	77	51	41	31	26	20	—
Ковбаси варені									
бараняча, білоруська, шинково-січена	3	103	77	52	41	31	26	21	—
яловича, докторська, закусошна, краснодарська, любительська, московська, окрема, особлива, свиняча, столична, тбіліська, теляча, чайна, часникова, дієтична, молочна, нова	2	102	77	51	41	31	26	20	—

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
російська (у натуральній оболонці)	2,5	103	77	51	41	31	26	21	—
Ковбаси ліверні									
варена, копчена, звичайна, яєчна	5	105	79	53	42	32	26	21	—
Ковбаси напівкопчені та варено-копчені									
армавірська, таллінська	2	102	77	51	41	31	26	20	—
одеська	3	103	77	52	41	31	26	21	—
київська, краківська, полтавська, свиняча, семипалатинська, тбіліська, українська та інші	2,5	103	77	51	41	31	26	21	—
Ковбаси сирокоччені									
брауншвейзька, делікатесна, любительська, московська, особлива, польська, свиняча, столична, тамбовська, угліцька, українська, саямі (фінська)	2	102	77	51	41	31	26	20	—
Ковбаси фаршировані									
глазурована, пресована, листкова, харківська, екстра, язикова	3	103	77	52	41	31	26	21	—
М'ясні хлібці	1	101	76	51	40	30	25	20	—
Свинокочченості									
Шинкова шийка та ковбаса філейна	2,5	103	77	51	41	31	26	21	—
Грудинка копчена									
яка використовується сиром (без шкіри та кісток)	22	128	96	64	51	38	32	26	—
яка використовується сиром (зі шкірою без кісток)	8	109	82	54	43	33	27	22	—
яка використовується вареною (зі шкірою без кісток)	5 ¹ +8 ²	114	86	57	46	34	29	23	—
яка використовується вареною (без шкіри та кісток)	5 ⁵ +22 ⁶	135	101	67	54	40	34	27	—
Карбонат, буженина	1,5	102	76	51	41	30	25	20	—
Корейка копчена									
яка використовується сиром (без шкіри та кісток)	20	125	94	63	50	38	31	25	—
яка використовується сиром (зі шкірою, без кісток)	7	108	81	54	43	32	27	22	—
яка використовується вареною (без шкіри та кісток)	5 ⁵ +20 ⁶	132	99	66	53	39	33	26	—
яка використовується вареною (зі шкірою, без кісток)	5 ⁵ +7 ⁶	113	85	57	45	34	28	23	—
Огорока сирокоччені									
(зі шкірою та кістками), які використовуються сирими:									
тамбовський	19	123	93	62	49	37	31	25	—
сибірський	17	120	90	60	48	36	30	24	—
які використовуються вареними:									
воронезький, сібірський, тамбовський, лопатка	15 ⁵ +24 ⁶	155	116	77	62	46	39	31	—

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Окорока копчено-варені та варені (зі шкурою та кістками) тамбовський, воронезький	24	132	99	66	53	39	33	26	—
Окорока копчено-варені та варені (без шкіри, з кістками) тамбовський	20	125	94	63	50	38	31	25	—
Рулетки копчено-варені (зі шкурою та кістками) лєнінградський, ростовський	12	114	85	57	45	34	28	23	—
Рулетки варені (зі шкурою, без кісток) лєнінградський, ростовський	8	109	82	54	43	33	27	22	—
Шпик	4	104	78	52	42	31	26	21	—
Продукти з яловичини та свинини варені (в оболонці)									
Шинка у формі, шинка в оболонці, яловичина особлива, асорті в оболонці	2	102	77	51	41	31	26	20	—
Сир									
Алтайський, голландський, чеддер, гірський алтай, швейцарський, ементальський	8	109	82	54	33	27	22	16,5	—
Бринза та інші розсільні сир	4	104	78	52	31	26	21	15,5	—
Волзький, рокфор, російський, угличський	6	106	80	53	32	27	21	16	—
Копчені та плавлені сир	4	104	78	52	31	26	21	15,5	—
Костромський, пошехонський, прибалтійський, степовий	4	104	78	52	31	26	21	15,5	—
Латвійський	12	114	85	57	34	28	23	17	—
Литовський	3,5	104	78	52	31	26	21	15,5	—
Московський, ярославський	7	108	81	54	32	27	21,5	16	—
Український	5	105	79	53	32	26	21	16	—

Примітка. До відходів та втрат при холодному оброблянні належать: у ковбасних виробів — оболонка, зачистка; у копченостей, окороків, рулетів, шинки — шкура, кістки з прилеглими сухожиллями, зачистка завітреної та підсохлої поверхневої кірочки; у продуктів з яловичини та свинини варених (в оболонці) — оболонка. Втрати при порціюванні всіх гастрономічних товарів включено в норми відходів та втрат при холодному оброблянні.

¹ При використанні оселедця спеціального банкового засолу необхідно додатково враховувати відходи на тузлук у розмірі 15% від маси бруто (разом із розсолом).

² На переробку та промивання.

³ Маса желе в норму відходів не включена, оскільки на неї дає знижку промисловість.

⁴ 41%, 50% — відходи та втрати при розбиранні, віднесені до маси сировини нетто без урахування тузлука.

⁵ Втрати при варінні, які віднесені до маси сиркопчених продуктів.

⁶ Відходи та втрати при розбиранні, які віднесені до маси варених продуктів.

Розміри втрат при тепловому оброблянні страв та борошняних виробів

Найменування страв та борошняних виробів	Втрати, % до маси напівфабрикату	Найменування страв та борошняних виробів	Втрати, % до маси напівфабрикату	Найменування страв та борошняних виробів	Втрати, % до маси напівфабрикату
1	2	1	2	1	2
Страви з картоплі, овочів та грибів					
Котлети:					
морквяні	17	Помідори, фаршировані грибами та рисом або рисом та морквою	11	Запиканка овочева	15
капустяні	17	Кабачки, фаршировані овочами та рисом	11	Пудинг овочевий	11
картопляні	11	Рулет або запиканка картопляні з овочами або з овочами та грибами	11	Перець, фарширований овочами та рисом	19
фрази картопляні	11	Картопляні ватрушки з фаршем	15	Голубці овочеві	22
Фрокети картопляні	10	Морквяна запиканка із сиром та без сиру	15	Баклажани, фаршировані овочами	20
Шніцель з капусти	21	Запиканка з моркви та квасолі	11	Картопля, запечена з яйцями та помідорами	10
Картопля, запечена у сметанному соусі	10	Капуста цвітна, запечена під соусом	16	Картопляне пюре запечене	10
Гриби у сметанному соусі запечені	12	Буряки, тушковані у сметані або соусі	13	Картопля та овочі, тушковані в соусі	20
Картопляні пиріжки з грибами, морквою або іншим фаршем	11	Страви із сиру			
Запиканка капустяна	15	Сирники з морквою	12	Пудинг із сиру (варений на парі)	10
Запиканка з гарбуза	15	Пудинг із сиру (запечений)	15	Запиканка із сиру	15
Кабачки, запечені під соусом	11	Страви з яєць			
Вареники лінівні відварні	5 ¹	Яєчня глазунья з овочами або грибами	12	Омлет, фарширований м'ясними продуктами	8
Сирники із сиру	12	Яєчня глазунья із цибулею	12	Омлет зі смаженою картоплею (запечений)	8
Сирники із сиру та картоплі	12	Омлет, змішаний з м'ясними продуктами	8	Омлет, фарширований овочами або грибами	12
Яйця, зварені "в піпечок" без шкаралупи	10	Омлет натуральний	8	Омлет із морквою (запечений)	15
Яєчня кашка (натуральна)	13	Омлет з яєчного порошку	12	Омлет із кашею (запечений)	13
Омлет натуральний	8	Омлет зі шпиком	8	Драчена	20
Яєчня глазунья (натуральна)	12	Омлет із цибулею	8	Яйця, запечені під молочним соусом	10
Яєчня глазунья зі шпиком	12	Омлет із сиром твердим	8		
Яєчня глазунья зі смаженою картоплею	12	Омлет, фарширований вареним	12		
Яєчня глазунья із сиром твердим	12				
Яєчня глазунья з горним хлібом	12				

1	2	1	2	1	2
Страви з крупів, бобових та макаронних виробів					
Запіканка рисова, манна, пшоняна, пшенична	10	Пудинг рисовий, манний, пшоняний	16	Биточки або котлети рисові, пшоняні з морквою	12
Запіканка рисова із сиром	10	Крупник	16	Макаронник	16
Запіканка рисова, пшоняна, пшенична з гарбузом	10	Биточки або котлети пшоняні, перлові, ячні	11	Макарони, запечені із сиром	9
Запіканка зі свіжими плодами	10	Биточки або котлети манні, рисові	9	Макарони, запечені з яйцем	8
Пудинг із консервованими плодами	9	Биточки або котлети із сиром: з яйцем	10	Локшина, запечена із сиром	13
		без яйця	12	Запіканка з бобових та картоплі	7
Страви з м'яса та м'ясопродуктів					
Грудинка фарширована ²	19	Солянка збірна на сковороді	20	Баранина або телятина, запечена в молочному соусі	13
Нирки з окороком, язиком та грибами, запечені в соусі	12	Макаронник із м'ясом або субпродуктами	14	Мозок у молочному соусі запечений	12
Запіканка картопляна або рулет картопляний із м'ясом або субпродуктами	14	Кабачки, баклажани, перець або помідори, фаршировані м'ясом та рисом	9	Язик із картоплею в соусі, запечений	12
		Голубці з м'ясом та рисом	9	Котлети натуральні в соусі, запечені	12
Борошняні вироби					
Пельмені відварні	9 ¹	Оладки з родзинками	15	Розтягаї: з м'ясом або рибою	10
Пельмені м'ясні, рибні (промислового виробництва)	9 ¹	Оладки з яблуками	15	закусочні	17
Пельмені смажені	12	Оладки із сиром	15	московські	6,5
Пельмені в омлеті	8	Пиріжки печені: із дріжджового тіста		Кулеб'яки: із дріжджового тіста	11
Пельмені запечені у сметані	15	прості масою 75 г	11	із листкового тіста	13
Вареники із сирним, фруктовим або овочевим фаршем	9 ¹	здобні масою 100 г	10	Ковбасні, м'ясні вироби, запечені у тісті	9
Вареники з напівфабрикату промислового виробництва	9 ¹	60 г	13	Кльоцки	12 ¹
Млинці	23	35 г	14	Грінки: із пшеничного хліба	36,5
Млинці з м'ясним, ліверним, сирним, яблучним фаршем, джемом, повидлом або варенням	35+ +10 ³	із прісного листкового тіста	15	із твердим сиром	35
Оладки	15	із дріжджового тіста	15	гострі	33
Вологани	16	Корзиночки (тарталетки) для закусок	12	для горошку, овочевих пюре та інших страв	22
				Профітролі	56

Примітка. Розміри втрат при тепловому обробленні страв та борошняних виробів вказано без втрат при порціюванні.

¹ Приварок.

² Грудинка, фарширована кашею, рисом та печінкою.

³ 35% — втрати при смаженні самого млинця (оболонки), 10% — втрати при смаженні фаршированого млинця.

Тривалість теплового оброблення деяких продуктів

Найменування продуктів	Вид оброблення	Призначення	Середня тривалість, год. хв
1	2	3	4
Яловичина			
М'якоть та зовнішній куски тазостегнової частини (1,5—2 кг)	Варіння	Другі та холодні страви	2,5—3 год ²
Лопаткова, заплічна, грудна частини, корейка	"	Супи, другі та холодні страви	2—2,5 год
Прикаделі	Варіння в бульйоні	Супи	10 хв
Тазостегнова і грудна частини (1,5—2 кг)	Тушкування	Другі страви	2—2,5 год
М'якоть тазостегнової та лопаткової частин, крайка (дрібні куски — гуляш, рагу)	"	Те саме	1—1,5 год
Товстий край (цілий)	Смаження	"	1 год 40 хв
Тонкий край (цілий)	"	"	1 год
Товстий і тонкий краї (антрекот)	"	"	10—15 хв
Товстий і тонкий краї (ромштекс)	"	"	15—20 хв
Вирізка (ціла)	"	"	40 хв
Порційні куски з потовщеної частини	"	"	15 хв
Вирізки (біфштекс)	"	"	25 хв
Порційні куски із середньої частини	"	"	8 хв
Вирізки (філе)	"	"	3—4 хв
Порційні куски (50—80 г) із хвостової частини вирізки (лангет)	"	"	7—10 хв
Вирізка кусочками масою 5—7 г (бефстроганов)	"	"	8—10 хв
Товстий і тонкий краї, верхній та внутрішній куски тазостегнової частини кусочками масою 5—7 г (бефстроганов)	"	"	
Вироби з котлетної маси (котлети, биточки, шніцелі)	"	"	
Баранина			
М'якоть тазостегнової, лопаткової та грудної частин (1,5—2,5 кг)	Варіння	Супи, другі та холодні страви	1,5—2 год
Ті самі частини молодих тварин (1,5—2,5 кг)	"	Те саме	1—1 год 10 хв
Грудна частина, корейка, м'якоть тазостегнової та лопаткової частин (крупні куски)	Тушкування	Другі страви	1,5—2 год
Ті самі частини молодих тварин (1,5—2,5 кг)	"	Те саме	30—40 хв
Грудна частина, корейка, тазостегнова та лопаткова частини (дрібні куски — рагу)	"	"	1—1,5 год

1	2	3	4
Тазостегнова та лопаткова частини (дрібні куски - шашлик)	Смаження	Другі страви	15—20 хв
Котлети натуральні, ескалопи	"	Те саме	10—12 хв
Котлети відбивні, шніцелі	"	"	8—10 хв
М'якоть тазостегнової та лопаткової частин, грудна частина (1,5—2,5 кг)	"	Другі та холодні страви	1 год 10 хв
Свинина			
М'якоть лопаткової частини (цілим куском)	Варіння	Супи холодні та другі страви	1,5—2 год
Грудна частина (ціла) натуральна	"	Те саме	1,5—2 год
Те саме	Смаження	Холодні та другі страви	1 год—1 год 10 хв
Грудна частина (ціла) фарширована	"	Другі страви	1—1,5 год
Тазостегнова частина (ціла)	"	Те саме	2—2,5 год
Куски тазостегнової частини	"	"	50—60 хв
Корейка (ціла)	"	"	1,5 год
М'якоть лопаткової частини (ціла)	"	"	1,5 год
Котлети натуральні, ескалопи	"	"	10—12 хв
Котлети відбивні, шніцелі	"	"	8—10 хв
Телятина			
Лопаткова частина (ціла)	Варіння	Другі та холодні страви	1 год 20 хв
Грудна частина натуральна	"	Супи та другі страви	1,5 год
Те саме	Смаження	Другі страви	45 хв
Грудна частина фарширована	"	Те саме	50—60 хв
Тазостегнова частина (до 4 кг)	"	"	1 год 50 хв
Куски тазостегнової частини (1—1,5 кг)	"	"	40—50 хв
Лопаткова частина (рулет)	"	"	1 год 20 хв
Котлети натуральні	"	"	8—10 хв
Котлети відбивні, шніцелі	"	"	8—10 хв
Субпродукти			
Нирки яловичі, телячі	Варіння	Перші та другі страви	1,5 год
Мозок яловичий, телячий	"	Другі страви	10—15 хв
Язика яловичі (без горловини)	"	Те саме	2—2,5 год
Рубці (шлунки)	"	"	4—5 год
Легені	"	"	2 год
Серце	"	"	2 год 15 хв— 2 год 30 хв
Голови свинячі	"	"	2—2,5 год
Ніжки телячі	"	"	3,5 год
Вим'я яловиче	"	"	4 год
Нирки яловичі відварні (скибочками)	Смаження	"	5—6 хв

1	2	3	4
Нирки телячі сирі (скибочками)	Смаження	Другі страви	3—5 хв
Мозок яловичий, телячий відварний, панірований у борошні, льезоні та сухарях	Смаження у фритюрі	Те саме	8—12 хв
Мозок яловичий, телячий відварний, панірований у борошні	Смаження	"	6—8 хв
Порційні куски яловичої або свинячої печінки	Тушкування	"	20—25 хв
Порційні куски яловичої або свинячої печінки, паніровані у борошні	Смаження	"	15—20 хв
Ніжки телячі відварні, паніровані у борошні, льезоні та сухарях	Смаження у фритюрі	"	15 хв
М'ясокопченості			
Шинка (окорок) сирокочена (до 5 кг) ²	Варіння	Супи та другі страви	2,5—3 год
Грудна частина свиняча копчена	"	Те саме	2—2,5 год
Корейка свиняча копчена	"	"	2—2,5 год
Ковбасні вироби			
Сосиски	Варіння	Другі страви	3—5 хв
Сардельки	"	Те саме	7—10 хв
Ковбаса	"	"	10—15 хв
Соґиски та сардельки сирі	Смаження	"	12—15 хв
Птиця			
Кури	Варіння	Супи та другі страви	50—60 хв
Кури (дорослі)	"	Те саме	3—4 год
Курчата	"	"	20—30 хв
Бройлери-курчата	"	"	20—25 хв
Гуси	"	"	1—2 год
Качки	"	"	1—1 год 10 хв
Індички	"	"	1—1,5 год
Куріпки, тетеруки, рябчики	"	Холодні страви	20—40 хв
Кури (філейна частина)	Припускання	Другі страви	12—15 хв
Бройлери-курчата (філейна частина)	"	Те саме	12—15 хв
Кури	Смаження	"	40—60 хв
Курчата	"	"	20—30 хв
Бройлери-курчата	"	"	20—25 хв
Гуси	"	"	1—1,5 год
Качки	"	"	45—50 хв
Індички	"	"	1—1 год 15 хв
Тетеруки	"	"	40—45 хв
Куріпки та рябчики	"	"	20—25 хв
Кури (філейна частина)	"	"	8—10 хв
Бройлери-курчата (філейна частина)	"	"	8—10 хв

1	2	3	4
Кури	Тушкування сирих порційних кусків	Другі страви	50 хв
Курчата	Те саме	Те саме	35 хв
Бройлери-курчата	»	»	45 хв
Гуси	»	»	55 хв
Качки	»	»	55 хв
Індички	»	»	60 хв
Кури	Тушкування смажених порційних кусків	»	20 хв
Курчата	Те саме	»	15 хв
Бройлери-курчата	»	»	15 хв
Гуси	»	»	25 хв
Качки	»	»	25 хв
Індички	»	»	25 хв
Кури	Смаження у фритюрі варених порційних кусків	»	5—10 хв
Курчата	Те саме	»	5—10 хв
Бройлери-курчата	»	»	5—10 хв
Гуси	»	»	5—10 хв
Качки	»	»	5—10 хв
Індички	»	»	5—10 хв
Вироби з котлетної маси	Смаження	Другі страви (котлети, биточки)	8—10 хв
Риба			
Осетер (кільцем)	Варіння	Супи, другі страви	1—1,5 год
Севрюга (кільцем)	»	Те саме	45—60 хв
Білуга (кусом 2—3 кг)	»	»	2—2,5 год
Камбала-йорж північна, камбала (крім азово-чорноморської та далекосхідної), кабан-риба, каранкс, кликач, льодяна риба, макрурус, минтай, пристіпома, сквама, карась океанічний (непластовані кусками)	»	Супи, холодні та другі страви	5—6 хв
Путасу (непластована кусками)	»	Супи, другі страви	5—6 хв
Сардинела (непластована кусками)	»	Холодні, другі страви	5—6 хв
Макрель Індійського океану (непластована кусками)	»	Супи, холодні та другі страви	6—7 хв

1	2	3	4
Вомер (риба-місяць), скумбрія далекосхідна (непластовані кусками)	Варіння	Холодні та другі страви	6—7 хв
Батерфіш (риба-дзеркало), пристіпома (ціла)	»	Супи холодні та другі страви	6—7 хв
Білуга, севрюга, осетер (порційними кусками)	Припускання	Другі страви	10—15 хв
Кабан-риба, камбала-йорж північна, камбала (крім азово-чорноморської та далекосхідної), камбала ісландська, каранкс, карась океанічний, кликач, льодяна риба, макрурус, минтай, пристіпома, сквама (непластовані, кусками)	»	Супи, холодні та другі страви	7—9 хв
Путасу, макрель Індійського океану (непластовані кусками)	»	Супи, другі страви	7—9 хв
Батерфіш (риба-дзеркало) ціла	»	Супи, холодні та другі страви	7—9 хв
Пристіпома (ціла)	»	Другі страви	15 хв
Судак, лосось, сом, камбала, тріска та інші (порційними кусками)	»	Те саме	15—20 хв
Камбала-йорж північна, камбала (крім азово-чорноморської та далекосхідної), камбала ісландська, кликач (непластовані кусками)	»	»	10—12 хв
Осетер (кільцем)	Смаження	»	40—45 хв
Севрюга (кільцем)	»	»	30—40 хв
Білуга, севрюга, осетер (порційними кусками)	»	»	15—20 хв
Бичок океанічний, вомер (риба-місяць), кабан-риба, карась океанічний, каранкс, льодяна риба, макрель Індійського океану, макрурус, минтай, пристіпома, путасу, сардинела, серіонела, сквама, терпуг (непластовані кусками)	»	Холодні та другі страви	12—15 хв
Ставрида океанічна, червонопірка далекосхідна (непластовані кусками)	»	Другі страви	12—15 хв
Батерфіш (риба-дзеркало), сардинопс (цілі)	»	Холодні та другі страви	12—15 хв
Пристіпома (ціла)	»	Те саме	18—20 хв
Вироби з котлетної маси	»	Другі страви	10—15 хв
Севрюга, осетер, білуга (порційними кусками)	Смаження на роїні (грилі)	Те саме	10—15 хв
Сардинела (непластована, кусками)	Смаження у фритюрі	»	7—8 хв
Терпуг (непластований, кусками)	Те саме	»	8—11 хв
Судак, лосось, сом, камбала, тріска та інші (порційними кусками)	»	»	8—11 хв

1	2	3	4
Морепродукти			
Кальмар морожений розроблений (тушка) зі шкіркою або кальмар морожений без голови (філе) зі шкіркою	Варіння	Холодні та інші та страви	5 хв
Капуста морська (ламінарія) сушена карчова	»	Холодні страви	2 год
Капуста морська морожена	»	Те саме	2 год
Креветки сироморожені нерозібрані (цілі) дрібні	»	Холодні та інші страви	5 хв
середні	»	Те саме	8 хв
великі	»	»	10 хв
Креветки варено-морожені нерозібрані (цілі)	»	»	3 хв
Лангусти сироморожені розібрані (шийки у панцирі)	»	»	15—20 хв
Паста білкова "Океан" морожена	Припускання	»	10 хв
Філе морського гребінця морожене	Варіння	»	10—15 хв
Раки	»	»	12—15 хв
Бульбоплоди			
Картопля обчищена (ціла)	Варіння у воді	Другі страви, гарніри	30 хв
Те саме	Варіння на парі	Те саме	45 хв
Те саме, молода	Варіння у воді	»	10—15 хв
Картопля необчищена	Те саме	Холодні страви, другі страви, гарніри	30 хв
Картопля, нарізана брусочками, кубиками	Варіння у бульйоні, воді	Супи	12—15 хв
Картопля, нарізана кубиками	Варіння у воді, молоці	Другі страви, гарніри	20 хв
Картопля, нарізана брусочками	Смаження	Те саме	15—20 хв
Картопля, нарізана брусочками та соломкою	Смаження у фритюрі	»	5—10 хв
Коренеплоди			
Буряки — бадилля	Варіння у воді, бульйоні	Супи	7—10 хв
Буряки необчищені (у шкірці)	Варіння у воді	Холодні страви і гарніри	1,5 год
Буряки, нарізані соломкою	Припускання	Борщі	30 хв
Буряки відварні	Тушкування	Другі страви	15 хв

1	2	3	4
Морква необчищена (у шкірці)	Варіння у воді	Салати, гарніри	25 хв
Морква, нарізана скибочками	Припускання	Те саме	15—20 хв
Морква, нарізана соломкою	Пасерування	Супи, другі страви, соуси	10—20 хв
Ріпа, нарізана кубиками	Варіння у воді	Гарніри	10—15 хв
Капустяні овочі			
Капуста білокачанна рання (цілими качанами)	Те саме	Другі страви	10—12 хв
Капуста білокачанна рання (великими кусками)	»	Те саме	10—15 хв
Капуста білокачанна свіжа (шаткована)	Тушкування	Другі страви та гарніри	45 хв—1,5 год
Капуста білокачанна	Смаження	Фарші	20—30 хв
Те саме (цілими качанами та великими кусками)	Варіння у воді	Другі страви	30—50 хв
Те саме (цілими качанами для голубців)	Те саме	Те саме	20—25 хв
Те саме (шаткована)	»	Супи	20—30 хв
Кольрабі (напівкружальцями)	»	Другі страви та гарніри	8—10 хв
Капуста цвітна	»	Те саме	20 хв
Капуста брюсельська	»	»	12 хв
Салатно-шпинатні овочі			
Шпинат	Варіння	Супи	8—10 хв
Щавель	»	»	5—7 хв
Шпинат, щавель	Припускання	Супи, другі страви	8—12 хв
Цибулеві овочі			
Цибуля-порей шаткована	Пасерування	Супи	15—20 хв
Цибуля ріпчаста, дрібно нашаткована	»	»	10—15 хв
Те саме	»	Соуси	15—20 хв
Цибуля ріпчаста, нарізана кільцями	Смаження у фритюрі	Гарніри	5—8 хв
Цибуля-сіянка нашаткована	Пасерування	»	15—20 хв
Десертні овочі			
Ревінь обчищений	Варіння у воді	Компот, кисіль, супи	5—10 хв
Томатні овочі			
Перець солодкий свіжий	Запікання	Другі страви	15—20 хв
Фруктові овочі			
Гарбуз, нарізаний кубиками	Припускання	Те саме	15—20 хв
Кабачки, нарізані кубиками	»	Другі страви та гарніри	15—20 хв

1	2	3	4
Бобові овочі			
Рох овочевий (лопатка) свіжий	Варіння	Супи	8—10 хв
Рох зелений сушений	»	Гарніри	1 год 45 хв— 2 год 15 хв
Масоля овочева (лопатка) свіжа	»	»	8—10 хв
Делікатесні овочі			
Птишки	Варіння у воді	Другі страви та гарніри	25—35 хв
Паржа обчищена	Те саме	Те саме	20—30 хв
Зернові овочі			
Курудза (початками)	Варіння	»	1—1,5 год
Гриби			
Гриби свіжі	»	Супи та другі страви	35—45 хв
Гриби сушені	»	Те саме та соуси	1,5—2 год
Гриби свіжі нашатковані	Смаження	Другі страви та гарніри	15—20 хв
Чериці свіжі	Варіння	Супи та другі страви	20—25 хв
Чериці свіжі нашатковані	Смаження	Другі страви та гарніри	15—20 хв
Чериці свіжі	Припускання	Супи та другі страви	5—10 хв
Вироби з тіста			
Пиріжки печені з дріжджового тіста	Випікання	—	8—10 хв
Пиріжки печені з прісного листкового тіста	»	—	20—25 хв
Пиріжки печені здобні з прісного тіста	»	—	10—12 хв
Грушки	»	—	6—8 хв
Пітлягаї	»	—	8—10 хв
Піч'яки	»	—	45—60 хв
Пічбасні, м'ясні вироби, запечені у тісті	»	—	20—30 хв
Пічфіролі	»	—	30—35 хв
Пічдовани	»	—	25—30 хв

Вказана у таблиці тривалість теплового оброблення різноманітних продуктів є середньою і може змінюватись залежно від низки факторів: віку забитої тварини, біологічного сорту плодів та овочів, обладнання, яке використовується, об'єму партії, приготування, тощо. Тривалість варіння вказана з моменту закипання. Наведена в таблиці тривалість тушкування різноманітних виробів враховує як сам процес тушування, так і попереднє обсмажування продукту.

Тривалість варіння окорока масою більш як 5 кг збільшується з розрахунку 1 год 1 кг додаткової маси. Теплове оброблення продуктів проводять за оптимальних температурних режимів.

Норми взаємозамінності продуктів під час приготування страв

Найменування продуктів, що замінюються	Найменування продуктів, що замінюють	Еквівалентна маса продуктів бруто, кг	Кулінарне використання
1	2	3	4
Яйця без шкаралупи	Яечний порошок	0,28	У стравах з яєць, запіканках, борошняних виробів, для обкачування виробів, у солодких стравах
Те саме	Яечний меланж морожений	1,00	Те саме
Жири тваринні топлени харчові	Жир топлений сільськогосподарської птиці	1,00	У стравах та виробів із сільськогосподарської птиці, дичини та м'яса
Те саме	Масло коров'яче топлене	1,02	У супах, соусах, м'ясних, рибних, овочевих стравах, гарнірах тощо
»	Маргарин столовий	1,22	Те саме
Шпик	Внутрішній жир сільськогосподарської птиці (курячий)	0,93	У стравах із птиці та дичини та виробів із січеного м'яса
»	Масло коров'яче топлене	0,82	У супах, гарнірах, паштетах
»	Маргарин столовий	0,98	У супах, гарнірах, паштетах
Масло вершкове несолене, вологодське	Масло селянське	1,13 ¹	У кулінарних виробів та стравах (крім заправляння страв під час подавання)
Те саме	Масло вершкове любительське	1,06	Те саме
»	Масло вершкове солоне (зі зменшенням закладки солі в рецептурі на 0,02 кг)	1,00	У фаршах, млинцях, оладках
»	Масло вершкове топлене	0,84	У фаршах, млинцях, оладках та для заправляння кулінарних виробів
»	Жир топлений сільськогосподарської птиці	0,83	У стравах із птиці та дичини, бобових, у розсипчастих кашах
»	Маргарин столовий	1,01 ¹	У кашах, стравах із птиці та дичини (крім заправляння страв при подаванні)
Маргарин столовий	Маргарин безмолочний	1,00	В овочевих, рибних, м'ясних стравах, борошняних виробів тощо
Те саме	Олії рослинні рафіновані	0,84	У розсипчастих кашах, супах та стравах із бобових, у тісті для простих та здобних пиріжків

1	2	3	4
Олія соняшникова	Олія арахісова, кукурудзяна, соєва, бавовняна, оливкова	1,00	У холодних стравах, борошняних виробках, маринадах, стравах із риби тощо
Олія соняшникова рафінована	Олія соняшникова нерафінована	1,00	У маринадах, деяких соусах, холодних, овочевих, рибних стравах, борошняних виробках
Кулінарні жири	Харчові топлєні жири (яловичий, свинячий, бар'ячий)	1,00	У стравах із крупів, м'ясних, рибних, овочевих та інших стравах
Те саме	Шпик	1,25	У супах, м'ясних, рибних, овочевих та інших стравах
»	Масло вершкове топлєне	1,02	Те саме
»	Маргарин столовий	1,22	У супах, м'ясних, рибних, овочевих та інших стравах
»	Олія соняшникова	1,00	У м'ясних, овочевих, рибних стравах
Молоко вершкове пастеризоване незбиране	Молоко вершкове пастеризоване нежирне (зі збільшенням закладки у рецептурі масла вершкового несолоного на 0,04 кг)	1,00	У супах, соусах, стравах з яєць, солодких стравах, борошняних виробках, кашах
Те саме	Молоко вершкове незбиране сухе	0,12	У супах, соусах, стравах з яєць, овочевих, солодких стравах, борошняних виробках напоїв тощо
»	Молоко вершкове знежирене сухе (зі збільшенням закладки у рецептурі масла вершкового несолоного на 0,04 кг)	0,09	У супах, соусах, стравах з яєць, солодких стравах, борошняних виробках, кашах
»	Вершки сухі (зі зменшенням закладки у рецептурі масла вершкового несолоного на 0,042 кг)	0,16	У молочних кашах та борошняних виробках
»	Молоко незбиране згущене із цукром (зі зменшенням закладки у рецептурі цукру на 0,17 кг)	0,38	У солодких стравах та напоїв (крім молочних коктейлів)
»	Молоко згущене стерилізоване у банках	0,46	У супах, соусах, солодких стравах, борошняних виробках та напоїв (крім молочних коктейлів) тощо
»	Вершки згущені із цукром (зі зменшенням закладки у рецептурі масла вершкового несолоного на 0,07 кг та цукру на 0,18 кг)	0,48	У молочних кашах, борошняних виробках
Сир жирний (вміст жиру не менш як 18%)	Сир напівжирний (вміст жиру не менш як 9%) — зі збільшенням закладки у рецептурі масла вершкового несолоного на 0,12 кг	0,88	У кулінарних виробках та стравах із сиру

1	2	3	4
Сир напівжирний (жири 9% і більше)	Сир нежирний (зі збільшенням закладки в рецептурі масла вершкового несолоного на 0,11 кг)	0,89	У кулінарних виробках та стравах із сиру
Те саме	Маса сирна напівжирна без наповнювачів (зі збільшенням закладки у рецептурі масла вершкового несолоного на 0,03 кг та зменшенням закладки цукру на 0,16 кг)	0,97 ⁸	Те саме
Раки річкові	Креветки	1,00	У холодних та других гарячих стравах із морепродуктів
Визига сира	Визига в'ялена	0,25	У супах та фаршах
Дріжджі хлібопекарські пресовані	Дріжджі хлібопекарські сухі	0,25	Для приготування напоїв, борошняних виробів
Сухарі панірувальні пшеничні з борошна I сорту	Хліб пшеничний з борошна не нижче I сорту	1,56	Для панірування кулінарних виробів
Цукор-пісок	Рафінадна пудра	1,00	У солодких стравах, запіканках, пудингах
Те саме	Мед натуральний	1,25	У напоїв, киселях, муссах, желе
Крохмаль картопляний сухий (вологість 20%)	Крохмаль картопляний сирець (вологість 50%)	1,60	У киселях, солодких супах
Крохмаль картопляний	Крохмаль кукурудзяний	1,50	У молочних киселях, желе
Картопля свіжа продовольча	Пюре картопляне сухе	0,25	У супах-пюре, стравах із відварної протертої картоплі
Бруква столова свіжа	Кольрабі свіжа	1,22	У заправочних супах, гарнірах, стравах з овочів
Горошок зелений (консерви)	Горох овочевий (лопатка) свіжий	0,82	У холодних стравах, супах, овочевих стравах, гарнірах
Те саме	Квасоля овочева (лопатка) свіжа	0,82	Те саме
»	Зелений горошок швидкозаморожений	0,71	»
Маслини	Оливки	1,00	У холодних стравах, стравах із риби, солянках
Те саме	Каперси	1,00	У солянках
Зелень кропу, петрушки, селери свіжа	Зелень кропу, петрушки, селери гілочками солоні (зі зменшенням закладки солі у рецептурі на 0,29 кг)	1,00	Для ароматизації бульйонів, супів, соусів

1	2	3	4
Зелень кропу, петрушки, селери свіжа	Зелень кропу, петрушки, селери подрібнена солоні (зі зменшенням закладки солі в рецептурі на 0,22 кг)	0,76	Для ароматизації бульйонів, супів, соусів
Те саме	Зелень кропу, петрушки, селери гілочками швидкозаморожена	0,76	Те саме
Щавель свіжий	Пюре зі щавлю (консерви)	0,40	У супах з використанням щавлю
Шпинат свіжий	Пюре зі шпинату (консерви)	0,40	У супах із використанням шпинату, овочевих стравах
Кабачки мариновані або консервовані (цілі або нарізані)	Патисони мариновані або консервовані (цілі або різані)	1,00	У холодних стравах, гарнірах
Капуста білокачанна свіжа	Капуста білокачанна сушена	0,74	У супах
Капуста цвітна свіжа	Капуста цвітна маринована	0,85	У салатах, супах, овочевих стравах, гарнірах
Цибуля ріпчаста свіжа	Цибуля зелена свіжа	1,05	У салатах
Те саме	Цибуля ріпчаста сушена	0,14	У супах, соусах, тушкованих стравах
•	Цибуля ріпчаста маринована	1,53	У холодних закусках, гарнірах
•	Цибуля ріпчаста пасерована (ужарювання 30%) швидкозаморожена (зі зменшенням закладки у рецептурі маргарину на 0,08 кг)	0,63	У супах, соусах, фаршах
•	Цибуля ріпчаста пасерована (ужарювання 50%) швидкозаморожена (зі зменшенням закладки у рецептурі маргарину на 0,09 кг)	0,43	Те саме
Цибуля-порей свіжа	Цибуля зелена свіжа	0,95	У супах, холодних стравах, гарнірах, стравах з овочів
Морква столова свіжа	Морква столова сушена	0,11	У супах, соусах, тушкованих стравах
Те саме	Морква гарнірна (консерви)	1,40	У рецептурах, де використовується морква столова свіжа
•	Морква бланширована швидкозаморожена	0,80	Те саме
•	Морква пасерована швидкозаморожена (зі зменшенням закладки у рецептурі маргарину на 0,08 кг)	0,55	У супах, соусах, гарнірах
Огірки солоні	Огірки консервовані або мариновані	1,64	У салатах, вінегретах, супах та соусах

1	2	3	4
Огірки солоні або мариновані (маса нетто)	Помідори солоні або мариновані (маса нетто)	1,00	У салатах, вінегретах
Огірки солоні	Патисони консервовані (цілі, нарізані)	1,73	У холодних стравах, гарнірах
Те саме	Кабачки консервовані	1,67	Те саме
Пікулі мариновані	Патисони мариновані	1,00	•
Пастернак, петрушка, селера корені свіжі	Білі корені петрушки, селери та пастернака сушені	0,15	У супах, соусах, при тушкуванні м'яса, риби, овочів
Петрушка кореня свіжа	Білі корені петрушки пасеровані швидкозаморожені (зі зменшенням закладки в рецептурі маргарину на 0,07 кг)	0,48	Те саме
Перець солодкий стручковий	Перець солодкий маринований: цілий	1,53	У холодних, овочевих стравах, гарнірах
Те саме	половинками	1,40	Те саме
Помідори свіжі	Томатне пюре: із вмістом сухих речовин 12 %	0,46	У супах, соусах та при тушкуванні овочів
Те саме	із вмістом сухих речовин 15 %	0,37	Те саме
•	Сік томатний натуральний ⁴	1,22	У супах, соусах та при тушкуванні овочів
•	Консерви. Томати натуральні цілі (округлі плоди)	1,70	У холодних стравах та гарнірах
•	Консерви. Томати натуральні (сливовидні плоди)	1,42	Те саме
Ріпа столова свіжа	Бруква столова свіжа	0,96	У заправочних супах, гарнірах, стравах з овочів
Те саме	Кольрабі свіжа	1,18	Те саме
Буряки столові свіжі	Буряки столові сушені	0,13	У борщах та юшках з буряків
Те саме	Буряки гарнірні або мариновані (консерви)	1,40	У стравах, де використовуються буряки столові свіжі
•	Буряки бланшировані швидкозаморожені	0,80	Те саме
Часник свіжий	Приправа часникова (зі зменшенням закладки солі в рецептурі на 0,25 кг)	1,04	У стравах, де використовується часник свіжий
Гриби білі свіжі	Печериці свіжі	1,07	У супах, соусах, других стравах та фаршах
Печериці свіжі	Гриби білі сушені	0,27	У супах, соусах, других стравах та фаршах
Те саме	Печериці консервовані	0,71	Те саме

1	2	3	4
Яблука свіжі	Яблука цілі, половинками, чвертками (бланшировані у цукровому сиропі) швидко-заморожені	0,8/0,73 ⁵	У солодких стравах
Ткемалі свіжі (алича дрібно-плідна)	Лаваш фруктовий	0,25	Те саме
Брусниця свіжа	Журавлина свіжа	1,00	У салатах із капусти та в солодких стравах
Урюк	Курага, кайса	0,75	У пудингах, соусах, солодких стравах
Родзинки (ізюм, сабза)	Цукати, кайса, курага	1,00	Те саме
Ядро горіха мигдалю солодкого	Ядро грецьких горіхів, фундука, арахісу	1,00	У солодких стравах, пудингах
Повидло, джем	Мармелад фруктовий-ягідний (нарізаний)	0,84	У солодких стравах
Те саме	Варення без кісточок	1,00	Те саме
Томатне пюре з вмістом сухих речовин 12 %	Сік томатний натуральний	2,66	У супах, соусах та при тушкуванні м'яса, риби, овочів тощо
Те саме	Томатне пюре з вмістом сухих речовин:		
	15%	0,80	Те саме
*	20%	0,60	*
*	Томатна паста з вмістом сухих речовин:		
	25—30 %	0,40	*
*	35—40%	0,30	*
*	27—32% (зі зменшенням закладки солі в рецептурі на 0,04 кг)	0,40	*
*	37% (зі зменшенням закладки солі в рецептурі на 0,03 кг)	0,30	*
	Соуси:		
*	томатний гострий	0,41	*
Соус томатний гострий	кубанський	1,00	*
Соус Південний	Схід, Московський, Любителський, Столовий	1,00	У холодних стравах, соусах, стравах з риби, солянках
Гостра ткемалева підлива	Барбарис сушений	0,05	У національних стравах
Аніс	Кмин, бадьян	1,00	Те саме
Ванілін	Ванільний цукор	20,0	У солодких стравах
*	Ванільна есенція	12,7	Те саме

1	2	3	4
Чай чорний байховий нерозфасований	Чай плитковий чорний	1,00	У напоях
Кава натуральна смажена	Кава натуральна розчинна	0,35	Те саме
Мадера	Портвейн	1,00	У соусах
Оцет спиртовий натуральний харчовий 3% -й	Оцет спиртовий натуральний харчовий: 6% -й	0,50	При заправлянні перших страв, холодних страв, при виготовленні розчинів оцту для маринадів
Те саме	9% -й	0,33	Те саме
*	12% -й	0,25	*
*	Оцтова есенція 80% -на	0,04	*
*	Кислота:		У стравах та виробках, де використовується:
	лимонна харчова	0,03	оцет
Кислота лимонна харчова	винна харчова	1,00	лимонна кислота
Желатин	Агароїд	0,70	У солодких жельованих стравах
Шафран посівний	Шафран натуральний (харчова добавка — жовтий каратиноїд Е 164)	1,00	При приготуванні перших страв, страв із м'яса, риби, крупів, борошняних кондитерських і хлібобулочних виробів

¹ При використанні жирів для заправляння під час подавання страв маса замінича така сама.

² Кулінарні жири Східний та маргагуселін не використовують для смаження риби, сирних та деяких овочевих страв (котлет морквяних, бурякових, запіканок).

³ При використанні сирної маси з іншим вмістом жиру або цукру норму замінича треба встановлювати на місцях відповідним розрахунком.

⁴ Розрахунок норми замінича відповідає ГОСТ 937—72.

⁵ Чисельник — маса яблук при розморожуванні на повітрі, знаменник — маса яблук при розморожуванні напівфабрикату в цукровому сиропі.