

Расходы Абатуровых (2 человека) на питание за 1 месяц 2022 года
Период замера — с 27 марта по 26 апреля 2022 года

Название продукта	Масса (кг)	Цена (руб.)
Бескостное мясо (говядина, свинина, куриное филе)	5,712	1051,66
Колбаса вареная (молочная, докторская)	2,101	500,7
Рыба соленая и копченая (филе, рыба потрош. без головы) — сельдь, горбуша, кета, скумбрия, форель	0,802	356,74
Яйцо С2	0,5	47
Сыр твердый (белебеевский, пошехонский, костромской, тильзитер)	2,05	701,05
Сыр мягкий	0,392	112,19
Картофель	11,663	492,92
Овощи (морковь, огурцы, помидоры, лук репчатый, свекла, перец желтый, перец красный)	33,455	3083,21
Зелень (салат ромэн)	0,2	39,9
Молоко (2,5 — 6 %)	7,23	240,94
Сливки 10 %	3,45	311,52
Сметана 15 — 20 %	2,99	442,47
Масло сливочное 72,5 % - 82 %	1,36	228,23
Йогурт 1,5 %	5,5	659
Иные кисломолочные продукты 2,5 — 3,2 % (ацидофиллин, кефир, йогурт, снежок, простокваша, наринэ)	58,7	3581,85
Фрукты (нектарин, слива, груша, дыни, бананы, апельсин красный, лонган)	13,932	949
Кондитерские изделия (торты, круассаны, вафельные трубочки, пирожки с малиной, кулич, баранки)	4,79	956,03
Конфеты птичье молоко (Птица дивная)	2,07	718,87
Конфеты помадные	0,428	55
Имбирь	3,132	219,09
Мука пшеничная высший сорт	6	205,78
Хлеб пшеничный, ржаной	0,65	22,26
Сухари	0,408	8,16
Бутерброд с сыром	0,065	18,93
Чай	0,1	49
Итого	167,58	15002,5