

Наименование продуктов	без горки	с горкой
Сколько грамм мелкой соли в столовой ложке	25	30
Сколько грамм крупной соли	22	27
Сколько в столовой ложке грамм сахара	20	25
Сколько грамм муки в столовой ложке	16	22
Сколько грамм воды	18	—
Сколько грамм меда в столовой ложке	30	—
Молоко сухое	20	24
Цельное молоко	19	—
Сгущенка	36	—
Сливки	16	—
Сметана	33	43
Творог	35	40
Масло растительное	20	—
Топленое (жидкое) масло	17	—
Масло сливочное	20	25
Семена льна	13	20
Льняное масло	17	—
Томатная паста	33	40
Какао порошок	12	18
Чай	8	12
Кофе молотый	16	22
Гречка	15	20
Рис	20	27
Овсяные хлопья	10	16
Кукурузные хлопья	8	12
Манная крупа	17	23
Перловая крупа	18	23
Фасоль	28	33
Горох	17	21
Молотые сухари	14	20
Сухие дрожжи	10	15
Свежие дрожжи	33	—
Варенье	16	—
Изюм	15	20
Молотые орехи	16	21
Сушеные грибы	8	13
Уксус 9%	18	—
Молотый черный перец	15	20
Лимонная кислота в гранулах	15	18
Сода	21	28
Крахмал	9	12
Желатин	12	17
Майонез	35	42