

Livsmedels- nummer	Livsmedelsnamn	Näringsämne	Gammalt värde	Nytt värde
1143	Köttbullar stekta fett ca 15% frysvara	Borttaget livsmedel		
1866	Lakritskonfekt	Borttaget livsmedel		
1873	Saltlakrits	Borttaget livsmedel		
1874	Supersalt lakrits	Borttaget livsmedel		
1	Nöt talg	Jod		0,0
1	Nöt talg	Energi (kcal)	656	656
1	Nöt talg	Salt	0	0
2	Gris späck	Jod		0,0
2	Gris späck	Salt	0	0
3	Gris ister	Jod		0,0
3	Gris ister	Energi (kcal)	884	884
3	Gris ister	Salt	0	0
6	mellan	Summa fleromättade fettsyror	8	8
6	mellan	Summa enkelomättade fettsyror	22	22
6	mellan	Summa mättade fettsyror	27	27
10	culinesse	Energi (kJ)	3017	3034
10	culinesse	Summa mättade fettsyror	7	7
10	culinesse	Summa enkelomättade fettsyror	42	43
10	culinesse	Summa fleromättade fettsyror	29	29
10	culinesse	Energi (kcal)	721	725
52	Räkmajonnäs räksallad gatukök	Salt	1	1
53	Majonnäs lätt fett 30%	Disackarider	4	4
53	Majonnäs lätt fett 30%	Summa mättade fettsyror	2	2
53	Majonnäs lätt fett 30%	Summa enkelomättade fettsyror	19	19
53	Majonnäs lätt fett 30%	Summa fleromättade fettsyror	8	8
53	Majonnäs lätt fett 30%	Protein	1	2
53	Majonnäs lätt fett 30%	Salt	1	1
55	Mimosasallad (beräknat)	Energi (kJ)	614	614
55	Mimosasallad (beräknat)	Disackarider	3	3
55	Mimosasallad (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
55	Mimosasallad (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	6	6
55	Mimosasallad (beräknat)	Summa mättade fettsyror	3	3
55	Mimosasallad (beräknat)	Protein	1	1
55	Mimosasallad (beräknat)	Energi (kcal)	147	147
55	Mimosasallad (beräknat)	Salt	0	0
56	Rödbetssallad m. gräddfil (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
56	Rödbetssallad m. gräddfil (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
56	Rödbetssallad m. gräddfil (beräknat)	Vitamin B6	0,0	0,0
56	Rödbetssallad m. gräddfil (beräknat)	Protein	1	1
56	Rödbetssallad m. gräddfil (beräknat)	Kolhydrater	10	10
56	Rödbetssallad m. gräddfil (beräknat)	Salt	1	1
57	Sallad m. skaldjur majonnäs dressing (beräknat)	Energi (kJ)	463	463
57	Sallad m. skaldjur majonnäs dressing (beräknat)	Disackarider	1	1
57	Sallad m. skaldjur majonnäs dressing (beräknat)	Monosackarider	1	1
57	Sallad m. skaldjur majonnäs dressing (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
57	Sallad m. skaldjur majonnäs dressing (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
57	Sallad m. skaldjur majonnäs dressing (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
57	Sallad m. skaldjur majonnäs dressing (beräknat)	Protein	6	6

57	Sallad m. skaldjur majonnäs dressing (beräknat)	Vitamin K	11,3	
57	Sallad m. skaldjur majonnäs dressing (beräknat)	Kolhydrater	2	2
57	Sallad m. skaldjur majonnäs dressing (beräknat)	Energi (kcal)	111	111
57	Sallad m. skaldjur majonnäs dressing (beräknat)	Salt	1	1
58	Bearnaisesås hemlagad (beräknat)	Disackarider	0	0
58	Bearnaisesås hemlagad (beräknat)	Energi (kJ)	2076	2133
58	Bearnaisesås hemlagad (beräknat)	Summa mättade fettsyror	6	6
58	Bearnaisesås hemlagad (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	31	31
58	Bearnaisesås hemlagad (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	14	16
58	Bearnaisesås hemlagad (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,1	0,1
58	Bearnaisesås hemlagad (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
58	Bearnaisesås hemlagad (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,1	0,1
58	Bearnaisesås hemlagad (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	3,8	4,0
58	Bearnaisesås hemlagad (beräknat)	Stearinsyra C18:0	1,4	1,4
58	Bearnaisesås hemlagad (beräknat)	Socker totalt	0	0
58	Bearnaisesås hemlagad (beräknat)	Jod	26,0	26,0
58	Bearnaisesås hemlagad (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,3	0,3
58	Bearnaisesås hemlagad (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,3	0,3
58	Bearnaisesås hemlagad (beräknat)	Oljesyra C18:1	30,0	30,0
58	Bearnaisesås hemlagad (beräknat)	Linolsyra C18:2	10,2	11,7
58	Bearnaisesås hemlagad (beräknat)	Linolensyra C18:3	4,0	3,7
58	Bearnaisesås hemlagad (beräknat)	Protein	3	3
58	Bearnaisesås hemlagad (beräknat)	Fett	54,4	55,9
58	Bearnaisesås hemlagad (beräknat)	Fosfor	86	86
58	Bearnaisesås hemlagad (beräknat)	Vitamin D	4,4	3,7
58	Bearnaisesås hemlagad (beräknat)	Vitamin E	15,1	16,3
58	Bearnaisesås hemlagad (beräknat)	β-Karoten	185	145
58	Bearnaisesås hemlagad (beräknat)	Energi (kcal)	496	510
58	Bearnaisesås hemlagad (beräknat)	Aska	1	1
58	Bearnaisesås hemlagad (beräknat)	Vatten	40	39
58	Bearnaisesås hemlagad (beräknat)	Avfall (skal etc.)	0	0
58	Bearnaisesås hemlagad (beräknat)	Kolhydrater	1	1
58	Bearnaisesås hemlagad (beräknat)	Natrium	258	222
58	Bearnaisesås hemlagad (beräknat)	Vitamin A	268	197
58	Bearnaisesås hemlagad (beräknat)	Retinol	252	184
58	Bearnaisesås hemlagad (beräknat)	Salt	1	1
58	Bearnaisesås hemlagad (beräknat)	Niacinekvivalenter	0,7	0,7
59	Hollandaisesås hemlagad (beräknat)	Energi (kJ)	2094	2094
59	Hollandaisesås hemlagad (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	7	7
59	Hollandaisesås hemlagad (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	17	17
59	Hollandaisesås hemlagad (beräknat)	Summa mättade fettsyror	28	28
59	Hollandaisesås hemlagad (beräknat)	Protein	3	3
59	Hollandaisesås hemlagad (beräknat)	Energi (kcal)	501	501
59	Hollandaisesås hemlagad (beräknat)	Salt	1	1
60	Rhode Islandsås hemlagad (beräknat)	Disackarider	4	4
60	Rhode Islandsås hemlagad (beräknat)	Energi (kJ)	1504	1504
60	Rhode Islandsås hemlagad (beräknat)	Summa mättade fettsyror	9	9
60	Rhode Islandsås hemlagad (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	20	20
60	Rhode Islandsås hemlagad (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	6	6
60	Rhode Islandsås hemlagad (beräknat)	Protein	2	2

60	Rhode Islandsås hemlagad (beräknat)	Energi (kcal)	359	359
60	Rhode Islandsås hemlagad (beräknat)	Kolhydrater	6	6
60	Rhode Islandsås hemlagad (beräknat)	Salt	1	1
62	Dressing vinäggrett fett 65%	Jod		0,0
92	Brieost vitmögelost fett 34%	Vitamin A	361	361
92	Brieost vitmögelost fett 34%	Salt	1	1
93	Ädelost grönmögelost fett 17%	Monosackarider	1	1
93	Ädelost grönmögelost fett 17%	Disackarider	0	0
93	Ädelost grönmögelost fett 17%	Summa mättade fettsyror	13	13
93	Ädelost grönmögelost fett 17%	Summa enkelomättade fettsyror	6	6
93	Ädelost grönmögelost fett 17%	Summa fleromättade fettsyror	1	1
93	Ädelost grönmögelost fett 17%	Socker totalt	1	1
93	Ädelost grönmögelost fett 17%	Protein	31	31
93	Ädelost grönmögelost fett 17%	Salt	3	3
94	Salladsost fett 22%	Disackarider	0	0
94	Salladsost fett 22%	Summa fleromättade fettsyror	1	1
94	Salladsost fett 22%	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
94	Salladsost fett 22%	Protein	17	17
94	Salladsost fett 22%	Vitamin K	29,2	29,2
94	Salladsost fett 22%	Salt	2	2
95	Ost hårdost fett 17%	Energi (kJ)	1170	1170
95	Ost hårdost fett 17%	Summa mättade fettsyror	11	11
95	Ost hårdost fett 17%	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
95	Ost hårdost fett 17%	Summa fleromättade fettsyror	0	0
95	Ost hårdost fett 17%	Energi (kcal)	280	280
95	Ost hårdost fett 17%	Salt	1	1
96	Ost hårdost fett 28%	Summa fleromättade fettsyror	1	1
96	Ost hårdost fett 28%	Summa enkelomättade fettsyror	6	6
96	Ost hårdost fett 28%	Summa mättade fettsyror	18	18
96	Ost hårdost fett 28%	Vitamin B6	0,0	0,1
96	Ost hårdost fett 28%	Protein	26	26
96	Ost hårdost fett 28%	Vitamin K	28,7	28,7
96	Ost hårdost fett 28%	Salt	1	1
97	Ost hårdost fett 31%	Summa mättade fettsyror	21	21
97	Ost hårdost fett 31%	Summa enkelomättade fettsyror	7	7
97	Ost hårdost fett 31%	Summa fleromättade fettsyror	1	1
97	Ost hårdost fett 31%	Palmitinsyra C16:0	9,6	9,6
97	Ost hårdost fett 31%	Vitamin B6	0,0	0,0
97	Ost hårdost fett 31%	Vitamin K	30,5	30,5
97	Ost hårdost fett 31%	Salt	1	1
98	Brieost vitmögelost fett 30%	Monosackarider	0	0
98	Brieost vitmögelost fett 30%	Summa fleromättade fettsyror	1	1
98	Brieost vitmögelost fett 30%	Summa mättade fettsyror	19	20
98	Brieost vitmögelost fett 30%	Vitamin B6	0,0	0,1
98	Brieost vitmögelost fett 30%	Protein	17	17
98	Brieost vitmögelost fett 30%	Vitamin K	11,8	11,9
98	Brieost vitmögelost fett 30%	Salt	1	1
100	Ost halloumi rå fett 22%	Monosackarider	0	0
100	Ost halloumi rå fett 22%	Disackarider	1	1
100	Ost halloumi rå fett 22%	Summa mättade fettsyror	15	15

100	Ost halloumi rå fett 22%	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
100	Ost halloumi rå fett 22%	Vitamin B6	0,0	0,0
100	Ost halloumi rå fett 22%	Protein	22	22
100	Ost halloumi rå fett 22%	Vitamin K	6,5	6,5
101	Färskost fett 33%	Salt	1	1
130	Mellanfil fett 1,5% berikad	Kolhydrater	5	5
133	Mjölkdryck jordgubb fett 1,5% berikad	Disackarider	7	7
133	Mjölkdryck jordgubb fett 1,5% berikad	Monosackarider	0	0
133	Mjölkdryck jordgubb fett 1,5% berikad	Summa fleromättade fettsyror	0	0
133	Mjölkdryck jordgubb fett 1,5% berikad	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
133	Mjölkdryck jordgubb fett 1,5% berikad	Summa mättade fettsyror	1	1
133	Mjölkdryck jordgubb fett 1,5% berikad	Socker totalt	7	7
133	Mjölkdryck jordgubb fett 1,5% berikad	Protein	3	3
133	Mjölkdryck jordgubb fett 1,5% berikad	Vitamin E	0,0	0,1
133	Mjölkdryck jordgubb fett 1,5% berikad	Vitamin A	23	23
133	Mjölkdryck jordgubb fett 1,5% berikad	Salt	0	0
135	Yoghurt naturell lätt fett 0,5% berikad	Summa mättade fettsyror	0	0
135	Yoghurt naturell lätt fett 0,5% berikad	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
135	Yoghurt naturell lätt fett 0,5% berikad	Summa fleromättade fettsyror	0	0
135	Yoghurt naturell lätt fett 0,5% berikad	Salt	0	0
136	Fruktyoghurt fett 2%	Summa fleromättade fettsyror	0	0
136	Fruktyoghurt fett 2%	Summa enkelomättade fettsyror	0	1
136	Fruktyoghurt fett 2%	Summa mättade fettsyror	1	1
136	Fruktyoghurt fett 2%	Salt	0	0
137	Fruktyoghurt delikatessyoghurt fett 7%	Summa mättade fettsyror	5	5
137	Fruktyoghurt delikatessyoghurt fett 7%	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
137	Fruktyoghurt delikatessyoghurt fett 7%	Summa fleromättade fettsyror	0	0
137	Fruktyoghurt delikatessyoghurt fett 7%	Salt	0	0
138	Fruktyoghurt lätt fett<0,05%	Disackarider	9	9
138	Fruktyoghurt lätt fett<0,05%	Monosackarider	1	1
138	Fruktyoghurt lätt fett<0,05%	Protein	4	4
138	Fruktyoghurt lätt fett<0,05%	Vitamin D	0,0	1,0
138	Fruktyoghurt lätt fett<0,05%	Salt	0	0
139	Fruktyoghurt fett 5%	Disackarider	11	11
139	Fruktyoghurt fett 5%	Summa mättade fettsyror	3	3
139	Fruktyoghurt fett 5%	Summa fleromättade fettsyror	0	0
139	Fruktyoghurt fett 5%	Protein	6	6
139	Fruktyoghurt fett 5%	Vitamin A	43	43
139	Fruktyoghurt fett 5%	Salt	0	0
140	Fruktyoghurt fett 1,3%	Disackarider	11	11
140	Fruktyoghurt fett 1,3%	Monosackarider	1	1
140	Fruktyoghurt fett 1,3%	Summa fleromättade fettsyror	0	0
140	Fruktyoghurt fett 1,3%	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
140	Fruktyoghurt fett 1,3%	Protein	7	7
140	Fruktyoghurt fett 1,3%	Vitamin A	39	39
142	Kefir fett 3% berikad	Summa mättade fettsyror	2	2
142	Kefir fett 3% berikad	Summa fleromättade fettsyror	0	0
142	Kefir fett 3% berikad	Jod		10,5
175	Hårt bröd fullkorn råg fibrer 15,5% typ delikatess	Disackarider	2	2
175	Hårt bröd fullkorn råg fibrer 15,5% typ delikatess	Energi (kJ)	1468	1468

175	Hårt bröd fullkorn råg fibrer 15,5% typ delikatess	Summa mättade fettsyror	0	0
175	Hårt bröd fullkorn råg fibrer 15,5% typ delikatess	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
175	Hårt bröd fullkorn råg fibrer 15,5% typ delikatess	Summa fleromättade fettsyror	1	1
175	Hårt bröd fullkorn råg fibrer 15,5% typ delikatess	Socker totalt	3	3
175	Hårt bröd fullkorn råg fibrer 15,5% typ delikatess	Energi (kcal)	351	351
175	Hårt bröd fullkorn råg fibrer 15,5% typ delikatess	Salt	1	1
178	8%	Energi (kJ)	1586	1586
178	8%	Summa fleromättade fettsyror	2	2
178	8%	Summa mättade fettsyror	1	1
178	8%	Energi (kcal)	379	379
178	8%	Salt	1	1
180	Hårt bröd vete m. vallmofrö fibrer 6% typ frukost	Energi (kJ)	1700	1700
180	Hårt bröd vete m. vallmofrö fibrer 6% typ frukost	Summa mättade fettsyror	2	1
180	Hårt bröd vete m. vallmofrö fibrer 6% typ frukost	Summa enkelomättade fettsyror	3	2
180	Hårt bröd vete m. vallmofrö fibrer 6% typ frukost	Summa fleromättade fettsyror	3	2
180	Hårt bröd vete m. vallmofrö fibrer 6% typ frukost	Myristinsyra C14:0	0,0	0,0
180	Hårt bröd vete m. vallmofrö fibrer 6% typ frukost	Palmitinsyra C16:0	1,4	1,1
180	Hårt bröd vete m. vallmofrö fibrer 6% typ frukost	Stearinsyra C18:0	0,2	0,2
180	Hårt bröd vete m. vallmofrö fibrer 6% typ frukost	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
180	Hårt bröd vete m. vallmofrö fibrer 6% typ frukost	Oljesyra C18:1	2,6	2,1
180	Hårt bröd vete m. vallmofrö fibrer 6% typ frukost	Linolsyra C18:2	2,7	2,1
180	Hårt bröd vete m. vallmofrö fibrer 6% typ frukost	Energi (kcal)	406	406
181	Hårt bröd vete m. socker kanel fibrer ca 7%	Summa fleromättade fettsyror	1	1
181	Hårt bröd vete m. socker kanel fibrer ca 7%	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
181	Hårt bröd vete m. socker kanel fibrer ca 7%	Summa mättade fettsyror	2	2
182	Hårt bröd glutenfritt fibrer ca 3%	Energi (kJ)	1609	1609
182	Hårt bröd glutenfritt fibrer ca 3%	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
182	Hårt bröd glutenfritt fibrer ca 3%	Energi (kcal)	385	385
183	örtkryddor fibrer 10,5%	Energi (kJ)	1634	1634
183	örtkryddor fibrer 10,5%	Summa fleromättade fettsyror	1	1
183	örtkryddor fibrer 10,5%	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
183	örtkryddor fibrer 10,5%	Summa mättade fettsyror	2	2
183	örtkryddor fibrer 10,5%	Socker totalt	8	8
210	Bröd fullkorn graham m. mjölk fibrer ca 5%	Summa fleromättade fettsyror	1	1
210	Bröd fullkorn graham m. mjölk fibrer ca 5%	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
210	Bröd fullkorn graham m. mjölk fibrer ca 5%	Summa mättade fettsyror	1	1
210	Bröd fullkorn graham m. mjölk fibrer ca 5%	Jod		2,3
213	Bröd fullkorn råg typ rallarhalvor	Monosackarider	2	2
213	Bröd fullkorn råg typ rallarhalvor	Disackarider	2	2
213	Bröd fullkorn råg typ rallarhalvor	Summa mättade fettsyror	0	0
213	Bröd fullkorn råg typ rallarhalvor	Summa enkelomättade fettsyror	0	1
213	Bröd fullkorn råg typ rallarhalvor	Summa fleromättade fettsyror	1	1
213	Bröd fullkorn råg typ rallarhalvor	Protein	6	6
213	Bröd fullkorn råg typ rallarhalvor	Vitamin K	2,3	2,3
213	Bröd fullkorn råg typ rallarhalvor	Salt	1	1
214	Bröd fullkorn råg osötat fibrer ca 5%	Summa fleromättade fettsyror	1	1
214	Bröd fullkorn råg osötat fibrer ca 5%	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
214	Bröd fullkorn råg osötat fibrer ca 5%	Summa mättade fettsyror	0	0
214	Bröd fullkorn råg osötat fibrer ca 5%	Kolhydrater	46	46
214	Bröd fullkorn råg osötat fibrer ca 5%	Salt	1	1

216	Hårt bröd tunnbröd fullkorn vete råg korn havre	Monosackarider	1	1
216	Hårt bröd tunnbröd fullkorn vete råg korn havre	Disackarider	2	2
216	Hårt bröd tunnbröd fullkorn vete råg korn havre	Protein	10	10
216	Hårt bröd tunnbröd fullkorn vete råg korn havre	Fett	3,5	2,5
216	Hårt bröd tunnbröd fullkorn vete råg korn havre	Vitamin K	1,6	1,6
216	Hårt bröd tunnbröd fullkorn vete råg korn havre	Salt	1	1
217	tunnbröd	Summa fleromättade fettsyror	1	1
217	tunnbröd	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
217	tunnbröd	Kolhydrater	52	52
217	tunnbröd	Salt	1	1
219	Bröd fullkorn råg m. potatis fibrer ca 5%	Summa mättade fettsyror	0	0
219	Bröd fullkorn råg m. potatis fibrer ca 5%	Summa enkelomättade fettsyror	0	1
219	Bröd fullkorn råg m. potatis fibrer ca 5%	Summa fleromättade fettsyror	0	0
219	Bröd fullkorn råg m. potatis fibrer ca 5%	Jod		2,3
219	Bröd fullkorn råg m. potatis fibrer ca 5%	Kolhydrater	52	52
219	Bröd fullkorn råg m. potatis fibrer ca 5%	Salt	1	1
222	Bröd vitt vatten fibrer ca 3% typ ostfralla	Summa fleromättade fettsyror	1	1
222	Bröd vitt vatten fibrer ca 3% typ ostfralla	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
222	Bröd vitt vatten fibrer ca 3% typ ostfralla	Summa mättade fettsyror	1	1
222	Bröd vitt vatten fibrer ca 3% typ ostfralla	Kolhydrater	47	47
255	Pytt i panna tillagad frysvara	Protein	5	5
255	Pytt i panna tillagad frysvara	Vitamin K	5,2	5,2
255	Pytt i panna tillagad frysvara	Salt	2	2
257	Janssons frestelse (beräknat)	Kolesterol	35	31
257	Janssons frestelse (beräknat)	Monosackarider	1	1
257	Janssons frestelse (beräknat)	Disackarider	2	2
257	Janssons frestelse (beräknat)	Energi (kJ)	710	671
257	Janssons frestelse (beräknat)	Summa mättade fettsyror	6	5
257	Janssons frestelse (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
257	Janssons frestelse (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
257	Janssons frestelse (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,6	0,5
257	Janssons frestelse (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,3	0,2
257	Janssons frestelse (beräknat)	Myristinsyra C14:0	1,0	0,8
257	Janssons frestelse (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	3,0	2,6
257	Janssons frestelse (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,9	0,7
257	Janssons frestelse (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
257	Janssons frestelse (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
257	Janssons frestelse (beräknat)	EPA (C20:5)	0,1	0,1
257	Janssons frestelse (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
257	Janssons frestelse (beräknat)	DHA (C22:6)	0,1	0,1
257	Janssons frestelse (beräknat)	Vitamin B12	0,8	0,9
257	Janssons frestelse (beräknat)	Vitamin B6	0,2	0,2
257	Janssons frestelse (beräknat)	Folat	11	11
257	Janssons frestelse (beräknat)	Socker totalt	2	2
257	Janssons frestelse (beräknat)	Fullkorn totalt	0	0
257	Janssons frestelse (beräknat)	Jod	7,9	8,1
257	Janssons frestelse (beräknat)	Järn	0,4	0,4
257	Janssons frestelse (beräknat)	Kalcium	44,6	45,9
257	Janssons frestelse (beräknat)	Kalium	312	314
257	Janssons frestelse (beräknat)	Magnesium	19,3	19,4

257	Janssons frestelse (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
257	Janssons frestelse (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,3	0,2
257	Janssons frestelse (beräknat)	Oljesyra C18:1	2,3	2,1
257	Janssons frestelse (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,3	0,3
257	Janssons frestelse (beräknat)	Protein	4	4
257	Janssons frestelse (beräknat)	Fibrer	2	2
257	Janssons frestelse (beräknat)	Fett	10,7	9,6
257	Janssons frestelse (beräknat)	Fosfor	71	72
257	Janssons frestelse (beräknat)	Vitamin D	1,7	1,7
257	Janssons frestelse (beräknat)	Vitamin E	0,4	0,4
257	Janssons frestelse (beräknat)	β-Karoten	67	57
257	Janssons frestelse (beräknat)	Energi (kcal)	170	161
257	Janssons frestelse (beräknat)	Aska	2	2
257	Janssons frestelse (beräknat)	Vatten	68	69
257	Janssons frestelse (beräknat)	Kolhydrater	14	14
257	Janssons frestelse (beräknat)	Natrium	358	360
257	Janssons frestelse (beräknat)	Selen	2,9	2,9
257	Janssons frestelse (beräknat)	Zink	0,48	0,48
257	Janssons frestelse (beräknat)	Vitamin A	89	79
257	Janssons frestelse (beräknat)	Retinol	84	75
257	Janssons frestelse (beräknat)	Salt	1	1
257	Janssons frestelse (beräknat)	Tillsatt socker	0	0
257	Janssons frestelse (beräknat)	Fritt socker	0	0
257	Janssons frestelse (beräknat)	Niacinekvivalenter	2,3	2,3
257	Janssons frestelse (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
257	Janssons frestelse (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
257	Janssons frestelse (beräknat)	Vitamin C	10	10
257	Janssons frestelse (beräknat)	Niacin	1,6	1,6
258	Laxpudding (beräknat)	Energi (kJ)	465	465
258	Laxpudding (beräknat)	Disackarider	2	2
258	Laxpudding (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
258	Laxpudding (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
258	Laxpudding (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
258	Laxpudding (beräknat)	Protein	8	8
258	Laxpudding (beräknat)	Avfall (skal etc.)	13	11
258	Laxpudding (beräknat)	Energi (kcal)	111	111
258	Laxpudding (beräknat)	Salt	1	1
259	Sillpudding (beräknat)	Disackarider	2	2
259	Sillpudding (beräknat)	Energi (kJ)	523	523
259	Sillpudding (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
259	Sillpudding (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
259	Sillpudding (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
259	Sillpudding (beräknat)	Protein	8	8
259	Sillpudding (beräknat)	Energi (kcal)	125	125
259	Sillpudding (beräknat)	Salt	1	1
260	Bakad potatis m. skagenröra sallad	Disackarider	0	0
260	Bakad potatis m. skagenröra sallad	Monosackarider	1	1
260	Bakad potatis m. skagenröra sallad	Summa fleromättade fettsyror	3	3
260	Bakad potatis m. skagenröra sallad	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
260	Bakad potatis m. skagenröra sallad	Summa mättade fettsyror	2	2

260	Bakad potatis m. skagenröra sallad	Vitamin A	21	22
260	Bakad potatis m. skagenröra sallad	Salt	0	0
261	Potatissallad m. gräddfil majonnäs (beräknat)	Energi (kJ)	648	648
261	Potatissallad m. gräddfil majonnäs (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
261	Potatissallad m. gräddfil majonnäs (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	6	6
261	Potatissallad m. gräddfil majonnäs (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
261	Potatissallad m. gräddfil majonnäs (beräknat)	Protein	2	2
261	Potatissallad m. gräddfil majonnäs (beräknat)	Energi (kcal)	155	155
261	Potatissallad m. gräddfil majonnäs (beräknat)	Kolhydrater	14	14
261	Potatissallad m. gräddfil majonnäs (beräknat)	Salt	1	1
262	Potatissoppa m. purjolök (beräknat)	Energi (kJ)	205	204
262	Potatissoppa m. purjolök (beräknat)	Disackarider	0	0
262	Potatissoppa m. purjolök (beräknat)	Kolesterol	2	2
262	Potatissoppa m. purjolök (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,1	0,1
262	Potatissoppa m. purjolök (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
262	Potatissoppa m. purjolök (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
262	Potatissoppa m. purjolök (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
262	Potatissoppa m. purjolök (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,1	0,1
262	Potatissoppa m. purjolök (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,3	0,3
262	Potatissoppa m. purjolök (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,1	0,1
262	Potatissoppa m. purjolök (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
262	Potatissoppa m. purjolök (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
262	Potatissoppa m. purjolök (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
262	Potatissoppa m. purjolök (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
262	Potatissoppa m. purjolök (beräknat)	Socker totalt	1	1
262	Potatissoppa m. purjolök (beräknat)	Folat	12	12
262	Potatissoppa m. purjolök (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
262	Potatissoppa m. purjolök (beräknat)	Vitamin B12	0,0	0,0
262	Potatissoppa m. purjolök (beräknat)	Magnesium	9,4	9,4
262	Potatissoppa m. purjolök (beräknat)	Kalium	134	134
262	Potatissoppa m. purjolök (beräknat)	Kalcium	11,8	11,9
262	Potatissoppa m. purjolök (beräknat)	Järn	0,2	0,2
262	Potatissoppa m. purjolök (beräknat)	Jod	21,0	21,0
262	Potatissoppa m. purjolök (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,2	0,2
262	Potatissoppa m. purjolök (beräknat)	Oljesyra C18:1	0,7	0,7
262	Potatissoppa m. purjolök (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
262	Potatissoppa m. purjolök (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
262	Potatissoppa m. purjolök (beräknat)	Fosfor	21	21
262	Potatissoppa m. purjolök (beräknat)	Fett	1,8	1,8
262	Potatissoppa m. purjolök (beräknat)	Protein	1	1
262	Potatissoppa m. purjolök (beräknat)	β-Karoten	65	64
262	Potatissoppa m. purjolök (beräknat)	Vitamin E	0,4	0,4
262	Potatissoppa m. purjolök (beräknat)	Vitamin D	0,1	0,0
262	Potatissoppa m. purjolök (beräknat)	Kolhydrater	7	7
262	Potatissoppa m. purjolök (beräknat)	Avfall (skal etc.)	1	1
262	Potatissoppa m. purjolök (beräknat)	Vatten	88	88
262	Potatissoppa m. purjolök (beräknat)	Aska	1	1
262	Potatissoppa m. purjolök (beräknat)	Energi (kcal)	49	49
262	Potatissoppa m. purjolök (beräknat)	Retinol	10	8
262	Potatissoppa m. purjolök (beräknat)	Vitamin A	15	13

262	Potatissoppa m. purjolök (beräknat)	Zink	0,10	0,10
262	Potatissoppa m. purjolök (beräknat)	Selen	0,0	0,0
262	Potatissoppa m. purjolök (beräknat)	Natrium	411	411
262	Potatissoppa m. purjolök (beräknat)	Salt	1	1
262	Potatissoppa m. purjolök (beräknat)	Niacin	0,7	0,7
262	Potatissoppa m. purjolök (beräknat)	Vitamin C	7	7
262	Potatissoppa m. purjolök (beräknat)	Riboflavin	0,0	0,0
262	Potatissoppa m. purjolök (beräknat)	Tiamin	0,0	0,0
262	Potatissoppa m. purjolök (beräknat)	Niacinekvivalenter	0,9	0,9
263	Pytt i panna m. rotfrukt svamp veg. (beräknat)	Disackarider	2	2
263	Pytt i panna m. rotfrukt svamp veg. (beräknat)	Energi (kJ)	339	342
263	Pytt i panna m. rotfrukt svamp veg. (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
263	Pytt i panna m. rotfrukt svamp veg. (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
263	Pytt i panna m. rotfrukt svamp veg. (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
263	Pytt i panna m. rotfrukt svamp veg. (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
263	Pytt i panna m. rotfrukt svamp veg. (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
289	Morot	Protein	1	1
289	Morot	Vitamin K	8,0	8,0
289	Morot	Salt	0	0
290	Palsternacka	Protein	2	2
290	Palsternacka	Salt	0	0
291	Pepparrot	Protein	3	3
292	Rotselleri	Protein	1	1
292	Rotselleri	Vitamin K	0,8	0,8
292	Rotselleri	Salt	0	0
293	Rädisa	Summa mättade fettsyror	0	0
293	Rädisa	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
293	Rädisa	Summa fleromättade fettsyror	0	0
293	Rädisa	Protein	1	1
293	Rädisa	Salt	0	0
294	Rödbeta	Summa fleromättade fettsyror	0	0
294	Rödbeta	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
294	Rödbeta	Summa mättade fettsyror	0	0
294	Rödbeta	Protein	1	1
294	Rödbeta	Salt	0	0
295	Rättika	Jod		1,1
295	Rättika	Salt	0	0
296	Rotpersilja	Jod		0,4
296	Rotpersilja	Salt	0	0
297	Majrova	Jod		0,0
297	Majrova	Salt	0	0
298	Svartrot	Jod		0,2
298	Svartrot	Salt	0	0
299	Morot konserv. m. lag	Jod		0,3
333	Champinjon	Protein	2	2
334	Friséesallat	Disackarider	1	0
334	Friséesallat	Monosackarider	0	1
334	Friséesallat	Energi (kJ)	62	71
334	Friséesallat	Summa fleromättade fettsyror	0	0
334	Friséesallat	Summa mättade fettsyror	0	0

334	Friséesallat	Palmitinsyra C16:0	0,0	0,0
334	Friséesallat	Linolensyra C18:3	0,0	0,1
334	Friséesallat	Socker totalt	1	1
334	Friséesallat	Folat	142	140
334	Friséesallat	Magnesium	15,0	10,0
334	Friséesallat	Kalium	315	380
334	Friséesallat	Kalcium	52,0	44,0
334	Friséesallat	Järn	0,8	2,8
334	Friséesallat	Jod	6,4	1,0
334	Friséesallat	Linolsyra C18:2	0,1	0,1
334	Friséesallat	Fosfor	28	67
334	Friséesallat	Fibrer	2	2
334	Friséesallat	Protein	1	2
334	Friséesallat	Vitamin E	0,1	0,0
334	Friséesallat	Vatten	94	94
334	Friséesallat	Energi (kcal)	15	17
334	Friséesallat	Vitamin A	103	103
334	Friséesallat	Zink	0,80	0,20
334	Friséesallat	Natrium	22	10
334	Friséesallat	Salt	0	0
334	Friséesallat	Vitamin C	7	12
334	Friséesallat	Riboflavin	0,1	0,1
334	Friséesallat	Tiamin	0,1	0,1
334	Friséesallat	Niacinekvalenter	0,6	0,7
335	Endivesallat	Jod	0,4	1,0
335	Endivesallat	Salt	0	0
336	Fänsallat	Salt	0	0
4	Kokosfett			
5	Bregott			
12	Hushållsmargarin fett 80% berikad typ Melba			
13	Hushållsmargarin fett 80% berikad typ Milda			
38	Sesamolja			
39	Sojaolja			
63	Bearnaisesås tillagad frysvara el. pulver			
108	Färskost cream cheese lätt fett 15%			
174	vetegroddar fibrer 24%			
188	fibrer ca 5%			
256	Sjömansbiff frysvara			
271	hemlagad			
286	purjolök rotselleri frysvara			
301	Morotsjuice			
302	Rotmos hemlagad			
350	Paprika grön			
351	Paprika röd			
353	Pumpa			
362	Squash			
406	Surkål konserv. m. lag			
408	Tomatjuice konserv. drickf.			
413	Gröna ärtor konserv. u. lag			
488	Bostongurka			

490	Saltgurka u. lag			
523	Hallon			
524	Hallon m. socker frysvara			
527	Jordgubbar hela m. socker frysvara			
545	Grönsaksbuljong ätf.			
552	Aprikos			
561	Fikon			
579	Passionsfrukt			
584	Tranbär			
588	Äpple m. skal			
590	Hallon frysvara			
591	Björnbär frysvara			
592	Björnbär m. socker frysvara			
614	Ananas konserv. m. juice			
617	Ananas konserv. m. sockerlag			
641	Apelsinjuice färskpressad			
647	Småcitrusjuice färskpressad			
649	Grapefruktjuice färskpressad			
652	Limejuice färskpressad			
664	Aprikosnektar pastöriserad drickf.			
726	Frukostflingor vete puffat m. honung berikad			
810	Rismjöl vitt			
811	Risdiet flingor			
828	Mannagryn			
906	Sojamjöl fett ca 20%			
916	grillkorv (beräknat)			
1009	Gris skinka rökt fett 6%			
1136	Biff à la Lindström stekt frysvara			
1157	Fasan rå m. skinn			
1216	Hönsbuljong pasta el. pulver storhushåll			
1217	Köttbuljong pulver tärning			
1284	Saltsill urvattnad konserv.			
1286	Lax rimmad			
1327	Saltsill kokt (beräknat)			
1346	Laxpastej lättrokt			
1347	Böcklingpastej			
1371	Fisk m. mandel ströbröd frysvara			
40	Solrosolja	Summa mättade fettsyror	10	10
40	Solrosolja	Summa enkelomättade fettsyror	29	29
40	Solrosolja	Summa fleromättade fettsyror	56	56
1425	Hårt bröd blodbröd fullkorn			
1428	Blodpudding blodkorv fett 14%			
1431	Blodpudding blodkorv stekt fett 13% (beräknat)			
1450	Gris njure rå			
1470	Gåsleverpastej konserv. rökt			
1487	Korv falukorv fett 19% kött 58%			
1516	Korv prinskorv kött 61%			
1527	Korv falukorv stekt fett 19% kött 58% (beräknat)			
1541	Pölsa stekt värmd (beräknat)			
1543	Pölsa			

1583	Popcorn mikropoocorn poppade fett ca 15%			
1829	Läsk cola			
1831	Läsk cola light			
40	Solrosolja	Vitamin K	4,2	4,2
41	Vetegroddsolja	Jod		0,0
42	Dressing konserv. fett ca 25%	Salt	2	2
45	kylvara	Salt	2	2
49	Dressing fett 0%	Energi (kJ)	250	250
49	Dressing fett 0%	Jod		0,0
49	Dressing fett 0%	Energi (kcal)	60	60
49	Dressing fett 0%	Salt	0	0
50	Majonnäs fett 80%	Disackarider	1	2
50	Majonnäs fett 80%	Summa fleromättade fettsyror	20	20
50	Majonnäs fett 80%	Summa enkelomättade fettsyror	44	44
50	Majonnäs fett 80%	Summa mättade fettsyror	5	5
50	Majonnäs fett 80%	Protein	1	1
50	Majonnäs fett 80%	Salt	1	1
51	Gurkmajonnäs gursallad gatukök	Salt	0	1
80	Ost hårdost fett 38%	Energi (kcal)	421	421
80	Ost hårdost fett 38%	Salt	1	1
81	Camembert vitmögelost fett 23%	Salt	2	2
82	Ädelost grönmögelost fett 30%	Vitamin A	253	244
82	Ädelost grönmögelost fett 30%	Salt	3	3
83	Mjukost smältost fett 8%	Salt	2	2
84	Mjukost smältost fett 10%	Jod		6,0
85	Mjukost smältost fett 20%	Jod		11,0
86	Mjukost smältost fett ca 16%	Salt	2	2
87	Mjukost smältost fett 4%	Jod		6,0
92	Brieost vitmögelost fett 34%	Disackarider	0	0
92	Brieost vitmögelost fett 34%	Monosackarider	0	0
92	Brieost vitmögelost fett 34%	Summa fleromättade fettsyror	1	1
92	Brieost vitmögelost fett 34%	Summa enkelomättade fettsyror	9	9
92	Brieost vitmögelost fett 34%	Summa mättade fettsyror	21	21
92	Brieost vitmögelost fett 34%	Socker totalt	0	0
92	Brieost vitmögelost fett 34%	Protein	17	17
120	Lättfil fett 0,5% berikad	Summa mättade fettsyror	0	0
120	Lättfil fett 0,5% berikad	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
120	Lättfil fett 0,5% berikad	Summa fleromättade fettsyror	0	0
120	Lättfil fett 0,5% berikad	Kolhydrater	5	5
120	Lättfil fett 0,5% berikad	Salt	0	0
122	Milkshake choklad jordgubb	Salt	0	0
123	Mjölk fett 3% berikad	Disackarider	5	5
123	Mjölk fett 3% berikad	Energi (kJ)	251	251
123	Mjölk fett 3% berikad	Summa mättade fettsyror	2	2
123	Mjölk fett 3% berikad	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
123	Mjölk fett 3% berikad	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1865	Kola			
1892	Socker			
1897	Druvsocker			
1898	Fruktsocker			

1918	Brännvin renat el. vodka vol. % 40			
1919	Likör söt vol. % 24			
1921	Konjak el. brandy vol. % 40			
1925	Gin vol. % 40			
1926	Whisky vol. % 40			
1931	Havremust pulver berikad			
1933	Majsmjöl gult u. groddar			
1965	Ättiksprit ättiksyra 12%			
1975	Salt m. jod			
1977	Salt havssalt u. jod			
1978	Salt örtsalt			
2066	frysvara typ grillkorv			
2097	Korv prinskorv stekt kött 61% (beräknat)			
2192	Lättmargarin fett 40% berikad typ Lätta			
2214	Aloe vera juice naturell			
2216	Aloe vera juice m. grönt te			
2218	Aloe vera-dryck naturell			
2220	Pasta makaroner spagetti okokt glutenfri			
2221	Pasta fusilli lasagneplattor okokt glutenfri			
2225	grovknäcke			
123	Mjölk fett 3% berikad	Protein	4	4
2226	Pasta tagliatelle m. ägg okokt glutenfri			
2227	Pasta okokt majs 100% glutenfri			
2228	Bearnaisesås fett 8%			
2231	Bearnaisesås fett ca 40%			
2232	Rödvinsås fett 1,5%			
2233	Kebabsås vit fett 30%			
2234	Svampsås fett 8,5%			
2236	Korv varmkorv mager fett 7%			
2238	Korv chorizo mager fett 9%			
123	Mjölk fett 3% berikad	Energi (kcal)	60	60
2239	Korv middagskorv fett ca 9% kött ca 55 %			
2246	Mintplattor m. mörkchokladöverdrag			
2302	Energidryck berikad			
2474	Flytande margarin fett 79% berikad typ Becel			
2520	(beräknat)			
2521	(beräknat)			
2522	Pasta kokt m. salt majs 100% glutenfri (beräknat)			
2658	Potatisgratäng kylvara			
3794	Bröd fullkorn vete råg fibrer ca 6%			
3825	Hamburgerbröd grovt			
5147	Julmust påskmust			
5152	Alkoläsk kolsyrad dryck vol. % 4-5			
5942	Julmust light			
6468	Havremjöl fullkorn			
6759	Bröd fröbröd fullkorn vete råg			
6760	Pizza m. tomatsås ost restaurang			
6762	(beräknat)			
6763	Frukostflingor vete puffat m. choklad			
124	Yoghurt naturell fett 3%	Monosackarider	0	0

6764	Frukostflingor granola m. frukt nötter			
6766	Majskaka smaksatt ost			
6767	Linskaka smaksatt			
124	Yoghurt naturell fett 3%	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
124	Yoghurt naturell fett 3%	Summa mättade fettsyror	2	2
6780	Pommes frites smaksatta frysvara			
6781	Frukostflingor majs typ cornflakes			
6782	Ris sushiris kokt			
6843	Pommes frites klyftpotatis frysvara			
6849	Sojaprotein kebab frysvara typ Oumph®			
6850	Oumph®			
6852	Oumph®			
6862	Specialflingor			
6863	Frukostflingor granola glutenfri			
124	Yoghurt naturell fett 3%	Protein	3	3
124	Yoghurt naturell fett 3%	Vitamin K	0,9	0,9
124	Yoghurt naturell fett 3%	Salt	0	0
125	Fruktyoghurt fett 2,5%	Summa mättade fettsyror	2	2
125	Fruktyoghurt fett 2,5%	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
125	Fruktyoghurt fett 2,5%	Summa fleromättade fettsyror	0	0
125	Fruktyoghurt fett 2,5%	Jod		13,0
125	Fruktyoghurt fett 2,5%	Salt	0	0
126	Fruktyoghurt lätt fett 0,5%	Summa fleromättade fettsyror	0	0
126	Fruktyoghurt lätt fett 0,5%	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
126	Fruktyoghurt lätt fett 0,5%	Summa mättade fettsyror	0	0
126	Fruktyoghurt lätt fett 0,5%	Vitamin D	0,0	1,0
126	Fruktyoghurt lätt fett 0,5%	Salt	0	0
127	Mjölk fett 4,2% typ lantmjölk	Disackarider	5	5
127	Mjölk fett 4,2% typ lantmjölk	Summa mättade fettsyror	3	3
127	Mjölk fett 4,2% typ lantmjölk	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
127	Mjölk fett 4,2% typ lantmjölk	Protein	3	3
128	Filmjölk A-fil fett 3% berikad	Summa fleromättade fettsyror	0	0
128	Filmjölk A-fil fett 3% berikad	Summa mättade fettsyror	2	2
128	Filmjölk A-fil fett 3% berikad	Kolhydrater	5	5
130	Mellanfil fett 1,5% berikad	Summa mättade fettsyror	1	1
130	Mellanfil fett 1,5% berikad	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
130	Mellanfil fett 1,5% berikad	Summa fleromättade fettsyror	0	0
167	Hårt bröd fullkorn råg fibrer ca 15% typ flatbröd	Salt	0	1
168	Hårt bröd glutenfritt fibrer ca 7%	Energi (kJ)	1446	1446
168	Hårt bröd glutenfritt fibrer ca 7%	Summa fleromättade fettsyror	0	0
168	Hårt bröd glutenfritt fibrer ca 7%	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
168	Hårt bröd glutenfritt fibrer ca 7%	Summa mättade fettsyror	0	0
168	Hårt bröd glutenfritt fibrer ca 7%	Energi (kcal)	346	346
168	Hårt bröd glutenfritt fibrer ca 7%	Salt	1	1
169	Hårt bröd fullkorn råg fibrer ca 13%	Disackarider	1	1
169	Hårt bröd fullkorn råg fibrer ca 13%	Energi (kJ)	1477	1477
169	Hårt bröd fullkorn råg fibrer ca 13%	Summa mättade fettsyror	1	1
169	Hårt bröd fullkorn råg fibrer ca 13%	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
169	Hårt bröd fullkorn råg fibrer ca 13%	Socker totalt	3	3
169	Hårt bröd fullkorn råg fibrer ca 13%	Salt	1	1

170	Hårt bröd fullkorn råg kli fibrer ca 15%	Energi (kJ)	1461	1461
170	Hårt bröd fullkorn råg kli fibrer ca 15%	Disackarider	1	2
170	Hårt bröd fullkorn råg kli fibrer ca 15%	Summa fleromättade fettsyror	1	1
170	Hårt bröd fullkorn råg kli fibrer ca 15%	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
170	Hårt bröd fullkorn råg kli fibrer ca 15%	Summa mättade fettsyror	0	0
170	Hårt bröd fullkorn råg kli fibrer ca 15%	Socker totalt	3	3
170	Hårt bröd fullkorn råg kli fibrer ca 15%	Energi (kcal)	349	349
171	Hårt bröd fullkorn råg fibrer ca 14% typ rutknäcke	Monosackarider	0	0
171	Hårt bröd fullkorn råg fibrer ca 14% typ rutknäcke	Summa mättade fettsyror	0	0
171	Hårt bröd fullkorn råg fibrer ca 14% typ rutknäcke	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
171	Hårt bröd fullkorn råg fibrer ca 14% typ rutknäcke	Summa fleromättade fettsyror	1	1
171	Hårt bröd fullkorn råg fibrer ca 14% typ rutknäcke	Socker totalt	1	1
171	Hårt bröd fullkorn råg fibrer ca 14% typ rutknäcke	Protein	10	10
171	Hårt bröd fullkorn råg fibrer ca 14% typ rutknäcke	Salt	1	1
172	brungräddat	Energi (kJ)	1462	1462
172	brungräddat	Summa fleromättade fettsyror	1	1
172	brungräddat	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
172	brungräddat	Summa mättade fettsyror	0	0
172	brungräddat	Energi (kcal)	350	350
173	Hårt bröd fullkorn råg fibrer ca 16% typ sport	Energi (kJ)	1426	1426
173	Hårt bröd fullkorn råg fibrer ca 16% typ sport	Summa mättade fettsyror	0	0
173	Hårt bröd fullkorn råg fibrer ca 16% typ sport	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
173	Hårt bröd fullkorn råg fibrer ca 16% typ sport	Summa fleromättade fettsyror	1	1
173	Hårt bröd fullkorn råg fibrer ca 16% typ sport	Energi (kcal)	341	341
173	Hårt bröd fullkorn råg fibrer ca 16% typ sport	Salt	1	1
202	Bröd vitt fibrer 3,5%	Vitamin B6	0,0	0,1
204	Bröd vitt mjölk fibrer ca 3% typ Hönökaka	Summa fleromättade fettsyror	1	1
204	Bröd vitt mjölk fibrer ca 3% typ Hönökaka	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
204	Bröd vitt mjölk fibrer ca 3% typ Hönökaka	Jod		2,5
204	Bröd vitt mjölk fibrer ca 3% typ Hönökaka	Kolhydrater	57	57
6864	Frukostflingor majs glutenfri berikad			
6865	Mjölblandning ljus glutenfri (beräknat)			
6868	Bovetemjöl grovt			
6870	Våffelmix glutenfri			
6872	Majsgryn polenta			
6875	Bröd surdegsbröd glutenfritt (beräknat)			
6878	Bröd vitt tortilla glutenfritt (beräknat)			
6879	Hårt bröd m. chiafrö glutenfritt fibrer ca 10%			
6880	Hårt bröd m. sesamfrö glutenfritt fibrer ca 9%			
6881	ciabatta			
6883	Sockerbetsfiber			
6884	Kex salta glutenfritt			
6888	grillkorv			
205	Bröd vitt vete typ scones (beräknat)	Kolesterol	16	9
205	Bröd vitt vete typ scones (beräknat)	Monosackarider	0	0
205	Bröd vitt vete typ scones (beräknat)	Disackarider	2	2
205	Bröd vitt vete typ scones (beräknat)	Energi (kJ)	1200	1199
205	Bröd vitt vete typ scones (beräknat)	Summa mättade fettsyror	5	5
205	Bröd vitt vete typ scones (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	4
205	Bröd vitt vete typ scones (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2

205	Bröd vitt vete typ scones (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,5	0,3
205	Bröd vitt vete typ scones (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,3	0,3
205	Bröd vitt vete typ scones (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,6	0,4
205	Bröd vitt vete typ scones (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	3,1	3,0
205	Bröd vitt vete typ scones (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,7	0,5
205	Bröd vitt vete typ scones (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,3	0,4
205	Bröd vitt vete typ scones (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
6889	grillkorv			
6890	frysvara typ grillkorv			
6892	grillkorv			
205	Bröd vitt vete typ scones (beräknat)	Vitamin B12	0,1	0,1
205	Bröd vitt vete typ scones (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
205	Bröd vitt vete typ scones (beräknat)	Folat	11	11
205	Bröd vitt vete typ scones (beräknat)	Socker totalt	2	2
205	Bröd vitt vete typ scones (beräknat)	Fullkorn totalt	25	25
205	Bröd vitt vete typ scones (beräknat)	Jod	44,5	44,4
205	Bröd vitt vete typ scones (beräknat)	Järn	1,1	1,1
205	Bröd vitt vete typ scones (beräknat)	Kalcium	219,9	219,9
205	Bröd vitt vete typ scones (beräknat)	Kalium	202	202
205	Bröd vitt vete typ scones (beräknat)	Magnesium	37,2	37,2
205	Bröd vitt vete typ scones (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
205	Bröd vitt vete typ scones (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
205	Bröd vitt vete typ scones (beräknat)	Oljesyra C18:1	3,3	3,7
205	Bröd vitt vete typ scones (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,3	1,5
205	Bröd vitt vete typ scones (beräknat)	Protein	6	6
6893	typ grillkorv (beräknat)			
205	Bröd vitt vete typ scones (beräknat)	Fibrer	4	4
205	Bröd vitt vete typ scones (beräknat)	Fett	11,1	11,1
205	Bröd vitt vete typ scones (beräknat)	Fosfor	373	373
205	Bröd vitt vete typ scones (beräknat)	Vitamin D	0,9	1,1
205	Bröd vitt vete typ scones (beräknat)	Vitamin E	1,1	1,4
205	Bröd vitt vete typ scones (beräknat)	β-Karoten	56	58
	Korv veg. solrosprotein tillagad kylvara el.			
6894	frysvara typ grillkorv (beräknat)			
	Korv veg. solros- och ärtprotein tillagad kylvara el.			
6895	frysvara typ grillkorv (beräknat)			
205	Bröd vitt vete typ scones (beräknat)	Energi (kcal)	287	287
205	Bröd vitt vete typ scones (beräknat)	Aska	3	3
205	Bröd vitt vete typ scones (beräknat)	Vatten	38	38
6896	(beräknat)			
205	Bröd vitt vete typ scones (beräknat)	Kolhydrater	38	38
205	Bröd vitt vete typ scones (beräknat)	Natrium	564	567
205	Bröd vitt vete typ scones (beräknat)	Selen	3,2	3,2
205	Bröd vitt vete typ scones (beräknat)	Zink	1,13	1,13
205	Bröd vitt vete typ scones (beräknat)	Vitamin A	89	92
205	Bröd vitt vete typ scones (beräknat)	Retinol	84	87
205	Bröd vitt vete typ scones (beräknat)	Salt	1	1
6897	typ grillkorv (beräknat)			
6898	frysvara			
205	Bröd vitt vete typ scones (beräknat)	Niacinekvalenter	2,4	2,4
205	Bröd vitt vete typ scones (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1

205	Bröd vitt vete typ scones (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
205	Bröd vitt vete typ scones (beräknat)	Vitamin C	1	1
205	Bröd vitt vete typ scones (beräknat)	Niacin	1,3	1,3
6899	Burgare veg. potatis linser bönor majs stekt kylvara el. frysvara (beräknat)			
206	(beräknat)	Disackarider	1	1
206	(beräknat)	Monosackarider	0	0
6902	Sojadryck osötad berikad			
6903	Mandeldryck osötad berikad			
206	(beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
206	(beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
206	(beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
6904	Kokosnötdryck			
6909	(beräknat)			
6988	Potatisgratäng kylvara tillagad (beräknat)			
206	(beräknat)	Socker totalt	1	1
206	(beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
206	(beräknat)	Protein	6	6
206	(beräknat)	Salt	1	1
207	Bröd fullkorn rågsikt fibrer ca 7% typ kavring	Summa enkelomättade fettsyror	1	2
207	Bröd fullkorn rågsikt fibrer ca 7% typ kavring	Summa fleromättade fettsyror	1	1
207	Bröd fullkorn rågsikt fibrer ca 7% typ kavring	Jod		1,0
207	Bröd fullkorn rågsikt fibrer ca 7% typ kavring	Kolhydrater	47	47
207	Bröd fullkorn rågsikt fibrer ca 7% typ kavring	Salt	1	1
208	Bröd osötat rågsikt fibrer ca 3,5%	Summa fleromättade fettsyror	1	1
208	Bröd osötat rågsikt fibrer ca 3,5%	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
208	Bröd osötat rågsikt fibrer ca 3,5%	Summa mättade fettsyror	1	1
208	Bröd osötat rågsikt fibrer ca 3,5%	Jod		0,0
208	Bröd osötat rågsikt fibrer ca 3,5%	Kolhydrater	47	47
208	Bröd osötat rågsikt fibrer ca 3,5%	Salt	1	1
209	Bröd rågsikt fibrer ca 4%	Summa mättade fettsyror	0	0
209	Bröd rågsikt fibrer ca 4%	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
209	Bröd rågsikt fibrer ca 4%	Summa fleromättade fettsyror	0	1
209	Bröd rågsikt fibrer ca 4%	Jod		0,0
209	Bröd rågsikt fibrer ca 4%	Kolhydrater	51	51
209	Bröd rågsikt fibrer ca 4%	Salt	1	1
245	frysvara	Salt	0	0
246	på restaurang	Salt	0	0
248	Kroppkakor el. potatispalt m. fläsk	Salt	1	1
250	Sjömansbiff hemlagad	Salt	1	1
252	Lapskojs (beräknat)	Energi (kJ)	461	461
252	Lapskojs (beräknat)	Disackarider	0	0
252	Lapskojs (beräknat)	Kolesterol	14	13
252	Lapskojs (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,1	0,0
252	Lapskojs (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
252	Lapskojs (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
252	Lapskojs (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
252	Lapskojs (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,6	0,6
252	Lapskojs (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,0	1,0
252	Lapskojs (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,1	0,1

252	Lapskojs (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
252	Lapskojs (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
252	Lapskojs (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,0	0,1
252	Lapskojs (beräknat)	Socker totalt	0	0
252	Lapskojs (beräknat)	Jod	6,2	6,2
252	Lapskojs (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,2	0,2
252	Lapskojs (beräknat)	Oljesyra C18:1	1,4	1,5
252	Lapskojs (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
252	Lapskojs (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
252	Lapskojs (beräknat)	Fett	4,1	4,1
252	Lapskojs (beräknat)	Protein	5	5
252	Lapskojs (beräknat)	β-Karoten	14	14
252	Lapskojs (beräknat)	Vitamin E	0,3	0,3
252	Lapskojs (beräknat)	Vitamin D	0,3	0,3
252	Lapskojs (beräknat)	Kolhydrater	13	13
252	Lapskojs (beräknat)	Avfall (skal etc.)	7	6
252	Lapskojs (beräknat)	Vatten	75	75
252	Lapskojs (beräknat)	Aska	2	2
252	Lapskojs (beräknat)	Energi (kcal)	110	110
252	Lapskojs (beräknat)	Retinol	13	13
252	Lapskojs (beräknat)	Vitamin A	14	14
252	Lapskojs (beräknat)	Natrium	350	350
252	Lapskojs (beräknat)	Salt	1	1
252	Lapskojs (beräknat)	Niacinekvivalenter	3,1	3,1
253	Pitepalt (beräknat)	Monosackarider	0	0
253	Pitepalt (beräknat)	Disackarider	0	0
253	Pitepalt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
253	Pitepalt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
253	Pitepalt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
253	Pitepalt (beräknat)	Socker totalt	1	1
253	Pitepalt (beräknat)	Protein	5	5
253	Pitepalt (beräknat)	Salt	1	1
254	Bakad potatis m. kycklingcurryröra sallad	Disackarider	0	0
254	Bakad potatis m. kycklingcurryröra sallad	Summa fleromättade fettsyror	4	4
254	Bakad potatis m. kycklingcurryröra sallad	Summa enkelomättade fettsyror	6	6
254	Bakad potatis m. kycklingcurryröra sallad	Summa mättade fettsyror	1	1
254	Bakad potatis m. kycklingcurryröra sallad	Socker totalt	1	1
254	Bakad potatis m. kycklingcurryröra sallad	Protein	3	3
254	Bakad potatis m. kycklingcurryröra sallad	Vitamin A	16	17
254	Bakad potatis m. kycklingcurryröra sallad	Salt	0	0
255	Pytt i panna tillagad frysvara	Monosackarider	1	1
255	Pytt i panna tillagad frysvara	Disackarider	0	0
255	Pytt i panna tillagad frysvara	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
255	Pytt i panna tillagad frysvara	Summa fleromättade fettsyror	2	2
280	Bakad potatis m. färskoströra paprika veg.	Vitamin A	7	7
280	Bakad potatis m. färskoströra paprika veg.	Salt	0	0
281	Schweizisk potatiskaka rösti värmd frysvara	Disackarider	0	0
281	Schweizisk potatiskaka rösti värmd frysvara	Monosackarider	0	0
281	Schweizisk potatiskaka rösti värmd frysvara	Summa fleromättade fettsyror	1	1
281	Schweizisk potatiskaka rösti värmd frysvara	Summa enkelomättade fettsyror	4	4

281	Schweizisk potatiskaka rösti värmd frysvara	Summa mättade fettsyror	5	5
281	Schweizisk potatiskaka rösti värmd frysvara	Vitamin A	0	10
281	Schweizisk potatiskaka rösti värmd frysvara	Salt	1	1
282	Potatiskrokett värmd frysvara	Monosackarider	0	0
282	Potatiskrokett värmd frysvara	Disackarider	0	0
282	Potatiskrokett värmd frysvara	Summa mättade fettsyror	2	2
282	Potatiskrokett värmd frysvara	Summa fleromättade fettsyror	1	1
282	Potatiskrokett värmd frysvara	Socker totalt	0	1
282	Potatiskrokett värmd frysvara	Protein	3	3
282	Potatiskrokett värmd frysvara	Vitamin A	1	5
283	Potatismos pulver tillagat berikad	Salt	0	0
284	Potatisgratäng m. grädde ost värmd frysvara	Summa mättade fettsyror	5	5
284	Potatisgratäng m. grädde ost värmd frysvara	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
284	Potatisgratäng m. grädde ost värmd frysvara	Summa fleromättade fettsyror	1	1
284	Potatisgratäng m. grädde ost värmd frysvara	Kolhydrater	13	13
284	Potatisgratäng m. grädde ost värmd frysvara	Salt	1	1
287	Jordärtskocka	Protein	2	2
288	Kålrot	Protein	1	1
288	Kålrot	Vitamin K	3,7	3,7
288	Kålrot	Salt	0	0
289	Morot	Disackarider	3	3
289	Morot	Summa mättade fettsyror	0	0
289	Morot	Summa fleromättade fettsyror	0	0
323	Blomkål frysvara	Salt	0	0
324	Bondbönor färska kokta u. salt	Summa fleromättade fettsyror	0	0
324	Bondbönor färska kokta u. salt	Summa mättade fettsyror	0	0
324	Bondbönor färska kokta u. salt	Salt	0	0
325	Broccoli	Summa mättade fettsyror	0	0
325	Broccoli	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
325	Broccoli	Summa fleromättade fettsyror	0	0
325	Broccoli	Protein	4	4
325	Broccoli	Salt	0	0
326	Broccoli frysvara	Protein	2	2
326	Broccoli frysvara	Salt	0	0
327	Brysselkål	Salt	0	0
328	Brysselkål frysvara	Salt	0	0
329	Mungbönsgroddar	Salt	0	0
330	Sojabönsgroddar	Salt	0	0
331	Gröna bönor	Summa mättade fettsyror	0	0
331	Gröna bönor	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
331	Gröna bönor	Summa fleromättade fettsyror	0	0
331	Gröna bönor	Protein	2	2
332	Gröna bönor frysvara	Protein	2	2
332	Gröna bönor frysvara	Salt	0	0
370	Vitkål	Protein	1	1
370	Vitkål	Salt	0	0
371	Vitlök	Salt	0	0
372	Aubergine	Protein	1	1
372	Aubergine	Vitamin K	5,5	5,5
372	Aubergine	Salt	0	0

374	Gröna ärtor frysvara	Protein	5	5
374	Gröna ärtor frysvara	Salt	0	0
375	Sparris grön el. vit färsk kokt.	Salt	0	0
25	Remouladsås (beräknat)	Protein	1	1
25	Remouladsås (beräknat)	Energi (kcal)	707	707
25	Remouladsås (beräknat)	Salt	1	1
26	Dressing vinäggrett fett 45% (beräknat)	Summa mättade fettsyror	3	3
26	Dressing vinäggrett fett 45% (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	27	27
26	Dressing vinäggrett fett 45% (beräknat)	Salt	3	3
29	Smör fett 80%	Summa fleromättade fettsyror	3	3
29	Smör fett 80%	Summa mättade fettsyror	55	55
30	Smör extrasaltat fett 80%	Energi (kJ)	3044	3044
30	Smör extrasaltat fett 80%	Summa mättade fettsyror	52	52
30	Smör extrasaltat fett 80%	Summa enkelomättade fettsyror	23	23
30	Smör extrasaltat fett 80%	Summa fleromättade fettsyror	3	3
30	Smör extrasaltat fett 80%	Jod		2,7
30	Smör extrasaltat fett 80%	Energi (kcal)	728	728
30	Smör extrasaltat fett 80%	Salt	2	2
31	Smör osaltat fett 80%	Energi (kJ)	3044	3044
31	Smör osaltat fett 80%	Summa fleromättade fettsyror	3	3
31	Smör osaltat fett 80%	Summa enkelomättade fettsyror	23	23
31	Smör osaltat fett 80%	Summa mättade fettsyror	52	52
31	Smör osaltat fett 80%	Jod		1,5
31	Smör osaltat fett 80%	Energi (kcal)	728	728
31	Smör osaltat fett 80%	Salt	0	0
33	Druvkärnolja	Jod		0,0
34	Majsolja	Summa fleromättade fettsyror	54	55
34	Majsolja	Summa mättade fettsyror	13	13
34	Majsolja	Vitamin K	2,1	2,1
35	Olivolja	Summa mättade fettsyror	14	14
35	Olivolja	Summa enkelomättade fettsyror	73	73
37	Tistelolja	Jod		0,0
72	Färskost cottage cheese m. grönsaker fett 3,5-5%	Socker totalt	2	2
72	Färskost cottage cheese m. grönsaker fett 3,5-5%	Vitamin A	56	56
73	Färskost m. filmjolk fett ca 8%	Summa mättade fettsyror	6	6
73	Färskost m. filmjolk fett ca 8%	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
73	Färskost m. filmjolk fett ca 8%	Summa fleromättade fettsyror	0	0
73	Färskost m. filmjolk fett ca 8%	Jod		10,0
73	Färskost m. filmjolk fett ca 8%	Salt	0	0
74	Färskost m. filmjolk gräddfil fett ca 14% hemlagad	Summa fleromättade fettsyror	0	0
74	Färskost m. filmjolk gräddfil fett ca 14% hemlagad	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
74	Färskost m. filmjolk gräddfil fett ca 14% hemlagad	Summa mättade fettsyror	9	9
74	Färskost m. filmjolk gräddfil fett ca 14% hemlagad	Jod		10,0
74	Färskost m. filmjolk gräddfil fett ca 14% hemlagad	Salt	0	0
75	Kvarg färskost fett 1%	Summa mättade fettsyror	1	1
75	Kvarg färskost fett 1%	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
75	Kvarg färskost fett 1%	Summa fleromättade fettsyror	0	0
76	Kvarg färskost fett 10%	Summa fleromättade fettsyror	0	0
76	Kvarg färskost fett 10%	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
76	Kvarg färskost fett 10%	Summa mättade fettsyror	7	7

77	Ost hårdost fett 10%	Summa mättade fettsyror	7	7
77	Ost hårdost fett 10%	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
77	Ost hårdost fett 10%	Summa fleromättade fettsyror	0	0
77	Ost hårdost fett 10%	Salt	1	1
78	Ost hårdost fett 23%	Energi (kJ)	1361	1361
78	Ost hårdost fett 23%	Disackarider	0	0
78	Ost hårdost fett 23%	Monosackarider	0	0
78	Ost hårdost fett 23%	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
78	Ost hårdost fett 23%	Summa mättade fettsyror	15	15
78	Ost hårdost fett 23%	Protein	29	29
78	Ost hårdost fett 23%	Energi (kcal)	325	325
78	Ost hårdost fett 23%	Salt	1	1
79	Ost hårdost fett 26%	Summa mättade fettsyror	17	17
79	Ost hårdost fett 26%	Summa enkelomättade fettsyror	6	6
79	Ost hårdost fett 26%	Summa fleromättade fettsyror	1	1
79	Ost hårdost fett 26%	Salt	1	1
80	Ost hårdost fett 38%	Summa fleromättade fettsyror	1	1
80	Ost hårdost fett 38%	Summa enkelomättade fettsyror	9	9
80	Ost hårdost fett 38%	Summa mättade fettsyror	25	25
110	Camembert vitmögelost friterad (beräknat)	Socker totalt	1	1
110	Camembert vitmögelost friterad (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
110	Camembert vitmögelost friterad (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,3	0,3
110	Camembert vitmögelost friterad (beräknat)	Oljesyra C18:1	6,1	6,5
110	Camembert vitmögelost friterad (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,2	2,1
110	Camembert vitmögelost friterad (beräknat)	Protein	18	18
110	Camembert vitmögelost friterad (beräknat)	Vitamin E	2,2	3,0
110	Camembert vitmögelost friterad (beräknat)	β-Karoten	750	166
110	Camembert vitmögelost friterad (beräknat)	Vitamin A	248	185
110	Camembert vitmögelost friterad (beräknat)	Salt	1	1
111	Getost chèvre vitmögelost fett 25%	Vitamin A	302	302
113	Bröstmjölkl humanmjölk	Energi (kJ)	286	285
113	Bröstmjölkl humanmjölk	Summa mättade fettsyror	1	1
113	Bröstmjölkl humanmjölk	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
113	Bröstmjölkl humanmjölk	Summa fleromättade fettsyror	0	0
113	Bröstmjölkl humanmjölk	Energi (kcal)	68	68
113	Bröstmjölkl humanmjölk	Kolhydrater	9	9
113	Bröstmjölkl humanmjölk	Salt	0	0
114	Filmjölkl fett 3% berikad	Summa fleromättade fettsyror	0	0
114	Filmjölkl fett 3% berikad	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
114	Filmjölkl fett 3% berikad	Summa mättade fettsyror	2	2
114	Filmjölkl fett 3% berikad	Protein	3	3
114	Filmjölkl fett 3% berikad	Vitamin K	11,4	11,4
115	Kondenserad mjölk konserv. fett ca 8%	Jod		35,0
115	Kondenserad mjölk konserv. fett ca 8%	Salt	0	0
116	ca 9%	Jod	5,8	35,0
116	ca 9%	Salt	0	0
118	Mjölkpulver fett 1%	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
118	Mjölkpulver fett 1%	Summa fleromättade fettsyror	0	0
118	Mjölkpulver fett 1%	Kolhydrater	52	52
118	Mjölkpulver fett 1%	Salt	1	1

119	Filmjölklångfil fett 3% berikad	Summa fleromättade fettsyror	0	0
119	Filmjölklångfil fett 3% berikad	Summa mättade fettsyror	2	2
119	Filmjölklångfil fett 3% berikad	Jod		10,5
119	Filmjölklångfil fett 3% berikad	Kolhydrater	5	5
158	Varm choklad m. mjölk fett 0,5% (beräknat)	Protein	4	4
158	Varm choklad m. mjölk fett 0,5% (beräknat)	Vitamin K	0,2	0,2
158	Varm choklad m. mjölk fett 0,5% (beräknat)	Salt	0	0
162	Hårt bröd fullkorn råg fibrer 15,5% typ Husman	Energi (kJ)	1481	1481
162	Hårt bröd fullkorn råg fibrer 15,5% typ Husman	Summa fleromättade fettsyror	1	1
162	Hårt bröd fullkorn råg fibrer 15,5% typ Husman	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
162	Hårt bröd fullkorn råg fibrer 15,5% typ Husman	Summa mättade fettsyror	0	0
163	mörkt	Disackarider	2	2
163	mörkt	Summa mättade fettsyror	0	0
163	mörkt	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
163	mörkt	Summa fleromättade fettsyror	1	1
163	mörkt	Socker totalt	2	2
163	mörkt	Protein	15	15
163	mörkt	Salt	1	1
164	Hårt bröd fullkorn vete m. vallmofrö fibrer 5,5%	Energi (kJ)	1667	1667
164	Hårt bröd fullkorn vete m. vallmofrö fibrer 5,5%	Disackarider	2	2
164	Hårt bröd fullkorn vete m. vallmofrö fibrer 5,5%	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
164	Hårt bröd fullkorn vete m. vallmofrö fibrer 5,5%	Summa mättade fettsyror	1	1
164	Hårt bröd fullkorn vete m. vallmofrö fibrer 5,5%	Socker totalt	6	6
164	Hårt bröd fullkorn vete m. vallmofrö fibrer 5,5%	Energi (kcal)	398	398
164	Hårt bröd fullkorn vete m. vallmofrö fibrer 5,5%	Salt	1	1
165	Hårt bröd fullkorn råg fibrer 14,5% typ Vika	Summa mättade fettsyror	0	0
165	Hårt bröd fullkorn råg fibrer 14,5% typ Vika	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
165	Hårt bröd fullkorn råg fibrer 14,5% typ Vika	Summa fleromättade fettsyror	1	1
165	Hårt bröd fullkorn råg fibrer 14,5% typ Vika	Socker totalt	2	2
165	Hårt bröd fullkorn råg fibrer 14,5% typ Vika	Protein	10	10
165	Hårt bröd fullkorn råg fibrer 14,5% typ Vika	Salt	2	2
166	Hårt bröd fullkorn råg fibrer 16% typ Finn crisp	Energi (kJ)	1458	1458
166	Hårt bröd fullkorn råg fibrer 16% typ Finn crisp	Disackarider	2	2
166	Hårt bröd fullkorn råg fibrer 16% typ Finn crisp	Summa fleromättade fettsyror	1	1
166	Hårt bröd fullkorn råg fibrer 16% typ Finn crisp	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
166	Hårt bröd fullkorn råg fibrer 16% typ Finn crisp	Summa mättade fettsyror	0	0
166	Hårt bröd fullkorn råg fibrer 16% typ Finn crisp	Socker totalt	3	3
166	Hårt bröd fullkorn råg fibrer 16% typ Finn crisp	Energi (kcal)	349	348
166	Hårt bröd fullkorn råg fibrer 16% typ Finn crisp	Salt	2	2
167	Hårt bröd fullkorn råg fibrer ca 15% typ flatbröd	Energi (kJ)	1515	1515
167	Hårt bröd fullkorn råg fibrer ca 15% typ flatbröd	Summa mättade fettsyror	0	0
167	Hårt bröd fullkorn råg fibrer ca 15% typ flatbröd	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
167	Hårt bröd fullkorn råg fibrer ca 15% typ flatbröd	Summa fleromättade fettsyror	1	1
191	15% typ spisbröd	Vitamin A	4	4
193	Bröd vitt vete vatten fibrer ca 3,5% typ pitabröd	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
193	Bröd vitt vete vatten fibrer ca 3,5% typ pitabröd	Kolhydrater	54	54
193	Bröd vitt vete vatten fibrer ca 3,5% typ pitabröd	Salt	1	1
194	Korvbröd	Summa fleromättade fettsyror	1	1
194	Korvbröd	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
194	Korvbröd	Summa mättade fettsyror	1	1

194	Korvbröd	Kolhydrater	51	51
194	Korvbröd	Salt	1	1
195	brungräddat	Summa mättade fettsyror	0	0
195	brungräddat	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
195	brungräddat	Summa fleromättade fettsyror	1	1
195	brungräddat	Salt	1	1
195	brungräddat	Niacinekvivalenter	2,8	2,6
198	Bröd vitt osötat fibrer ca 2,5% typ italienskt	Summa fleromättade fettsyror	0	0
198	Bröd vitt osötat fibrer ca 2,5% typ italienskt	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
198	Bröd vitt osötat fibrer ca 2,5% typ italienskt	Summa mättade fettsyror	0	0
198	Bröd vitt osötat fibrer ca 2,5% typ italienskt	Kolhydrater	50	50
200	Bröd vitt vete fibrer ca 2,5% typ baguette	Monosackarider	0	1
200	Bröd vitt vete fibrer ca 2,5% typ baguette	Disackarider	3	3
200	Bröd vitt vete fibrer ca 2,5% typ baguette	Summa mättade fettsyror	0	0
200	Bröd vitt vete fibrer ca 2,5% typ baguette	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
200	Bröd vitt vete fibrer ca 2,5% typ baguette	Summa fleromättade fettsyror	0	1
200	Bröd vitt vete fibrer ca 2,5% typ baguette	Protein	8	9
200	Bröd vitt vete fibrer ca 2,5% typ baguette	Vitamin K	0,4	0,4
200	Bröd vitt vete fibrer ca 2,5% typ baguette	Salt	1	1
201	typ grov baguette	Disackarider	5	5
201	typ grov baguette	Monosackarider	0	0
201	typ grov baguette	Socker totalt	6	6
201	typ grov baguette	Vitamin A	4	4
233	Potatis m. skal bakad u. salt	Salt	0	0
234	Potatis m. skal bakad u. salt i aluminiumfolie	Jod		0,1
234	Potatis m. skal bakad u. salt i aluminiumfolie	Salt	0	0
235	Potatis tärnad frysvara	Jod		0,1
235	Potatis tärnad frysvara	Salt	0	0
237	Potatis konserv. u. lag	Jod		0,0
237	Potatis konserv. u. lag	Salt	1	1
238	Klyftpotatis u. skal ugnsstekt m. rapsolja	Disackarider	0	0
238	Klyftpotatis u. skal ugnsstekt m. rapsolja	Monosackarider	1	1
238	Klyftpotatis u. skal ugnsstekt m. rapsolja	Summa fleromättade fettsyror	0	1
238	Klyftpotatis u. skal ugnsstekt m. rapsolja	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
238	Klyftpotatis u. skal ugnsstekt m. rapsolja	Summa mättade fettsyror	0	0
238	Klyftpotatis u. skal ugnsstekt m. rapsolja	Socker totalt	1	1
238	Klyftpotatis u. skal ugnsstekt m. rapsolja	Protein	2	2
238	Klyftpotatis u. skal ugnsstekt m. rapsolja	Vitamin A	1	1
238	Klyftpotatis u. skal ugnsstekt m. rapsolja	Salt	0	0
241	Potatis råstekt (beräknat)	Disackarider	0	0
241	Potatis råstekt (beräknat)	Energi (kJ)	582	587
241	Potatis råstekt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
241	Potatis råstekt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
241	Potatis råstekt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
241	Potatis råstekt (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
241	Potatis råstekt (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
241	Potatis råstekt (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,0	0,0
241	Potatis råstekt (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,3	0,3
241	Potatis råstekt (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,1	0,1
241	Potatis råstekt (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,4	0,3

241	Potatis råstekt (beräknat)	Socker totalt	1	1
241	Potatis råstekt (beräknat)	Jod	43,2	43,2
241	Potatis råstekt (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
241	Potatis råstekt (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
241	Potatis råstekt (beräknat)	Oljesyra C18:1	2,5	2,5
241	Potatis råstekt (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,9	1,0
241	Potatis råstekt (beräknat)	Protein	2	2
241	Potatis råstekt (beräknat)	Fett	4,6	4,7
241	Potatis råstekt (beräknat)	Fosfor	55	55
241	Potatis råstekt (beräknat)	Vitamin D	0,3	0,2
241	Potatis råstekt (beräknat)	Vitamin E	1,2	1,3
241	Potatis råstekt (beräknat)	β-Karoten	15	12
241	Potatis råstekt (beräknat)	Energi (kcal)	139	141
241	Potatis råstekt (beräknat)	Aska	2	2
241	Potatis råstekt (beräknat)	Vatten	68	68
241	Potatis råstekt (beräknat)	Avfall (skal etc.)	25	19
241	Potatis råstekt (beräknat)	Kolhydrater	21	21
241	Potatis råstekt (beräknat)	Natrium	357	354
241	Potatis råstekt (beräknat)	Vitamin A	14	8
241	Potatis råstekt (beräknat)	Retinol	13	7
241	Potatis råstekt (beräknat)	Salt	1	1
241	Potatis råstekt (beräknat)	Niacinekvivalenter	3,0	3,0
242	Potatis kokt stekt m. salt (beräknat)	Energi (kJ)	600	606
242	Potatis kokt stekt m. salt (beräknat)	Disackarider	0	0
242	Potatis kokt stekt m. salt (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
242	Potatis kokt stekt m. salt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
242	Potatis kokt stekt m. salt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
242	Potatis kokt stekt m. salt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
242	Potatis kokt stekt m. salt (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,1	0,1
242	Potatis kokt stekt m. salt (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,3	0,3
242	Potatis kokt stekt m. salt (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,0	0,0
242	Potatis kokt stekt m. salt (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
242	Potatis kokt stekt m. salt (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,4	0,3
242	Potatis kokt stekt m. salt (beräknat)	Socker totalt	1	1
242	Potatis kokt stekt m. salt (beräknat)	Jod	52,7	52,7
242	Potatis kokt stekt m. salt (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,9	1,0
242	Potatis kokt stekt m. salt (beräknat)	Oljesyra C18:1	2,5	2,5
242	Potatis kokt stekt m. salt (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
242	Potatis kokt stekt m. salt (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
242	Potatis kokt stekt m. salt (beräknat)	Fosfor	53	53
242	Potatis kokt stekt m. salt (beräknat)	Fett	4,6	4,7
242	Potatis kokt stekt m. salt (beräknat)	Protein	2	2
242	Potatis kokt stekt m. salt (beräknat)	β-Karoten	15	12
242	Potatis kokt stekt m. salt (beräknat)	Vitamin E	1,3	1,4
242	Potatis kokt stekt m. salt (beräknat)	Vitamin D	0,3	0,2
242	Potatis kokt stekt m. salt (beräknat)	Kolhydrater	22	22
242	Potatis kokt stekt m. salt (beräknat)	Vatten	67	67
242	Potatis kokt stekt m. salt (beräknat)	Aska	2	2
242	Potatis kokt stekt m. salt (beräknat)	Energi (kcal)	143	145
242	Potatis kokt stekt m. salt (beräknat)	Retinol	13	7

242	Potatis kokt stekt m. salt (beräknat)	Vitamin A	14	8
242	Potatis kokt stekt m. salt (beräknat)	Natrium	456	453
242	Potatis kokt stekt m. salt (beräknat)	Salt	1	1
242	Potatis kokt stekt m. salt (beräknat)	Niacinekvivalenter	2,6	2,6
244	7% frysvara	Kolhydrater	32	32
244	7% frysvara	Salt	0	0
272	Potatis stuvad (beräknat)	Vatten	78	78
272	Potatis stuvad (beräknat)	Aska	1	1
272	Potatis stuvad (beräknat)	Energi (kcal)	94	95
272	Potatis stuvad (beräknat)	Retinol	14	12
272	Potatis stuvad (beräknat)	Vitamin A	17	15
272	Potatis stuvad (beräknat)	Natrium	252	252
272	Potatis stuvad (beräknat)	Salt	1	1
272	Potatis stuvad (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,8	1,8
273	Potatisbullar stekta (beräknat)	Disackarider	0	0
273	Potatisbullar stekta (beräknat)	Energi (kJ)	695	699
273	Potatisbullar stekta (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
273	Potatisbullar stekta (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
273	Potatisbullar stekta (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
273	Potatisbullar stekta (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
273	Potatisbullar stekta (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
273	Potatisbullar stekta (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,0	0,0
273	Potatisbullar stekta (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,5	0,5
273	Potatisbullar stekta (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,2	0,2
273	Potatisbullar stekta (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,4	0,3
273	Potatisbullar stekta (beräknat)	Socker totalt	1	1
273	Potatisbullar stekta (beräknat)	Jod	45,5	45,5
273	Potatisbullar stekta (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
273	Potatisbullar stekta (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
273	Potatisbullar stekta (beräknat)	Oljesyra C18:1	3,2	3,2
273	Potatisbullar stekta (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,1	1,2
273	Potatisbullar stekta (beräknat)	Protein	4	4
273	Potatisbullar stekta (beräknat)	Fett	6,2	6,3
273	Potatisbullar stekta (beräknat)	Fosfor	77	77
273	Potatisbullar stekta (beräknat)	Vitamin D	0,6	0,6
273	Potatisbullar stekta (beräknat)	Vitamin E	2,0	2,1
273	Potatisbullar stekta (beräknat)	β-Karoten	14	11
273	Potatisbullar stekta (beräknat)	Energi (kcal)	166	167
273	Potatisbullar stekta (beräknat)	Aska	2	2
273	Potatisbullar stekta (beräknat)	Vatten	63	63
273	Potatisbullar stekta (beräknat)	Kolhydrater	22	22
273	Potatisbullar stekta (beräknat)	Natrium	397	394
273	Potatisbullar stekta (beräknat)	Vitamin A	42	36
273	Potatisbullar stekta (beräknat)	Retinol	41	35
273	Potatisbullar stekta (beräknat)	Salt	1	1
273	Potatisbullar stekta (beräknat)	Niacinekvivalenter	2,8	2,8
274	Potatismos hemlagad (beräknat)	Energi (kJ)	372	374
274	Potatismos hemlagad (beräknat)	Disackarider	1	1
274	Potatismos hemlagad (beräknat)	Monosackarider	0	0
274	Potatismos hemlagad (beräknat)	Kolesterol	2	2

274	Potatismos hemlagad (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
274	Potatismos hemlagad (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	1
274	Potatismos hemlagad (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
274	Potatismos hemlagad (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
274	Potatismos hemlagad (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,1	0,1
274	Potatismos hemlagad (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,2	0,3
274	Potatismos hemlagad (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,1	0,1
274	Potatismos hemlagad (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
274	Potatismos hemlagad (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
274	Potatismos hemlagad (beräknat)	Socker totalt	2	2
274	Potatismos hemlagad (beräknat)	Folat	16	16
274	Potatismos hemlagad (beräknat)	Vitamin B6	0,2	0,2
274	Potatismos hemlagad (beräknat)	Vitamin B12	0,2	0,2
274	Potatismos hemlagad (beräknat)	Magnesium	16,9	16,9
274	Potatismos hemlagad (beräknat)	Kalium	276	276
274	Potatismos hemlagad (beräknat)	Kalcium	36,6	36,6
274	Potatismos hemlagad (beräknat)	Järn	0,3	0,3
274	Potatismos hemlagad (beräknat)	Jod	39,5	39,4
274	Potatismos hemlagad (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,3	0,4
274	Potatismos hemlagad (beräknat)	Oljesyra C18:1	1,0	1,0
274	Potatismos hemlagad (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
274	Potatismos hemlagad (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
274	Potatismos hemlagad (beräknat)	Fosfor	59	59
274	Potatismos hemlagad (beräknat)	Fett	2,2	2,3
274	Potatismos hemlagad (beräknat)	Fibrer	2	2
274	Potatismos hemlagad (beräknat)	Protein	2	2
274	Potatismos hemlagad (beräknat)	β-Karoten	10	9
274	Potatismos hemlagad (beräknat)	Vitamin E	0,5	0,6
274	Potatismos hemlagad (beräknat)	Vitamin D	0,4	0,3
274	Potatismos hemlagad (beräknat)	Kolhydrater	14	14
274	Potatismos hemlagad (beräknat)	Vatten	78	78
274	Potatismos hemlagad (beräknat)	Aska	2	2
274	Potatismos hemlagad (beräknat)	Energi (kcal)	89	89
274	Potatismos hemlagad (beräknat)	Retinol	9	7
274	Potatismos hemlagad (beräknat)	Vitamin A	10	7
274	Potatismos hemlagad (beräknat)	Zink	0,26	0,26
274	Potatismos hemlagad (beräknat)	Selen	0,4	0,4
274	Potatismos hemlagad (beräknat)	Natrium	317	316
274	Potatismos hemlagad (beräknat)	Salt	1	1
274	Potatismos hemlagad (beräknat)	Niacin	1,4	1,4
274	Potatismos hemlagad (beräknat)	Vitamin C	13	13
274	Potatismos hemlagad (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
274	Potatismos hemlagad (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
274	Potatismos hemlagad (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,8	1,8
275	Potatisgratäng m. mjölk ost hemlagad (beräknat)	Kolesterol	9	9
275	Potatisgratäng m. mjölk ost hemlagad (beräknat)	Monosackarider	1	1
275	Potatisgratäng m. mjölk ost hemlagad (beräknat)	Disackarider	2	2
275	Potatisgratäng m. mjölk ost hemlagad (beräknat)	Energi (kJ)	443	444
275	Potatisgratäng m. mjölk ost hemlagad (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
275	Potatisgratäng m. mjölk ost hemlagad (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1

275	Potatisgratäng m. mjölk ost hemlagad (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
275	Potatisgratäng m. mjölk ost hemlagad (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,3	0,3
275	Potatisgratäng m. mjölk ost hemlagad (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,1	0,1
275	Potatisgratäng m. mjölk ost hemlagad (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,3	0,3
275	Potatisgratäng m. mjölk ost hemlagad (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,9	0,9
275	Potatisgratäng m. mjölk ost hemlagad (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,3	0,3
275	Potatisgratäng m. mjölk ost hemlagad (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,0	0,0
275	Potatisgratäng m. mjölk ost hemlagad (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
275	Potatisgratäng m. mjölk ost hemlagad (beräknat)	Vitamin B12	0,3	0,3
275	Potatisgratäng m. mjölk ost hemlagad (beräknat)	Vitamin B6	0,2	0,2
275	Potatisgratäng m. mjölk ost hemlagad (beräknat)	Folat	15	15
275	Potatisgratäng m. mjölk ost hemlagad (beräknat)	Socker totalt	2	2
275	Potatisgratäng m. mjölk ost hemlagad (beräknat)	Jod	40,4	40,4
275	Potatisgratäng m. mjölk ost hemlagad (beräknat)	Järn	0,3	0,3
275	Potatisgratäng m. mjölk ost hemlagad (beräknat)	Kalcium	118,0	118,0
275	Potatisgratäng m. mjölk ost hemlagad (beräknat)	Kalium	340	340
275	Potatisgratäng m. mjölk ost hemlagad (beräknat)	Magnesium	22,6	22,6
275	Potatisgratäng m. mjölk ost hemlagad (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
275	Potatisgratäng m. mjölk ost hemlagad (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
275	Potatisgratäng m. mjölk ost hemlagad (beräknat)	Oljesyra C18:1	0,6	0,6
275	Potatisgratäng m. mjölk ost hemlagad (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,1	0,1
275	Potatisgratäng m. mjölk ost hemlagad (beräknat)	Protein	5	5
275	Potatisgratäng m. mjölk ost hemlagad (beräknat)	Fibrer	2	2
275	Potatisgratäng m. mjölk ost hemlagad (beräknat)	Fett	3,1	3,1
275	Potatisgratäng m. mjölk ost hemlagad (beräknat)	Fosfor	114	114
275	Potatisgratäng m. mjölk ost hemlagad (beräknat)	Vitamin D	0,4	0,4
275	Potatisgratäng m. mjölk ost hemlagad (beräknat)	Vitamin E	0,2	0,2
275	Potatisgratäng m. mjölk ost hemlagad (beräknat)	β-Karoten	38	38
275	Potatisgratäng m. mjölk ost hemlagad (beräknat)	Energi (kcal)	106	106
275	Potatisgratäng m. mjölk ost hemlagad (beräknat)	Aska	2	2
275	Potatisgratäng m. mjölk ost hemlagad (beräknat)	Vatten	75	75
275	Potatisgratäng m. mjölk ost hemlagad (beräknat)	Kolhydrater	14	14
275	Potatisgratäng m. mjölk ost hemlagad (beräknat)	Natrium	331	331
275	Potatisgratäng m. mjölk ost hemlagad (beräknat)	Selen	1,6	1,6
275	Potatisgratäng m. mjölk ost hemlagad (beräknat)	Zink	0,62	0,62
275	Potatisgratäng m. mjölk ost hemlagad (beräknat)	Vitamin A	30	30
275	Potatisgratäng m. mjölk ost hemlagad (beräknat)	Retinol	27	27
275	Potatisgratäng m. mjölk ost hemlagad (beräknat)	Salt	1	1
275	Potatisgratäng m. mjölk ost hemlagad (beräknat)	Niacinekvivalenter	2,5	2,5
275	Potatisgratäng m. mjölk ost hemlagad (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
275	Potatisgratäng m. mjölk ost hemlagad (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
275	Potatisgratäng m. mjölk ost hemlagad (beräknat)	Vitamin C	11	11
275	Potatisgratäng m. mjölk ost hemlagad (beräknat)	Niacin	1,5	1,5
277	Potatisgratäng m. vispgrädde ost (beräknat)	Energi (kJ)	897	897
277	Potatisgratäng m. vispgrädde ost (beräknat)	Disackarider	1	1
277	Potatisgratäng m. vispgrädde ost (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
277	Potatisgratäng m. vispgrädde ost (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
277	Potatisgratäng m. vispgrädde ost (beräknat)	Summa mättade fettsyror	10	10
277	Potatisgratäng m. vispgrädde ost (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	4,9	4,9
277	Potatisgratäng m. vispgrädde ost (beräknat)	Vitamin B6	0,2	0,2

277	Potatisgratäng m. vispgrädde ost (beräknat)	Protein	4	4
277	Potatisgratäng m. vispgrädde ost (beräknat)	Energi (kcal)	214	214
277	Potatisgratäng m. vispgrädde ost (beräknat)	Salt	1	1
278	Potatismos m. lättmjölk (beräknat)	Disackarider	2	2
278	Potatismos m. lättmjölk (beräknat)	Energi (kJ)	360	361
278	Potatismos m. lättmjölk (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
278	Potatismos m. lättmjölk (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
278	Potatismos m. lättmjölk (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
278	Potatismos m. lättmjölk (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
278	Potatismos m. lättmjölk (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
278	Potatismos m. lättmjölk (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,0	0,0
278	Potatismos m. lättmjölk (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,1	0,1
278	Potatismos m. lättmjölk (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,1	0,1
278	Potatismos m. lättmjölk (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
278	Potatismos m. lättmjölk (beräknat)	Socker totalt	2	2
278	Potatismos m. lättmjölk (beräknat)	Jod	39,4	39,4
278	Potatismos m. lättmjölk (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
278	Potatismos m. lättmjölk (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
278	Potatismos m. lättmjölk (beräknat)	Oljesyra C18:1	1,0	1,0
278	Potatismos m. lättmjölk (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,3	0,4
278	Potatismos m. lättmjölk (beräknat)	Protein	2	2
278	Potatismos m. lättmjölk (beräknat)	Fett	1,9	1,9
278	Potatismos m. lättmjölk (beräknat)	Fosfor	60	60
278	Potatismos m. lättmjölk (beräknat)	Vitamin D	0,4	0,4
278	Potatismos m. lättmjölk (beräknat)	Vitamin E	0,5	0,5
278	Potatismos m. lättmjölk (beräknat)	β-Karoten	8	7
278	Potatismos m. lättmjölk (beräknat)	Energi (kcal)	86	86
278	Potatismos m. lättmjölk (beräknat)	Aska	2	2
278	Potatismos m. lättmjölk (beräknat)	Vatten	79	79
278	Potatismos m. lättmjölk (beräknat)	Kolhydrater	14	14
278	Potatismos m. lättmjölk (beräknat)	Natrium	317	316
278	Potatismos m. lättmjölk (beräknat)	Vitamin A	7	4
278	Potatismos m. lättmjölk (beräknat)	Retinol	6	4
278	Potatismos m. lättmjölk (beräknat)	Salt	1	1
278	Potatismos m. lättmjölk (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,8	1,8
279	(beräknat)	Energi (kJ)	402	402
279	(beräknat)	Disackarider	2	2
279	(beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
279	(beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
279	(beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
279	(beräknat)	Protein	5	5
279	(beräknat)	Energi (kcal)	96	96
279	(beräknat)	Salt	1	1
280	Bakad potatis m. färskoströra paprika veg.	Disackarider	0	0
280	Bakad potatis m. färskoströra paprika veg.	Summa mättade fettsyror	0	0
280	Bakad potatis m. färskoströra paprika veg.	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
280	Bakad potatis m. färskoströra paprika veg.	Summa fleromättade fettsyror	0	0
280	Bakad potatis m. färskoströra paprika veg.	Socker totalt	1	1
280	Bakad potatis m. färskoströra paprika veg.	Protein	4	4
314	Rotfrukter stekta glacerade m. honung (beräknat)	Disackarider	2	2

314	Rotfrukter stekta glacerade m. honung (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
314	Rotfrukter stekta glacerade m. honung (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
314	Rotfrukter stekta glacerade m. honung (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
314	Rotfrukter stekta glacerade m. honung (beräknat)	Protein	1	1
314	Rotfrukter stekta glacerade m. honung (beräknat)	Avfall (skal etc.)	13	13
314	Rotfrukter stekta glacerade m. honung (beräknat)	Salt	1	1
315	Grönsaksbiff rotfruktsbiff stekt veg. (beräknat)	Disackarider	2	2
315	Grönsaksbiff rotfruktsbiff stekt veg. (beräknat)	Energi (kJ)	479	482
315	Grönsaksbiff rotfruktsbiff stekt veg. (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,2	0,2
315	Grönsaksbiff rotfruktsbiff stekt veg. (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
315	Grönsaksbiff rotfruktsbiff stekt veg. (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
315	Grönsaksbiff rotfruktsbiff stekt veg. (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
315	Grönsaksbiff rotfruktsbiff stekt veg. (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,5	0,5
315	Grönsaksbiff rotfruktsbiff stekt veg. (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,3	1,3
315	Grönsaksbiff rotfruktsbiff stekt veg. (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,2	0,2
315	Grönsaksbiff rotfruktsbiff stekt veg. (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,1	0,1
315	Grönsaksbiff rotfruktsbiff stekt veg. (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,2	0,2
315	Grönsaksbiff rotfruktsbiff stekt veg. (beräknat)	Socker totalt	3	3
315	Grönsaksbiff rotfruktsbiff stekt veg. (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
315	Grönsaksbiff rotfruktsbiff stekt veg. (beräknat)	Jod	62,3	62,3
315	Grönsaksbiff rotfruktsbiff stekt veg. (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,9	1,0
315	Grönsaksbiff rotfruktsbiff stekt veg. (beräknat)	Oljesyra C18:1	2,9	2,9
315	Grönsaksbiff rotfruktsbiff stekt veg. (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
315	Grönsaksbiff rotfruktsbiff stekt veg. (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
315	Grönsaksbiff rotfruktsbiff stekt veg. (beräknat)	Fosfor	119	119
315	Grönsaksbiff rotfruktsbiff stekt veg. (beräknat)	Fett	7,4	7,5
315	Grönsaksbiff rotfruktsbiff stekt veg. (beräknat)	Protein	6	6
315	Grönsaksbiff rotfruktsbiff stekt veg. (beräknat)	β-Karoten	1848	1846
315	Grönsaksbiff rotfruktsbiff stekt veg. (beräknat)	Vitamin E	2,6	2,6
315	Grönsaksbiff rotfruktsbiff stekt veg. (beräknat)	Vitamin D	1,0	1,0
315	Grönsaksbiff rotfruktsbiff stekt veg. (beräknat)	Kolhydrater	5	5
315	Grönsaksbiff rotfruktsbiff stekt veg. (beräknat)	Vatten	77	77
315	Grönsaksbiff rotfruktsbiff stekt veg. (beräknat)	Aska	2	2
315	Grönsaksbiff rotfruktsbiff stekt veg. (beräknat)	Energi (kcal)	114	115
315	Grönsaksbiff rotfruktsbiff stekt veg. (beräknat)	Retinol	90	87
315	Grönsaksbiff rotfruktsbiff stekt veg. (beräknat)	Vitamin A	273	269
315	Grönsaksbiff rotfruktsbiff stekt veg. (beräknat)	Natrium	485	484
315	Grönsaksbiff rotfruktsbiff stekt veg. (beräknat)	Salt	1	1
315	Grönsaksbiff rotfruktsbiff stekt veg. (beräknat)	Niacinekvivalenter	2,1	2,1
316	Rödbeta kokt u. salt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
316	Rödbeta kokt u. salt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
316	Rödbeta kokt u. salt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
316	Rödbeta kokt u. salt (beräknat)	Protein	1	1
316	Rödbeta kokt u. salt (beräknat)	Salt	0	0
317	Borsjtj rödbetssoppa (beräknat)	Disackarider	2	2
317	Borsjtj rödbetssoppa (beräknat)	Energi (kJ)	125	126
317	Borsjtj rödbetssoppa (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
317	Borsjtj rödbetssoppa (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
317	Borsjtj rödbetssoppa (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
317	Borsjtj rödbetssoppa (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0

317	Borsjtj rödbetssoppa (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,0	0,0
317	Borsjtj rödbetssoppa (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,1	0,1
317	Borsjtj rödbetssoppa (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,0	0,0
317	Borsjtj rödbetssoppa (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
317	Borsjtj rödbetssoppa (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
317	Borsjtj rödbetssoppa (beräknat)	Socker totalt	4	4
317	Borsjtj rödbetssoppa (beräknat)	Jod	8,9	8,9
317	Borsjtj rödbetssoppa (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,2	0,2
317	Borsjtj rödbetssoppa (beräknat)	Oljesyra C18:1	0,5	0,5
317	Borsjtj rödbetssoppa (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
317	Borsjtj rödbetssoppa (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
317	Borsjtj rödbetssoppa (beräknat)	Fosfor	15	15
317	Borsjtj rödbetssoppa (beräknat)	Fett	1,0	1,0
317	Borsjtj rödbetssoppa (beräknat)	Protein	1	1
317	Borsjtj rödbetssoppa (beräknat)	β-Karoten	569	568
317	Borsjtj rödbetssoppa (beräknat)	Vitamin E	0,3	0,3
317	Borsjtj rödbetssoppa (beräknat)	Vitamin D	0,1	0,0
317	Borsjtj rödbetssoppa (beräknat)	Kolhydrater	4	4
317	Borsjtj rödbetssoppa (beräknat)	Avfall (skal etc.)	6	5
317	Borsjtj rödbetssoppa (beräknat)	Vatten	92	92
317	Borsjtj rödbetssoppa (beräknat)	Aska	1	1
317	Borsjtj rödbetssoppa (beräknat)	Energi (kcal)	30	30
317	Borsjtj rödbetssoppa (beräknat)	Retinol	3	1
317	Borsjtj rödbetssoppa (beräknat)	Vitamin A	59	57
317	Borsjtj rödbetssoppa (beräknat)	Natrium	304	303
317	Borsjtj rödbetssoppa (beräknat)	Salt	1	1
317	Borsjtj rödbetssoppa (beräknat)	Niacinekvivalenter	0,3	0,3
319	Rödbeta inlagd u. lag	Vitamin B6	0,0	0,0
319	Rödbeta inlagd u. lag	Protein	1	1
319	Rödbeta inlagd u. lag	Salt	0	0
320	Avokado	Summa fleromättade fettsyror	3	3
320	Avokado	Summa enkelomättade fettsyror	13	13
320	Avokado	Summa mättade fettsyror	3	3
320	Avokado	Protein	2	2
320	Avokado	Salt	0	0
321	Stjälkselleri	Salt	0	0
322	Blomkål	Summa fleromättade fettsyror	0	0
322	Blomkål	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
322	Blomkål	Summa mättade fettsyror	0	0
322	Blomkål	Protein	2	2
322	Blomkål	Salt	0	0
357	Savojkål	Jod		2,6
357	Savojkål	Salt	0	0
358	Salladskål	Summa fleromättade fettsyror	0	0
358	Salladskål	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
358	Salladskål	Summa mättade fettsyror	0	0
358	Salladskål	Kolhydrater	3	3
358	Salladskål	Energi (kcal)	21	21
358	Salladskål	Salt	0	0
359	Sockerärter	Protein	3	3

17	Lättmargarin fett 38% berikad typ Becel	Salt	1	1
20	Lättmargarin fett 40% berikad typ Lätt & lagom	Energi (kJ)	1594	1594
20	Lättmargarin fett 40% berikad typ Lätt & lagom	Summa mättade fettsyror	12	12
20	Lättmargarin fett 40% berikad typ Lätt & lagom	Summa enkelomättade fettsyror	18	18
20	Lättmargarin fett 40% berikad typ Lätt & lagom	Summa fleromättade fettsyror	7	7
20	Lättmargarin fett 40% berikad typ Lätt & lagom	Jod		1,0
20	Lättmargarin fett 40% berikad typ Lätt & lagom	Protein	1	1
20	Lättmargarin fett 40% berikad typ Lätt & lagom	Salt	1	1
21	Majonnäs fett 90% hemlagad (beräknat)	Energi (kJ)	3281	3281
21	Majonnäs fett 90% hemlagad (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	17	17
21	Majonnäs fett 90% hemlagad (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	58	58
21	Majonnäs fett 90% hemlagad (beräknat)	Protein	1	1
21	Majonnäs fett 90% hemlagad (beräknat)	Energi (kcal)	784	784
21	Majonnäs fett 90% hemlagad (beräknat)	Salt	1	1
22	Sesamsås m. grädde (beräknat)	Kolesterol	63	55
22	Sesamsås m. grädde (beräknat)	Monosackarider	1	1
22	Sesamsås m. grädde (beräknat)	Disackarider	2	3
22	Sesamsås m. grädde (beräknat)	Energi (kJ)	1601	1517
22	Sesamsås m. grädde (beräknat)	Summa mättade fettsyror	16	14
22	Sesamsås m. grädde (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	16	15
22	Sesamsås m. grädde (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	6	6
22	Sesamsås m. grädde (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	1,6	1,4
22	Sesamsås m. grädde (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,7	0,6
22	Sesamsås m. grädde (beräknat)	Myristinsyra C14:0	2,3	2,0
22	Sesamsås m. grädde (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	8,0	7,1
22	Sesamsås m. grädde (beräknat)	Stearinsyra C18:0	2,7	2,4
22	Sesamsås m. grädde (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
22	Sesamsås m. grädde (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
22	Sesamsås m. grädde (beräknat)	Vitamin B12	0,3	0,3
22	Sesamsås m. grädde (beräknat)	Vitamin B6	0,0	0,0
22	Sesamsås m. grädde (beräknat)	Folat	9	10
22	Sesamsås m. grädde (beräknat)	Socker totalt	3	3
22	Sesamsås m. grädde (beräknat)	Jod	49,4	50,1
22	Sesamsås m. grädde (beräknat)	Järn	0,3	0,3
22	Sesamsås m. grädde (beräknat)	Kalcium	82,3	86,4
22	Sesamsås m. grädde (beräknat)	Kalium	109	115
22	Sesamsås m. grädde (beräknat)	Magnesium	14,6	14,9
22	Sesamsås m. grädde (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,1	0,1
22	Sesamsås m. grädde (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,5	0,5
22	Sesamsås m. grädde (beräknat)	Oljesyra C18:1	14,9	14,3
22	Sesamsås m. grädde (beräknat)	Linolsyra C18:2	4,1	4,6
22	Sesamsås m. grädde (beräknat)	Linolensyra C18:3	1,5	1,4
22	Sesamsås m. grädde (beräknat)	Protein	2	2
22	Sesamsås m. grädde (beräknat)	Alkohol	0,1	0,1
22	Sesamsås m. grädde (beräknat)	Fibrer	1	1
22	Sesamsås m. grädde (beräknat)	Fett	40,3	37,9
22	Sesamsås m. grädde (beräknat)	Fosfor	67	71
22	Sesamsås m. grädde (beräknat)	Vitamin D	1,1	0,9
22	Sesamsås m. grädde (beräknat)	Vitamin E	4,8	5,2
22	Sesamsås m. grädde (beräknat)	β-Karoten	197	155

22	Sesamsås m. grädde (beräknat)	Tiamin	0,0	0,0
22	Sesamsås m. grädde (beräknat)	Energi (kcal)	382	362
22	Sesamsås m. grädde (beräknat)	Aska	2	2
22	Sesamsås m. grädde (beräknat)	Vatten	51	53
22	Sesamsås m. grädde (beräknat)	Avfall (skal etc.)	1	1
22	Sesamsås m. grädde (beräknat)	Kolhydrater	4	4
22	Sesamsås m. grädde (beräknat)	Natrium	410	401
22	Sesamsås m. grädde (beräknat)	Selen	1,9	1,9
22	Sesamsås m. grädde (beräknat)	Zink	0,37	0,38
22	Sesamsås m. grädde (beräknat)	Vitamin A	256	203
22	Sesamsås m. grädde (beräknat)	Retinol	239	190
22	Sesamsås m. grädde (beräknat)	Salt	1	1
22	Sesamsås m. grädde (beräknat)	Fritt socker	0	0
22	Sesamsås m. grädde (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
22	Sesamsås m. grädde (beräknat)	Vitamin C	1	1
22	Sesamsås m. grädde (beräknat)	Niacin	0,2	0,2
22	Sesamsås m. grädde (beräknat)	Niacinekvivalenter	0,6	0,7
23	Gravlaxsås hovmästarsås hemlagad (beräknat)	Disackarider	7	7
23	Gravlaxsås hovmästarsås hemlagad (beräknat)	Monosackarider	1	1
23	Gravlaxsås hovmästarsås hemlagad (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	26	26
23	Gravlaxsås hovmästarsås hemlagad (beräknat)	Summa mättade fettsyror	3	3
23	Gravlaxsås hovmästarsås hemlagad (beräknat)	Protein	2	2
23	Gravlaxsås hovmästarsås hemlagad (beräknat)	Salt	1	1
24	Gravlaxsås kylvara	Salt	1	1
25	Remouladsås (beräknat)	Energi (kJ)	2961	2961
25	Remouladsås (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	15	15
25	Remouladsås (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	52	52
62	Dressing vinägrettp fett 65%	Salt	2	2
64	Hollandaisesås tillagad frysvara el. pulver	Salt	1	1
66	Mesost fett ca 30%	Summa mättade fettsyror	19	19
66	Mesost fett ca 30%	Summa enkelomättade fettsyror	7	7
66	Mesost fett ca 30%	Summa fleromättade fettsyror	0	0
66	Mesost fett ca 30%	Salt	1	1
68	Messmör fett 5% berikad	Summa fleromättade fettsyror	0	0
68	Messmör fett 5% berikad	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
68	Messmör fett 5% berikad	Summa mättade fettsyror	3	3
68	Messmör fett 5% berikad	Salt	1	1
69	Messmör fett 2% berikad	Summa mättade fettsyror	1	1
69	Messmör fett 2% berikad	Summa enkelomättade fettsyror	0	1
69	Messmör fett 2% berikad	Summa fleromättade fettsyror	0	0
69	Messmör fett 2% berikad	Salt	1	1
70	Färskost cottage cheese naturell fett 4%	Disackarider	2	2
70	Färskost cottage cheese naturell fett 4%	Summa fleromättade fettsyror	0	0
70	Färskost cottage cheese naturell fett 4%	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
70	Färskost cottage cheese naturell fett 4%	Summa mättade fettsyror	3	3
70	Färskost cottage cheese naturell fett 4%	Vitamin K	12,2	12,2
70	Färskost cottage cheese naturell fett 4%	Salt	1	1
71	Färskost cottage cheese m. frukt fett 3%	Socker totalt	9	9
71	Färskost cottage cheese m. frukt fett 3%	Vitamin A	31	31
72	Färskost cottage cheese m. grönsaker fett 3,5-5%	Disackarider	2	2

102	Ädelost grönmögelost fett 43%	Salt	1	1
103	Ost hårdost parmesan fett 30%	Summa fleromättade fettsyror	1	1
103	Ost hårdost parmesan fett 30%	Summa enkelomättade fettsyror	7	7
103	Ost hårdost parmesan fett 30%	Summa mättade fettsyror	18	18
103	Ost hårdost parmesan fett 30%	Protein	36	36
103	Ost hårdost parmesan fett 30%	Salt	2	2
104	Färskost m. vitlök fett 35%	Salt	1	1
105	Camembert vitmögelost fett 11%	Salt	2	2
106	Mjukost smältost fett ca 22%	Disackarider	5	5
106	Mjukost smältost fett ca 22%	Summa mättade fettsyror	15	15
106	Mjukost smältost fett ca 22%	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
106	Mjukost smältost fett ca 22%	Summa fleromättade fettsyror	1	1
106	Mjukost smältost fett ca 22%	Socker totalt	5	6
106	Mjukost smältost fett ca 22%	Protein	10	10
106	Mjukost smältost fett ca 22%	Vitamin A	304	304
106	Mjukost smältost fett ca 22%	Salt	2	2
107	Färskost cream cheese fett 27%	Disackarider	3	3
107	Färskost cream cheese fett 27%	Summa fleromättade fettsyror	1	1
107	Färskost cream cheese fett 27%	Summa enkelomättade fettsyror	6	6
107	Färskost cream cheese fett 27%	Summa mättade fettsyror	18	18
107	Färskost cream cheese fett 27%	Protein	6	6
107	Färskost cream cheese fett 27%	Vitamin A	285	285
107	Färskost cream cheese fett 27%	Salt	1	1
109	Färskost cream cheese extra light fett 5%	Disackarider	3	3
109	Färskost cream cheese extra light fett 5%	Monosackarider	0	0
109	Färskost cream cheese extra light fett 5%	Socker totalt	3	3
109	Färskost cream cheese extra light fett 5%	Vitamin A	56	56
110	Camembert vitmögelost friterad (beräknat)	Monosackarider	0	0
110	Camembert vitmögelost friterad (beräknat)	Disackarider	0	0
110	Camembert vitmögelost friterad (beräknat)	Summa mättade fettsyror	12	10
110	Camembert vitmögelost friterad (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	7	7
110	Camembert vitmögelost friterad (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	2
110	Camembert vitmögelost friterad (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,5	0,5
110	Camembert vitmögelost friterad (beräknat)	Myristinsyra C14:0	1,5	1,5
110	Camembert vitmögelost friterad (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	6,2	4,9
110	Camembert vitmögelost friterad (beräknat)	Stearinsyra C18:0	1,9	1,8
110	Camembert vitmögelost friterad (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,3
142	Kefir fett 3% berikad	Kolhydrater	5	5
147	Yoghurt mild vanilj lätt fett 0,5%	Vitamin D	0,4	1,0
147	Yoghurt mild vanilj lätt fett 0,5%	Kolhydrater	10	10
147	Yoghurt mild vanilj lätt fett 0,5%	Salt	0	0
150	Mellanmjölk fett 1,5% berikad	Disackarider	5	5
150	Mellanmjölk fett 1,5% berikad	Summa mättade fettsyror	1	1
150	Mellanmjölk fett 1,5% berikad	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
150	Mellanmjölk fett 1,5% berikad	Summa fleromättade fettsyror	0	0
150	Mellanmjölk fett 1,5% berikad	Protein	4	4
151	Lättmjölk fett 0,5% berikad	Disackarider	5	5
151	Lättmjölk fett 0,5% berikad	Summa fleromättade fettsyror	0	0
151	Lättmjölk fett 0,5% berikad	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
151	Lättmjölk fett 0,5% berikad	Summa mättade fettsyror	0	0

152	Vassle flytande	Summa mättade fettsyror	0	0
152	Vassle flytande	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
152	Vassle flytande	Kolhydrater	5	5
152	Vassle flytande	Salt	0	0
154	Filbunke m. grädde (beräknat)	Energi (kJ)	275	276
154	Filbunke m. grädde (beräknat)	Disackarider	5	5
154	Filbunke m. grädde (beräknat)	Kolesterol	12	12
154	Filbunke m. grädde (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,3	0,3
154	Filbunke m. grädde (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
154	Filbunke m. grädde (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
154	Filbunke m. grädde (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
154	Filbunke m. grädde (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,4	0,4
154	Filbunke m. grädde (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,1	1,1
154	Filbunke m. grädde (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,4	0,4
154	Filbunke m. grädde (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,1	0,1
154	Filbunke m. grädde (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
154	Filbunke m. grädde (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
154	Filbunke m. grädde (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,0	0,0
154	Filbunke m. grädde (beräknat)	Socker totalt	5	5
154	Filbunke m. grädde (beräknat)	Folat	12	12
154	Filbunke m. grädde (beräknat)	Vitamin B6	0,0	0,0
154	Filbunke m. grädde (beräknat)	Vitamin B12	0,5	0,5
154	Filbunke m. grädde (beräknat)	Magnesium	11,4	11,4
154	Filbunke m. grädde (beräknat)	Kalium	165	165
154	Filbunke m. grädde (beräknat)	Kalcium	123,0	123,0
154	Filbunke m. grädde (beräknat)	Järn	0,0	0,0
154	Filbunke m. grädde (beräknat)	Jod	12,0	12,0
154	Filbunke m. grädde (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,1	0,1
154	Filbunke m. grädde (beräknat)	Oljesyra C18:1	0,8	0,8
154	Filbunke m. grädde (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
154	Filbunke m. grädde (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
154	Filbunke m. grädde (beräknat)	Fosfor	104	104
154	Filbunke m. grädde (beräknat)	Fett	3,5	3,6
154	Filbunke m. grädde (beräknat)	Protein	4	4
154	Filbunke m. grädde (beräknat)	Tiamin	0,0	0,0
154	Filbunke m. grädde (beräknat)	Vitamin K	2,8	2,8
154	Filbunke m. grädde (beräknat)	β-Karoten	25	25
154	Filbunke m. grädde (beräknat)	Vitamin E	0,1	0,1
154	Filbunke m. grädde (beräknat)	Vitamin D	1,0	1,0
154	Filbunke m. grädde (beräknat)	Kolhydrater	5	5
154	Filbunke m. grädde (beräknat)	Vatten	87	87
154	Filbunke m. grädde (beräknat)	Aska	1	1
154	Filbunke m. grädde (beräknat)	Energi (kcal)	66	66
154	Filbunke m. grädde (beräknat)	Retinol	31	31
154	Filbunke m. grädde (beräknat)	Vitamin A	33	33
154	Filbunke m. grädde (beräknat)	Zink	0,49	0,49
154	Filbunke m. grädde (beräknat)	Selen	1,4	1,4
154	Filbunke m. grädde (beräknat)	Natrium	40	40
154	Filbunke m. grädde (beräknat)	Salt	0	0
154	Filbunke m. grädde (beräknat)	Niacinekvivalenter	0,9	0,9

154	Filbunke m. grädde (beräknat)	Niacin	0,1	0,1
154	Filbunke m. grädde (beräknat)	Vitamin C	1	1
154	Filbunke m. grädde (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
156	Varm choklad m. mjölk fett 3% (beräknat)	Disackarider	9	9
156	Varm choklad m. mjölk fett 3% (beräknat)	Energi (kJ)	356	356
156	Varm choklad m. mjölk fett 3% (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
156	Varm choklad m. mjölk fett 3% (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
156	Varm choklad m. mjölk fett 3% (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
156	Varm choklad m. mjölk fett 3% (beräknat)	Protein	4	4
156	Varm choklad m. mjölk fett 3% (beräknat)	Vitamin K	1,0	1,0
156	Varm choklad m. mjölk fett 3% (beräknat)	Energi (kcal)	85	85
156	Varm choklad m. mjölk fett 3% (beräknat)	Salt	0	0
157	Varm choklad m. mjölk fett 1,5% (beräknat)	Disackarider	9	9
157	Varm choklad m. mjölk fett 1,5% (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
157	Varm choklad m. mjölk fett 1,5% (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
157	Varm choklad m. mjölk fett 1,5% (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
157	Varm choklad m. mjölk fett 1,5% (beräknat)	Protein	4	4
157	Varm choklad m. mjölk fett 1,5% (beräknat)	Vitamin K	0,5	0,5
157	Varm choklad m. mjölk fett 1,5% (beräknat)	Salt	0	0
158	Varm choklad m. mjölk fett 0,5% (beräknat)	Disackarider	9	9
158	Varm choklad m. mjölk fett 0,5% (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
158	Varm choklad m. mjölk fett 0,5% (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
158	Varm choklad m. mjölk fett 0,5% (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
183	örtkryddor fibrer 10,5%	Energi (kcal)	391	390
185	Bröd fullkorn korn fibrer 3% (beräknat)	Kolesterol	7	5
185	Bröd fullkorn korn fibrer 3% (beräknat)	Monosackarider	2	2
185	Bröd fullkorn korn fibrer 3% (beräknat)	Disackarider	4	4
185	Bröd fullkorn korn fibrer 3% (beräknat)	Energi (kJ)	1000	1001
185	Bröd fullkorn korn fibrer 3% (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
185	Bröd fullkorn korn fibrer 3% (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
185	Bröd fullkorn korn fibrer 3% (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
185	Bröd fullkorn korn fibrer 3% (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,2	0,1
185	Bröd fullkorn korn fibrer 3% (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,1	0,1
185	Bröd fullkorn korn fibrer 3% (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,2	0,2
185	Bröd fullkorn korn fibrer 3% (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,3	1,3
185	Bröd fullkorn korn fibrer 3% (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,3	0,2
185	Bröd fullkorn korn fibrer 3% (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,2
185	Bröd fullkorn korn fibrer 3% (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
185	Bröd fullkorn korn fibrer 3% (beräknat)	Vitamin B12	0,2	0,2
185	Bröd fullkorn korn fibrer 3% (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
185	Bröd fullkorn korn fibrer 3% (beräknat)	Folat	31	31
185	Bröd fullkorn korn fibrer 3% (beräknat)	Socker totalt	6	6
185	Bröd fullkorn korn fibrer 3% (beräknat)	Fullkorn totalt	33	33
185	Bröd fullkorn korn fibrer 3% (beräknat)	Jod	44,3	44,3
185	Bröd fullkorn korn fibrer 3% (beräknat)	Järn	1,5	1,5
185	Bröd fullkorn korn fibrer 3% (beräknat)	Kalcium	61,2	61,2
185	Bröd fullkorn korn fibrer 3% (beräknat)	Kalium	231	231
185	Bröd fullkorn korn fibrer 3% (beräknat)	Magnesium	39,7	39,7
185	Bröd fullkorn korn fibrer 3% (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
185	Bröd fullkorn korn fibrer 3% (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0

185	Bröd fullkorn korn fibrer 3% (beräknat)	Oljesyra C18:1	1,2	1,4
185	Bröd fullkorn korn fibrer 3% (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,8	0,9
185	Bröd fullkorn korn fibrer 3% (beräknat)	Protein	6	6
185	Bröd fullkorn korn fibrer 3% (beräknat)	Fibrer	3	3
185	Bröd fullkorn korn fibrer 3% (beräknat)	Fett	5,0	5,0
185	Bröd fullkorn korn fibrer 3% (beräknat)	Fosfor	156	156
185	Bröd fullkorn korn fibrer 3% (beräknat)	Vitamin D	0,6	0,6
185	Bröd fullkorn korn fibrer 3% (beräknat)	Vitamin E	0,4	0,5
185	Bröd fullkorn korn fibrer 3% (beräknat)	β-Karoten	23	23
185	Bröd fullkorn korn fibrer 3% (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
185	Bröd fullkorn korn fibrer 3% (beräknat)	Energi (kcal)	239	239
185	Bröd fullkorn korn fibrer 3% (beräknat)	Aska	2	2
185	Bröd fullkorn korn fibrer 3% (beräknat)	Vatten	44	44
185	Bröd fullkorn korn fibrer 3% (beräknat)	Kolhydrater	40	40
185	Bröd fullkorn korn fibrer 3% (beräknat)	Natrium	367	368
185	Bröd fullkorn korn fibrer 3% (beräknat)	Selen	2,8	2,8
185	Bröd fullkorn korn fibrer 3% (beräknat)	Zink	1,22	1,22
185	Bröd fullkorn korn fibrer 3% (beräknat)	Vitamin A	33	34
185	Bröd fullkorn korn fibrer 3% (beräknat)	Retinol	31	32
185	Bröd fullkorn korn fibrer 3% (beräknat)	Salt	1	1
185	Bröd fullkorn korn fibrer 3% (beräknat)	Tillsatt socker	4	4
185	Bröd fullkorn korn fibrer 3% (beräknat)	Fritt socker	4	4
185	Bröd fullkorn korn fibrer 3% (beräknat)	Riboflavin	0,2	0,2
185	Bröd fullkorn korn fibrer 3% (beräknat)	Vitamin C	1	1
185	Bröd fullkorn korn fibrer 3% (beräknat)	Niacin	2,5	2,5
185	Bröd fullkorn korn fibrer 3% (beräknat)	Niacinekvivalenter	3,6	3,6
186	Bröd vitt fullkorn graham typ scones (beräknat)	Energi (kJ)	1191	1190
186	Bröd vitt fullkorn graham typ scones (beräknat)	Disackarider	2	2
186	Bröd vitt fullkorn graham typ scones (beräknat)	Monosackarider	0	0
186	Bröd vitt fullkorn graham typ scones (beräknat)	Kolesterol	15	9
186	Bröd vitt fullkorn graham typ scones (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,5	0,3
186	Bröd vitt fullkorn graham typ scones (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
186	Bröd vitt fullkorn graham typ scones (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	4
186	Bröd vitt fullkorn graham typ scones (beräknat)	Summa mättade fettsyror	5	5
186	Bröd vitt fullkorn graham typ scones (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,7	0,5
186	Bröd vitt fullkorn graham typ scones (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	3,0	2,9
186	Bröd vitt fullkorn graham typ scones (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,6	0,4
186	Bröd vitt fullkorn graham typ scones (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,3	0,3
186	Bröd vitt fullkorn graham typ scones (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
186	Bröd vitt fullkorn graham typ scones (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,3	0,4
186	Bröd vitt fullkorn graham typ scones (beräknat)	Fullkorn totalt	27	27
186	Bröd vitt fullkorn graham typ scones (beräknat)	Socker totalt	2	2
186	Bröd vitt fullkorn graham typ scones (beräknat)	Folat	12	12
186	Bröd vitt fullkorn graham typ scones (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
186	Bröd vitt fullkorn graham typ scones (beräknat)	Vitamin B12	0,1	0,1
186	Bröd vitt fullkorn graham typ scones (beräknat)	Magnesium	36,1	36,1
186	Bröd vitt fullkorn graham typ scones (beräknat)	Kalium	196	196
186	Bröd vitt fullkorn graham typ scones (beräknat)	Kalcium	217,9	217,8
186	Bröd vitt fullkorn graham typ scones (beräknat)	Järn	1,0	1,0
186	Bröd vitt fullkorn graham typ scones (beräknat)	Jod	43,4	43,3

186	Bröd vitt fullkorn graham typ scones (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,2	1,4
186	Bröd vitt fullkorn graham typ scones (beräknat)	Oljesyra C18:1	3,2	3,6
186	Bröd vitt fullkorn graham typ scones (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
186	Bröd vitt fullkorn graham typ scones (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
186	Bröd vitt fullkorn graham typ scones (beräknat)	Fosfor	360	360
186	Bröd vitt fullkorn graham typ scones (beräknat)	Fett	10,8	10,8
186	Bröd vitt fullkorn graham typ scones (beräknat)	Fibrer	5	5
186	Bröd vitt fullkorn graham typ scones (beräknat)	Protein	6	6
186	Bröd vitt fullkorn graham typ scones (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
186	Bröd vitt fullkorn graham typ scones (beräknat)	β-Karoten	56	57
186	Bröd vitt fullkorn graham typ scones (beräknat)	Vitamin E	1,1	1,4
186	Bröd vitt fullkorn graham typ scones (beräknat)	Vitamin D	0,9	1,1
186	Bröd vitt fullkorn graham typ scones (beräknat)	Kolhydrater	38	38
186	Bröd vitt fullkorn graham typ scones (beräknat)	Vatten	37	37
186	Bröd vitt fullkorn graham typ scones (beräknat)	Aska	3	3
186	Bröd vitt fullkorn graham typ scones (beräknat)	Energi (kcal)	285	285
186	Bröd vitt fullkorn graham typ scones (beräknat)	Retinol	83	86
186	Bröd vitt fullkorn graham typ scones (beräknat)	Vitamin A	88	91
186	Bröd vitt fullkorn graham typ scones (beräknat)	Zink	1,02	1,02
186	Bröd vitt fullkorn graham typ scones (beräknat)	Selen	3,7	3,7
186	Bröd vitt fullkorn graham typ scones (beräknat)	Natrium	556	559
186	Bröd vitt fullkorn graham typ scones (beräknat)	Salt	1	1
186	Bröd vitt fullkorn graham typ scones (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,6	1,6
186	Bröd vitt fullkorn graham typ scones (beräknat)	Niacin	0,4	0,4
186	Bröd vitt fullkorn graham typ scones (beräknat)	Vitamin C	1	1
186	Bröd vitt fullkorn graham typ scones (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
187	Bröd fullkorn råg fibrer ca 10% typ pumpernickel	Jod	2,7	1,0
187	Bröd fullkorn råg fibrer ca 10% typ pumpernickel	Salt	1	1
190	normalgräddat	Disackarider	1	1
190	normalgräddat	Energi (kJ)	1462	1462
190	normalgräddat	Summa mättade fettsyror	0	0
190	normalgräddat	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
190	normalgräddat	Summa fleromättade fettsyror	1	1
190	normalgräddat	Energi (kcal)	349	349
190	normalgräddat	Salt	1	1
191	15% typ spisbröd	Disackarider	0	0
191	15% typ spisbröd	Monosackarider	0	0
191	15% typ spisbröd	Socker totalt	1	1
222	Bröd vitt vatten fibrer ca 3% typ ostfralla	Salt	1	1
224	Riskaka fullkorn solrosfrön majs fett 4%	Monosackarider	0	0
224	Riskaka fullkorn solrosfrön majs fett 4%	Disackarider	1	1
224	Riskaka fullkorn solrosfrön majs fett 4%	Summa mättade fettsyror	1	1
224	Riskaka fullkorn solrosfrön majs fett 4%	Summa enkelomättade fettsyror	1	2
224	Riskaka fullkorn solrosfrön majs fett 4%	Summa fleromättade fettsyror	2	2
224	Riskaka fullkorn solrosfrön majs fett 4%	Socker totalt	1	1
224	Riskaka fullkorn solrosfrön majs fett 4%	Protein	8	8
224	Riskaka fullkorn solrosfrön majs fett 4%	Vitamin A	4	5
224	Riskaka fullkorn solrosfrön majs fett 4%	Salt	0	0
225	Riskaka fullkorn smaksatt fett 18%	Monosackarider	1	1
225	Riskaka fullkorn smaksatt fett 18%	Summa fleromättade fettsyror	2	2

225	Riskaka fullkorn smaksatt fett 18%	Summa enkelomättade fettsyror	13	13
225	Riskaka fullkorn smaksatt fett 18%	Summa mättade fettsyror	2	2
225	Riskaka fullkorn smaksatt fett 18%	Socker totalt	3	3
225	Riskaka fullkorn smaksatt fett 18%	Protein	7	7
225	Riskaka fullkorn smaksatt fett 18%	Vitamin A	13	14
225	Riskaka fullkorn smaksatt fett 18%	Salt	2	2
226	Bröd vitt glutenfritt	Monosackarider	4	4
226	Bröd vitt glutenfritt	Disackarider	0	0
226	Bröd vitt glutenfritt	Protein	2	2
226	Bröd vitt glutenfritt	Vitamin K	2,2	2,2
226	Bröd vitt glutenfritt	Salt	1	1
227	Bröd mörkt glutenfritt	Disackarider	0	0
227	Bröd mörkt glutenfritt	Protein	3	3
227	Bröd mörkt glutenfritt	Vitamin K	3,0	3,0
227	Bröd mörkt glutenfritt	Salt	1	1
229	Bröd vitt typ croissant fransk giffel (beräknat)	Kolesterol	42	28
229	Bröd vitt typ croissant fransk giffel (beräknat)	Monosackarider	0	0
229	Bröd vitt typ croissant fransk giffel (beräknat)	Disackarider	6	6
229	Bröd vitt typ croissant fransk giffel (beräknat)	Energi (kJ)	1520	1518
229	Bröd vitt typ croissant fransk giffel (beräknat)	Summa mättade fettsyror	11	10
229	Bröd vitt typ croissant fransk giffel (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	7	7
229	Bröd vitt typ croissant fransk giffel (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	3	4
229	Bröd vitt typ croissant fransk giffel (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	1,0	0,6
229	Bröd vitt typ croissant fransk giffel (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,6	0,6
229	Bröd vitt typ croissant fransk giffel (beräknat)	Myristinsyra C14:0	1,2	0,8
229	Bröd vitt typ croissant fransk giffel (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	6,2	6,1
229	Bröd vitt typ croissant fransk giffel (beräknat)	Stearinsyra C18:0	1,4	1,1
229	Bröd vitt typ croissant fransk giffel (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,6	0,8
229	Bröd vitt typ croissant fransk giffel (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
229	Bröd vitt typ croissant fransk giffel (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
229	Bröd vitt typ croissant fransk giffel (beräknat)	Vitamin B12	0,2	0,2
229	Bröd vitt typ croissant fransk giffel (beräknat)	Vitamin B6	0,0	0,0
229	Bröd vitt typ croissant fransk giffel (beräknat)	Folat	14	14
229	Bröd vitt typ croissant fransk giffel (beräknat)	Socker totalt	6	6
229	Bröd vitt typ croissant fransk giffel (beräknat)	Jod	48,4	48,2
229	Bröd vitt typ croissant fransk giffel (beräknat)	Järn	0,4	0,4
229	Bröd vitt typ croissant fransk giffel (beräknat)	Kalcium	42,2	42,2
229	Bröd vitt typ croissant fransk giffel (beräknat)	Kalium	120	120
229	Bröd vitt typ croissant fransk giffel (beräknat)	Magnesium	13,0	13,0
229	Bröd vitt typ croissant fransk giffel (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
229	Bröd vitt typ croissant fransk giffel (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,2	0,1
229	Bröd vitt typ croissant fransk giffel (beräknat)	Oljesyra C18:1	6,8	7,8
229	Bröd vitt typ croissant fransk giffel (beräknat)	Linolsyra C18:2	2,0	2,4
229	Bröd vitt typ croissant fransk giffel (beräknat)	Protein	5	5
229	Bröd vitt typ croissant fransk giffel (beräknat)	Fibrer	2	2
229	Bröd vitt typ croissant fransk giffel (beräknat)	Fett	21,7	21,6
229	Bröd vitt typ croissant fransk giffel (beräknat)	Fosfor	83	83
229	Bröd vitt typ croissant fransk giffel (beräknat)	Vitamin D	1,5	2,0
229	Bröd vitt typ croissant fransk giffel (beräknat)	Vitamin E	2,1	2,7
229	Bröd vitt typ croissant fransk giffel (beräknat)	β-Karoten	115	119

229	Bröd vitt typ croissant fransk giffel (beräknat)	Energi (kcal)	363	363
229	Bröd vitt typ croissant fransk giffel (beräknat)	Aska	2	2
229	Bröd vitt typ croissant fransk giffel (beräknat)	Vatten	34	34
229	Bröd vitt typ croissant fransk giffel (beräknat)	Kolhydrater	36	36
229	Bröd vitt typ croissant fransk giffel (beräknat)	Natrium	486	493
229	Bröd vitt typ croissant fransk giffel (beräknat)	Selen	5,5	5,5
229	Bröd vitt typ croissant fransk giffel (beräknat)	Zink	0,43	0,43
229	Bröd vitt typ croissant fransk giffel (beräknat)	Vitamin A	192	199
229	Bröd vitt typ croissant fransk giffel (beräknat)	Retinol	182	189
229	Bröd vitt typ croissant fransk giffel (beräknat)	Salt	1	1
229	Bröd vitt typ croissant fransk giffel (beräknat)	Tillsatt socker	4	4
229	Bröd vitt typ croissant fransk giffel (beräknat)	Fritt socker	4	4
229	Bröd vitt typ croissant fransk giffel (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,4	1,4
229	Bröd vitt typ croissant fransk giffel (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
229	Bröd vitt typ croissant fransk giffel (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
229	Bröd vitt typ croissant fransk giffel (beräknat)	Vitamin C	1	1
229	Bröd vitt typ croissant fransk giffel (beräknat)	Niacin	0,5	0,5
230	Potatis höst rå	Salt	0	0
231	Potatis höst kokt m. salt	Salt	0	0
263	Pytt i panna m. rotfrukt svamp veg. (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,0	0,0
263	Pytt i panna m. rotfrukt svamp veg. (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,2	0,2
263	Pytt i panna m. rotfrukt svamp veg. (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,1	0,1
263	Pytt i panna m. rotfrukt svamp veg. (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,3	0,2
263	Pytt i panna m. rotfrukt svamp veg. (beräknat)	Socker totalt	3	3
263	Pytt i panna m. rotfrukt svamp veg. (beräknat)	Jod	20,0	20,0
263	Pytt i panna m. rotfrukt svamp veg. (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
263	Pytt i panna m. rotfrukt svamp veg. (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
263	Pytt i panna m. rotfrukt svamp veg. (beräknat)	Oljesyra C18:1	1,6	1,6
263	Pytt i panna m. rotfrukt svamp veg. (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,6	0,7
263	Pytt i panna m. rotfrukt svamp veg. (beräknat)	Protein	2	2
263	Pytt i panna m. rotfrukt svamp veg. (beräknat)	Fett	3,1	3,1
263	Pytt i panna m. rotfrukt svamp veg. (beräknat)	Fosfor	43	43
263	Pytt i panna m. rotfrukt svamp veg. (beräknat)	Vitamin D	3,2	3,1
263	Pytt i panna m. rotfrukt svamp veg. (beräknat)	Vitamin E	1,0	1,1
263	Pytt i panna m. rotfrukt svamp veg. (beräknat)	β-Karoten	1091	1088
263	Pytt i panna m. rotfrukt svamp veg. (beräknat)	Energi (kcal)	81	82
263	Pytt i panna m. rotfrukt svamp veg. (beräknat)	Aska	1	1
263	Pytt i panna m. rotfrukt svamp veg. (beräknat)	Vatten	81	81
263	Pytt i panna m. rotfrukt svamp veg. (beräknat)	Avfall (skal etc.)	15	13
263	Pytt i panna m. rotfrukt svamp veg. (beräknat)	Kolhydrater	10	10
263	Pytt i panna m. rotfrukt svamp veg. (beräknat)	Natrium	168	166
263	Pytt i panna m. rotfrukt svamp veg. (beräknat)	Vitamin A	112	108
263	Pytt i panna m. rotfrukt svamp veg. (beräknat)	Retinol	8	4
263	Pytt i panna m. rotfrukt svamp veg. (beräknat)	Salt	0	0
263	Pytt i panna m. rotfrukt svamp veg. (beräknat)	Niacinekvivalenter	2,4	2,4
264	Potatissallad m. vinägrettsås (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
264	Potatissallad m. vinägrettsås (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
264	Potatissallad m. vinägrettsås (beräknat)	Protein	2	2
264	Potatissallad m. vinägrettsås (beräknat)	Kolhydrater	15	15
264	Potatissallad m. vinägrettsås (beräknat)	Salt	1	1

265	Potatismospulver berikad	Salt	3	3
266	Potatispalt	Salt	1	1
268	Potatis råstuvad hemlagad	Jod		53,3
268	Potatis råstuvad hemlagad	Salt	1	1
270	hemlagad	Summa fleromättade fettsyror	0	0
270	hemlagad	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
270	hemlagad	Summa mättade fettsyror	4	4
270	hemlagad	Jod		3,7
270	hemlagad	Kolhydrater	15	15
270	hemlagad	Salt	1	1
272	Potatis stuvad (beräknat)	Energi (kJ)	394	396
272	Potatis stuvad (beräknat)	Disackarider	2	2
272	Potatis stuvad (beräknat)	Monosackarider	0	0
272	Potatis stuvad (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,1	0,1
272	Potatis stuvad (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
272	Potatis stuvad (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
272	Potatis stuvad (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
272	Potatis stuvad (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,1	0,1
272	Potatis stuvad (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,4	0,4
272	Potatis stuvad (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,1	0,1
272	Potatis stuvad (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
272	Potatis stuvad (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
272	Potatis stuvad (beräknat)	Socker totalt	2	2
272	Potatis stuvad (beräknat)	Jod	32,4	32,4
272	Potatis stuvad (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,3	0,3
272	Potatis stuvad (beräknat)	Oljesyra C18:1	1,0	1,0
272	Potatis stuvad (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
272	Potatis stuvad (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
272	Potatis stuvad (beräknat)	Fosfor	69	69
272	Potatis stuvad (beräknat)	Fett	2,5	2,5
272	Potatis stuvad (beräknat)	Protein	3	3
272	Potatis stuvad (beräknat)	β-Karoten	43	42
272	Potatis stuvad (beräknat)	Vitamin E	0,4	0,5
272	Potatis stuvad (beräknat)	Vitamin D	0,5	0,4
272	Potatis stuvad (beräknat)	Kolhydrater	14	14
300	Morot konserv. u. lag	Jod		0,3
304	Jordärtskockssoppa veg. (beräknat)	Energi (kJ)	323	325
304	Jordärtskockssoppa veg. (beräknat)	Monosackarider	1	1
304	Jordärtskockssoppa veg. (beräknat)	Disackarider	0	0
304	Jordärtskockssoppa veg. (beräknat)	Summa mättade fettsyror	3	3
304	Jordärtskockssoppa veg. (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
304	Jordärtskockssoppa veg. (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
304	Jordärtskockssoppa veg. (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,4	0,4
304	Jordärtskockssoppa veg. (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,1	0,1
304	Jordärtskockssoppa veg. (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,4	0,4
304	Jordärtskockssoppa veg. (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,2	1,2
304	Jordärtskockssoppa veg. (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,5	0,5
304	Jordärtskockssoppa veg. (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
304	Jordärtskockssoppa veg. (beräknat)	Socker totalt	2	2
304	Jordärtskockssoppa veg. (beräknat)	Jod	17,3	17,3

304	Jordärtskockssoppa veg. (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
304	Jordärtskockssoppa veg. (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
304	Jordärtskockssoppa veg. (beräknat)	Oljesyra C18:1	1,7	1,7
304	Jordärtskockssoppa veg. (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,3	0,4
304	Jordärtskockssoppa veg. (beräknat)	Protein	1	1
304	Jordärtskockssoppa veg. (beräknat)	Fett	5,5	5,6
304	Jordärtskockssoppa veg. (beräknat)	Fosfor	32	32
304	Jordärtskockssoppa veg. (beräknat)	Vitamin D	0,1	0,1
304	Jordärtskockssoppa veg. (beräknat)	Vitamin E	0,6	0,6
304	Jordärtskockssoppa veg. (beräknat)	β-Karoten	53	52
304	Jordärtskockssoppa veg. (beräknat)	Energi (kcal)	77	78
304	Jordärtskockssoppa veg. (beräknat)	Aska	1	1
304	Jordärtskockssoppa veg. (beräknat)	Vatten	85	85
304	Jordärtskockssoppa veg. (beräknat)	Avfall (skal etc.)	9	8
304	Jordärtskockssoppa veg. (beräknat)	Kolhydrater	5	5
304	Jordärtskockssoppa veg. (beräknat)	Natrium	324	323
304	Jordärtskockssoppa veg. (beräknat)	Vitamin A	41	39
304	Jordärtskockssoppa veg. (beräknat)	Retinol	36	34
304	Jordärtskockssoppa veg. (beräknat)	Salt	1	1
304	Jordärtskockssoppa veg. (beräknat)	Niacinekvivalenter	0,7	0,7
305	Morot kokt m. salt (beräknat)	Disackarider	3	3
305	Morot kokt m. salt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
305	Morot kokt m. salt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
305	Morot kokt m. salt (beräknat)	Protein	1	1
305	Morot kokt m. salt (beräknat)	Salt	0	0
306	Morot stuvad (beräknat)	Energi (kJ)	342	346
306	Morot stuvad (beräknat)	Monosackarider	2	2
306	Morot stuvad (beräknat)	Disackarider	4	4
306	Morot stuvad (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
306	Morot stuvad (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
306	Morot stuvad (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
306	Morot stuvad (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,1	0,1
306	Morot stuvad (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
306	Morot stuvad (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,1	0,1
306	Morot stuvad (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,6	0,6
306	Morot stuvad (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,2	0,2
306	Morot stuvad (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,3	0,3
306	Morot stuvad (beräknat)	Socker totalt	6	6
306	Morot stuvad (beräknat)	Jod	36,4	36,4
306	Morot stuvad (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
306	Morot stuvad (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
306	Morot stuvad (beräknat)	Oljesyra C18:1	2,2	2,2
306	Morot stuvad (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,8	0,9
306	Morot stuvad (beräknat)	Protein	2	2
306	Morot stuvad (beräknat)	Fett	4,8	4,9
306	Morot stuvad (beräknat)	Fosfor	55	55
306	Morot stuvad (beräknat)	Vitamin D	0,6	0,5
306	Morot stuvad (beräknat)	Vitamin E	1,3	1,4
306	Morot stuvad (beräknat)	β-Karoten	5592	5589
306	Morot stuvad (beräknat)	Energi (kcal)	81	82

306	Morot stuvad (beräknat)	Aska	1	1
306	Morot stuvad (beräknat)	Vatten	83	83
306	Morot stuvad (beräknat)	Kolhydrater	7	7
306	Morot stuvad (beräknat)	Natrium	296	293
306	Morot stuvad (beräknat)	Vitamin A	573	568
306	Morot stuvad (beräknat)	Retinol	19	15
306	Morot stuvad (beräknat)	Salt	1	1
306	Morot stuvad (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,0	1,0
307	Morotssoppa veg. (beräknat)	Disackarider	1	1
307	Morotssoppa veg. (beräknat)	Monosackarider	1	1
307	Morotssoppa veg. (beräknat)	Kolesterol	5	4
307	Morotssoppa veg. (beräknat)	Energi (kJ)	155	147
307	Morotssoppa veg. (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,1	0,1
307	Morotssoppa veg. (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
307	Morotssoppa veg. (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
307	Morotssoppa veg. (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
307	Morotssoppa veg. (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,2	0,2
307	Morotssoppa veg. (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,5	0,5
307	Morotssoppa veg. (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,2	0,1
307	Morotssoppa veg. (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,1	0,0
307	Morotssoppa veg. (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
307	Morotssoppa veg. (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
307	Morotssoppa veg. (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,0	0,0
307	Morotssoppa veg. (beräknat)	Socker totalt	2	2
307	Morotssoppa veg. (beräknat)	Folat	7	8
307	Morotssoppa veg. (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
307	Morotssoppa veg. (beräknat)	Vitamin B12	0,0	0,0
307	Morotssoppa veg. (beräknat)	Magnesium	6,6	6,6
307	Morotssoppa veg. (beräknat)	Kalium	89	89
307	Morotssoppa veg. (beräknat)	Kalcium	17,3	17,6
307	Morotssoppa veg. (beräknat)	Järn	0,1	0,1
307	Morotssoppa veg. (beräknat)	Jod	10,8	10,8
307	Morotssoppa veg. (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,1	0,1
307	Morotssoppa veg. (beräknat)	Oljesyra C18:1	0,4	0,3
307	Morotssoppa veg. (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
307	Morotssoppa veg. (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
307	Morotssoppa veg. (beräknat)	Fosfor	18	18
307	Morotssoppa veg. (beräknat)	Fett	1,8	1,5
307	Morotssoppa veg. (beräknat)	Fibrer	1	1
307	Morotssoppa veg. (beräknat)	Protein	1	1
307	Morotssoppa veg. (beräknat)	β-Karoten	2334	2332
307	Morotssoppa veg. (beräknat)	Vitamin E	0,3	0,2
307	Morotssoppa veg. (beräknat)	Vitamin D	0,0	0,0
307	Morotssoppa veg. (beräknat)	Kolhydrater	4	4
307	Morotssoppa veg. (beräknat)	Avfall (skal etc.)	2	2
307	Morotssoppa veg. (beräknat)	Vatten	92	92
307	Morotssoppa veg. (beräknat)	Aska	1	1
307	Morotssoppa veg. (beräknat)	Energi (kcal)	37	35
307	Morotssoppa veg. (beräknat)	Retinol	14	12
307	Morotssoppa veg. (beräknat)	Vitamin A	245	242

307	Morotssoppa veg. (beräknat)	Zink	0,08	0,08
307	Morotssoppa veg. (beräknat)	Selen	0,1	0,1
307	Morotssoppa veg. (beräknat)	Natrium	251	251
307	Morotssoppa veg. (beräknat)	Fritt socker	0	0
307	Morotssoppa veg. (beräknat)	Tillsatt socker	0	0
307	Morotssoppa veg. (beräknat)	Salt	1	1
307	Morotssoppa veg. (beräknat)	Niacin	0,4	0,4
307	Morotssoppa veg. (beräknat)	Vitamin C	2	2
307	Morotssoppa veg. (beräknat)	Riboflavin	0,0	0,0
307	Morotssoppa veg. (beräknat)	Tiamin	0,0	0,0
307	Morotssoppa veg. (beräknat)	Niacinekvivalenter	0,5	0,5
308	Ärtsoppa m. morot veg. (beräknat)	Disackarider	1	1
308	Ärtsoppa m. morot veg. (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
308	Ärtsoppa m. morot veg. (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
308	Ärtsoppa m. morot veg. (beräknat)	Protein	4	4
308	Ärtsoppa m. morot veg. (beräknat)	Avfall (skal etc.)	1	2
308	Ärtsoppa m. morot veg. (beräknat)	Kolhydrater	11	11
308	Ärtsoppa m. morot veg. (beräknat)	Salt	0	0
310	Jordärtskocka kokt m. salt (beräknat)	Protein	2	2
345	Majskolv	Kolhydrater	22	22
345	Majskolv	Energi (kcal)	125	125
346	Majskolv frysvara	Jod		0,5
346	Majskolv frysvara	Salt	0	0
347	Majskorn frysvara	Summa fleromättade fettsyror	0	0
347	Majskorn frysvara	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
347	Majskorn frysvara	Summa mättade fettsyror	1	1
347	Majskorn frysvara	Protein	3	3
348	Mangold	Salt	1	1
349	Nässlor förvällda	Protein	4	4
349	Nässlor förvällda	Salt	0	0
352	Persilja blad	Salt	0	0
354	Purjolök	Summa mättade fettsyror	0	0
354	Purjolök	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
354	Purjolök	Summa fleromättade fettsyror	0	0
354	Purjolök	Protein	2	2
337	Grönkål	Protein	3	3
337	Grönkål	Salt	0	0
338	Grönkål frysvara	Jod		0,0
338	Grönkål frysvara	Salt	0	0
339	Gurka	Summa mättade fettsyror	0	0
339	Gurka	Summa fleromättade fettsyror	0	0
339	Gurka	Protein	1	1
339	Gurka	Salt	0	0
340	Isbergssallat	Summa fleromättade fettsyror	0	0
340	Isbergssallat	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
340	Isbergssallat	Summa mättade fettsyror	0	0
340	Isbergssallat	Protein	1	1
340	Isbergssallat	Salt	0	0
342	Kronärtskocka	Jod		0,0
343	Kålrabbi	Jod		1,0

343	Kålrabbi	Salt	0	0
344	Lök gul	Protein	1	1
344	Lök gul	Vitamin K	0,5	0,5
344	Lök gul	Salt	0	0
345	Majskolv	Energi (kJ)	524	524
345	Majskolv	Summa enkelomättade fettsyror	0	1
381	Paprika gul	Vitamin K	5,0	5,0
382	Paprika grön röd frysvara	Jod		0,0
382	Paprika grön röd frysvara	Salt	0	0
383	Champinjon skivad frysvara	Salt	0	0
384	Linsgroddar	Salt	0	0
385	Lök gul frysvara	Jod		2,0
385	Lök gul frysvara	Salt	0	0
386	typ amerikansk frysvara	Jod		4,1
386	typ amerikansk frysvara	Salt	0	0
	Grönsaksblandning m. ärtor bönor morot blomkål			
387	typ sommargrönsaker frysvara	Jod		4,9
388	Grönsaksblandning m. ärtor morot frysvara	Jod		2,1
418	Svamp konserv. u. lag	Salt	0	0
419	Kantarell konserv. u. lag	Jod		3,3
419	Kantarell konserv. u. lag	Salt	0	0
420	Syltlök inlagd	Jod		2,0
420	Syltlök inlagd	Salt	0	0
421	Tomater gröna syltade	Jod		2,0
421	Tomater gröna syltade	Salt	0	0
422	Tomat krossad konserv. m. lag	Monosackarider	4	4
422	Tomat krossad konserv. m. lag	Protein	1	1
422	Tomat krossad konserv. m. lag	Salt	0	0
423	Fefferoni konserv. inlagd	Disackarider	0	0
423	Fefferoni konserv. inlagd	Socker totalt	1	1
423	Fefferoni konserv. inlagd	Vitamin A	8	8
424	Wokgrönsaker Asiatiska wokade m. rapsolja	Monosackarider	2	2
424	Wokgrönsaker Asiatiska wokade m. rapsolja	Disackarider	2	2
424	Wokgrönsaker Asiatiska wokade m. rapsolja	Summa mättade fettsyror	0	0
424	Wokgrönsaker Asiatiska wokade m. rapsolja	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
424	Wokgrönsaker Asiatiska wokade m. rapsolja	Summa fleromättade fettsyror	0	0
424	Wokgrönsaker Asiatiska wokade m. rapsolja	Socker totalt	4	5
424	Wokgrönsaker Asiatiska wokade m. rapsolja	Protein	1	1
424	Wokgrönsaker Asiatiska wokade m. rapsolja	Salt	1	1
425	Wokgrönsaker Classic wokade m. rapsolja	Disackarider	2	2
425	Wokgrönsaker Classic wokade m. rapsolja	Summa fleromättade fettsyror	1	1
425	Wokgrönsaker Classic wokade m. rapsolja	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
425	Wokgrönsaker Classic wokade m. rapsolja	Summa mättade fettsyror	0	0
425	Wokgrönsaker Classic wokade m. rapsolja	Socker totalt	3	4
425	Wokgrönsaker Classic wokade m. rapsolja	Protein	2	2
426	Grönsaksblandning ärtor morot konserv. m. lag	Jod		3,3
448	Lök gul kokt m. salt (beräknat)	Protein	1	1
448	Lök gul kokt m. salt (beräknat)	Salt	0	0
450	Nässelsoppa (beräknat)	Energi (kJ)	155	158
450	Nässelsoppa (beräknat)	Disackarider	0	0

450	Nässelsoppa (beräknat)	Monosackarider	0	0
450	Nässelsoppa (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
450	Nässelsoppa (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
450	Nässelsoppa (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
450	Nässelsoppa (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
450	Nässelsoppa (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,1	0,1
450	Nässelsoppa (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,2	0,2
450	Nässelsoppa (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,0	0,0
450	Nässelsoppa (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
450	Nässelsoppa (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,3	0,2
450	Nässelsoppa (beräknat)	Socker totalt	0	0
450	Nässelsoppa (beräknat)	Jod	25,0	25,0
450	Nässelsoppa (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,5	0,6
450	Nässelsoppa (beräknat)	Oljesyra C18:1	1,4	1,4
450	Nässelsoppa (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
450	Nässelsoppa (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
450	Nässelsoppa (beräknat)	Fosfor	24	24
450	Nässelsoppa (beräknat)	Fett	2,7	2,7
450	Nässelsoppa (beräknat)	Protein	1	1
450	Nässelsoppa (beräknat)	β-Karoten	647	646
450	Nässelsoppa (beräknat)	Vitamin E	1,4	1,5
450	Nässelsoppa (beräknat)	Vitamin D	0,2	0,1
450	Nässelsoppa (beräknat)	Kolhydrater	2	2
450	Nässelsoppa (beräknat)	Vatten	92	92
450	Nässelsoppa (beräknat)	Aska	2	2
450	Nässelsoppa (beräknat)	Energi (kcal)	37	38
450	Nässelsoppa (beräknat)	Retinol	7	4
450	Nässelsoppa (beräknat)	Vitamin A	61	58
450	Nässelsoppa (beräknat)	Natrium	537	535
450	Nässelsoppa (beräknat)	Salt	1	1
450	Nässelsoppa (beräknat)	Niacinekvivalenter	0,4	0,4
451	Paprika förvälld (beräknat)	Avfall (skal etc.)	21	17
452	Purjolök kokt m. salt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
452	Purjolök kokt m. salt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
452	Purjolök kokt m. salt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
452	Purjolök kokt m. salt (beräknat)	Protein	2	2
452	Purjolök kokt m. salt (beräknat)	Salt	0	0
453	Rödkål tillagad (beräknat)	Monosackarider	6	6
453	Rödkål tillagad (beräknat)	Disackarider	2	2
453	Rödkål tillagad (beräknat)	Energi (kJ)	254	256
453	Rödkål tillagad (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
453	Rödkål tillagad (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
453	Rödkål tillagad (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
453	Rödkål tillagad (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
453	Rödkål tillagad (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
453	Rödkål tillagad (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,0	0,0
453	Rödkål tillagad (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,1	0,2
453	Rödkål tillagad (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,0	0,0
453	Rödkål tillagad (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,2	0,2
453	Rödkål tillagad (beräknat)	Socker totalt	8	8

453	Rödkål tillagad (beräknat)	Jod	36,2	36,2
453	Rödkål tillagad (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
453	Rödkål tillagad (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
453	Rödkål tillagad (beräknat)	Oljesyra C18:1	1,1	1,1
453	Rödkål tillagad (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,4	0,5
453	Rödkål tillagad (beräknat)	Protein	1	1
453	Rödkål tillagad (beräknat)	Fett	2,1	2,2
453	Rödkål tillagad (beräknat)	Fosfor	22	22
453	Rödkål tillagad (beräknat)	Vitamin D	0,1	0,1
453	Rödkål tillagad (beräknat)	Vitamin E	0,6	0,6
453	Rödkål tillagad (beräknat)	β-Karoten	11	9
453	Rödkål tillagad (beräknat)	Energi (kcal)	61	61
453	Rödkål tillagad (beräknat)	Aska	1	1
453	Rödkål tillagad (beräknat)	Vatten	85	85
453	Rödkål tillagad (beräknat)	Avfall (skal etc.)	8	8
453	Rödkål tillagad (beräknat)	Kolhydrater	8	8
453	Rödkål tillagad (beräknat)	Natrium	272	271
453	Rödkål tillagad (beräknat)	Vitamin A	6	4
453	Rödkål tillagad (beräknat)	Retinol	6	3
453	Rödkål tillagad (beräknat)	Salt	1	1
453	Rödkål tillagad (beräknat)	Niacinekvivalenter	0,4	0,4
454	Sparris stuvad (beräknat)	Energi (kJ)	258	260
454	Sparris stuvad (beräknat)	Disackarider	2	2
454	Sparris stuvad (beräknat)	Monosackarider	1	1
454	Sparris stuvad (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,1	0,1
454	Sparris stuvad (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	1
454	Sparris stuvad (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
454	Sparris stuvad (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
454	Sparris stuvad (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,2	0,2
454	Sparris stuvad (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,5	0,5
454	Sparris stuvad (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,1	0,1
454	Sparris stuvad (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
454	Sparris stuvad (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
454	Sparris stuvad (beräknat)	Socker totalt	3	3
454	Sparris stuvad (beräknat)	Jod	33,3	33,3
454	Sparris stuvad (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,3	0,4
454	Sparris stuvad (beräknat)	Oljesyra C18:1	1,0	1,0
454	Sparris stuvad (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
454	Sparris stuvad (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
454	Sparris stuvad (beräknat)	Fosfor	77	77
454	Sparris stuvad (beräknat)	Fett	2,7	2,7
454	Sparris stuvad (beräknat)	Protein	4	4
454	Sparris stuvad (beräknat)	β-Karoten	232	231
454	Sparris stuvad (beräknat)	Vitamin E	1,6	1,6
454	Sparris stuvad (beräknat)	Vitamin D	0,5	0,5
454	Sparris stuvad (beräknat)	Kolhydrater	5	5
454	Sparris stuvad (beräknat)	Vatten	86	86
454	Sparris stuvad (beräknat)	Aska	1	1
454	Sparris stuvad (beräknat)	Energi (kcal)	62	62
454	Sparris stuvad (beräknat)	Retinol	14	12

454	Sparris stuvad (beräknat)	Vitamin A	34	32
454	Sparris stuvad (beräknat)	Natrium	226	225
454	Sparris stuvad (beräknat)	Salt	1	1
454	Sparris stuvad (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,4	1,4
455	(beräknat)	Disackarider	0	0
455	(beräknat)	Energi (kJ)	116	116
455	(beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
455	(beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
455	(beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
455	(beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
455	(beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
455	(beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,0	0,0
455	(beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,1	0,1
455	(beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,0	0,0
455	(beräknat)	Linolensyra C18:3	0,3	0,3
455	(beräknat)	Socker totalt	1	1
455	(beräknat)	Jod	87,0	87,0
455	(beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
455	(beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
455	(beräknat)	Oljesyra C18:1	0,2	0,2
455	(beräknat)	Linolsyra C18:2	0,1	0,1
455	(beräknat)	Protein	3	3
455	(beräknat)	Fett	1,0	1,0
455	(beräknat)	Fosfor	42	42
455	(beräknat)	Vitamin D	0,0	0,0
455	(beräknat)	Vitamin E	1,5	1,6
455	(beräknat)	β-Karoten	3626	3626
455	(beräknat)	Energi (kcal)	28	28
455	(beräknat)	Aska	3	3
455	(beräknat)	Vatten	90	90
455	(beräknat)	Kolhydrater	1	1
455	(beräknat)	Natrium	673	673
455	(beräknat)	Vitamin A	305	304
455	(beräknat)	Retinol	1	0
455	(beräknat)	Salt	2	2
455	(beräknat)	Niacinekvivalenter	0,8	0,8
456	Spenat stuvad (beräknat)	Energi (kJ)	244	227
456	Spenat stuvad (beräknat)	Disackarider	1	1
456	Spenat stuvad (beräknat)	Monosackarider	0	0
456	Spenat stuvad (beräknat)	Kolesterol	10	9
456	Spenat stuvad (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,3	0,2
456	Spenat stuvad (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
456	Spenat stuvad (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
456	Spenat stuvad (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
456	Spenat stuvad (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,4	0,3
456	Spenat stuvad (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,1	1,0
456	Spenat stuvad (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,4	0,3
456	Spenat stuvad (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,1	0,1
456	Spenat stuvad (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
456	Spenat stuvad (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0

456	Spenat stuvad (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,2	0,2
456	Spenat stuvad (beräknat)	Socker totalt	1	1
456	Spenat stuvad (beräknat)	Folat	49	49
456	Spenat stuvad (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
456	Spenat stuvad (beräknat)	Vitamin B12	0,1	0,1
456	Spenat stuvad (beräknat)	Magnesium	28,2	28,3
456	Spenat stuvad (beräknat)	Kalium	160	161
456	Spenat stuvad (beräknat)	Kalcium	119,1	119,7
456	Spenat stuvad (beräknat)	Järn	0,7	0,7
456	Spenat stuvad (beräknat)	Jod	12,4	12,5
456	Spenat stuvad (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,1	0,1
456	Spenat stuvad (beräknat)	Oljesyra C18:1	0,8	0,7
456	Spenat stuvad (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
456	Spenat stuvad (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
456	Spenat stuvad (beräknat)	Fosfor	46	47
456	Spenat stuvad (beräknat)	Fett	4,0	3,6
456	Spenat stuvad (beräknat)	Fibrer	2	2
456	Spenat stuvad (beräknat)	Protein	3	3
456	Spenat stuvad (beräknat)	β-Karoten	2379	2377
456	Spenat stuvad (beräknat)	Vitamin E	1,1	1,0
456	Spenat stuvad (beräknat)	Vitamin D	0,1	0,1
456	Spenat stuvad (beräknat)	Tiamin	0,0	0,0
456	Spenat stuvad (beräknat)	Kolhydrater	2	2
456	Spenat stuvad (beräknat)	Vatten	89	89
456	Spenat stuvad (beräknat)	Aska	1	1
456	Spenat stuvad (beräknat)	Energi (kcal)	58	54
456	Spenat stuvad (beräknat)	Retinol	31	26
456	Spenat stuvad (beräknat)	Vitamin A	230	226
456	Spenat stuvad (beräknat)	Zink	0,71	0,71
456	Spenat stuvad (beräknat)	Selen	0,4	0,4
456	Spenat stuvad (beräknat)	Natrium	78	78
456	Spenat stuvad (beräknat)	Salt	0	0
456	Spenat stuvad (beräknat)	Niacin	0,2	0,2
456	Spenat stuvad (beräknat)	Niacinekvivalenter	0,7	0,7
456	Spenat stuvad (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
456	Spenat stuvad (beräknat)	Vitamin C	5	5
457	Champinjon stekt m. salt (beräknat)	Disackarider	0	0
457	Champinjon stekt m. salt (beräknat)	Energi (kJ)	187	188
457	Champinjon stekt m. salt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
457	Champinjon stekt m. salt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
457	Champinjon stekt m. salt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
484	mjölk	Energi (kcal)	49	49
484	mjölk	Salt	1	1
486	Grönsakssoppa tillagad redd pulver	Energi (kJ)	188	188
486	Grönsakssoppa tillagad redd pulver	Summa mättade fettsyror	1	1
486	Grönsakssoppa tillagad redd pulver	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
486	Grönsakssoppa tillagad redd pulver	Summa fleromättade fettsyror	0	0
486	Grönsakssoppa tillagad redd pulver	Kolhydrater	5	5
486	Grönsakssoppa tillagad redd pulver	Salt	1	1
487	Gurka inlagd	Salt	2	2

489	Gurka fermenterad u. lag	Salt	2	2
491	Ättiksgurka u. lag	Salt	2	2
492	Kronärtskocka kokt	Salt	0	0
493	Champinjonsoppa tillagad pulver m. vatten mjölk	Summa fleromättade fettsyror	0	0
493	Champinjonsoppa tillagad pulver m. vatten mjölk	Summa mättade fettsyror	1	1
493	Champinjonsoppa tillagad pulver m. vatten mjölk	Kolhydrater	7	7
493	Champinjonsoppa tillagad pulver m. vatten mjölk	Salt	1	1
494	Champinjonsoppa tillagad redd m. mjölk konserv.	Summa mättade fettsyror	1	1
494	Champinjonsoppa tillagad redd m. mjölk konserv.	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
494	Champinjonsoppa tillagad redd m. mjölk konserv.	Summa fleromättade fettsyror	1	1
522	Guava	Salt	0	0
525	Hjortron	Monosackarider	8	6
525	Hjortron	Energi (kJ)	225	201
525	Hjortron	Summa mättade fettsyror	0	0
525	Hjortron	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
525	Hjortron	Summa fleromättade fettsyror	1	1
525	Hjortron	Vitamin B6	0,0	0,1
525	Hjortron	Folat	30	38
525	Hjortron	Socker totalt	8	6
525	Hjortron	Jod	0,4	1,0
525	Hjortron	Kalcium	15,0	16,0
525	Hjortron	Kalium	190	170
525	Hjortron	Protein	1	2
525	Hjortron	Fett	0,9	1,1
525	Hjortron	Fosfor	20	36
525	Hjortron	Vitamin E	0,3	3,0
525	Hjortron	Vitamin K		9,0
525	Hjortron	Energi (kcal)	54	48
525	Hjortron	Aska	1	0
525	Hjortron	Vatten	84	86
525	Hjortron	Kolhydrater	7	5
525	Hjortron	Natrium	1	2
525	Hjortron	Selen	0,0	0,1
525	Hjortron	Riboflavin	0,1	0,0
525	Hjortron	Tiamin	0,1	0,1
525	Hjortron	Vitamin C	63	62
525	Hjortron	Niacin	0,3	0,5
525	Hjortron	Niacinekvivalenter	0,5	0,7
526	Jordgubbar	Summa fleromättade fettsyror	0	0
526	Jordgubbar	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
526	Jordgubbar	Summa mättade fettsyror	0	0
526	Jordgubbar	Protein	0	1
526	Jordgubbar	Kolhydrater	8	8
528	Gratäng broccoligratäng veg.	Energi (kJ)	417	417
528	Gratäng broccoligratäng veg.	Summa fleromättade fettsyror	1	1
528	Gratäng broccoligratäng veg.	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
528	Gratäng broccoligratäng veg.	Summa mättade fettsyror	3	3
528	Gratäng broccoligratäng veg.	Jod		0,0
528	Gratäng broccoligratäng veg.	Kolhydrater	3	3
528	Gratäng broccoligratäng veg.	Energi (kcal)	100	100

528	Gratäng broccoligratäng veg.	Salt	1	1
529	Sallad grekisk m. salladsost oliver (beräknat)	Monosackarider	2	2
529	Sallad grekisk m. salladsost oliver (beräknat)	Disackarider	0	0
529	Sallad grekisk m. salladsost oliver (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
529	Sallad grekisk m. salladsost oliver (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
529	Sallad grekisk m. salladsost oliver (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
529	Sallad grekisk m. salladsost oliver (beräknat)	Protein	3	3
529	Sallad grekisk m. salladsost oliver (beräknat)	Salt	1	1
530	Grönsakssufflé (beräknat)	Energi (kJ)	493	495
530	Grönsakssufflé (beräknat)	Disackarider	2	2
530	Grönsakssufflé (beräknat)	Monosackarider	1	1
530	Grönsakssufflé (beräknat)	Kolesterol	72	72
530	Grönsakssufflé (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,3	0,3
530	Grönsakssufflé (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
530	Grönsakssufflé (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
530	Grönsakssufflé (beräknat)	Summa mättade fettsyror	3	3
530	Grönsakssufflé (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,5	0,5
530	Grönsakssufflé (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,5	1,5
530	Grönsakssufflé (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,4	0,4
530	Grönsakssufflé (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,1	0,1
530	Grönsakssufflé (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
530	Grönsakssufflé (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
530	Grönsakssufflé (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
530	Grönsakssufflé (beräknat)	Socker totalt	3	3
530	Grönsakssufflé (beräknat)	Folat	32	32
530	Grönsakssufflé (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
530	Grönsakssufflé (beräknat)	Vitamin B12	0,6	0,6
530	Grönsakssufflé (beräknat)	Magnesium	17,4	17,4
530	Grönsakssufflé (beräknat)	Kalium	213	213
530	Grönsakssufflé (beräknat)	Kalcium	147,3	147,3
530	Grönsakssufflé (beräknat)	Järn	0,6	0,6
530	Grönsakssufflé (beräknat)	Jod	34,0	34,0
530	Grönsakssufflé (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,6	0,6
530	Grönsakssufflé (beräknat)	Oljesyra C18:1	2,1	2,1
530	Grönsakssufflé (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
530	Grönsakssufflé (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
530	Grönsakssufflé (beräknat)	Fosfor	148	148
530	Grönsakssufflé (beräknat)	Fett	6,6	6,7
530	Grönsakssufflé (beräknat)	Fibrer	1	1
530	Grönsakssufflé (beräknat)	Protein	7	7
530	Grönsakssufflé (beräknat)	β-Karoten	117	116
530	Grönsakssufflé (beräknat)	Vitamin E	1,7	1,7
530	Grönsakssufflé (beräknat)	Vitamin D	0,6	0,6
530	Grönsakssufflé (beräknat)	Kolhydrater	7	7
530	Grönsakssufflé (beräknat)	Vatten	76	76
530	Grönsakssufflé (beräknat)	Aska	2	2
530	Grönsakssufflé (beräknat)	Energi (kcal)	118	118
530	Grönsakssufflé (beräknat)	Retinol	77	75
530	Grönsakssufflé (beräknat)	Vitamin A	87	85
530	Grönsakssufflé (beräknat)	Zink	0,91	0,91

530	Grönsakssufflé (beräknat)	Selen	6,1	6,1
530	Grönsakssufflé (beräknat)	Natrium	259	258
530	Grönsakssufflé (beräknat)	Salt	1	1
530	Grönsakssufflé (beräknat)	Niacinekvivalenter	2,1	2,1
530	Grönsakssufflé (beräknat)	Niacin	0,5	0,5
530	Grönsakssufflé (beräknat)	Vitamin C	4	4
530	Grönsakssufflé (beräknat)	Tiamin	0,0	0,0
530	Grönsakssufflé (beräknat)	Riboflavin	0,2	0,2
531	Gratäng grönsaksgratäng veg. (beräknat)	Kolesterol	23	23
531	Gratäng grönsaksgratäng veg. (beräknat)	Monosackarider	2	2
531	Gratäng grönsaksgratäng veg. (beräknat)	Disackarider	2	2
531	Gratäng grönsaksgratäng veg. (beräknat)	Energi (kJ)	371	370
531	Gratäng grönsaksgratäng veg. (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
531	Gratäng grönsaksgratäng veg. (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
531	Gratäng grönsaksgratäng veg. (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
531	Gratäng grönsaksgratäng veg. (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,2	0,2
531	Gratäng grönsaksgratäng veg. (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,1	0,1
531	Gratäng grönsaksgratäng veg. (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,3	0,3
531	Gratäng grönsaksgratäng veg. (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,0	1,0
531	Gratäng grönsaksgratäng veg. (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,4	0,4
531	Gratäng grönsaksgratäng veg. (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,2	0,2
531	Gratäng grönsaksgratäng veg. (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
531	Gratäng grönsaksgratäng veg. (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
531	Gratäng grönsaksgratäng veg. (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
531	Gratäng grönsaksgratäng veg. (beräknat)	Vitamin B12	0,2	0,2
531	Gratäng grönsaksgratäng veg. (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
531	Gratäng grönsaksgratäng veg. (beräknat)	Folat	34	34
531	Gratäng grönsaksgratäng veg. (beräknat)	Socker totalt	3	3
566	Krusbär	Salt	0	0
567	Physalis	Disackarider	3	4
567	Physalis	Socker totalt	12	12
568	Kumquat	Salt	0	0
569	Kvitten	Jod		0,4
569	Kvitten	Salt	0	0
570	Surkörsbär	Energi (kJ)	256	256
570	Surkörsbär	Summa fleromättade fettsyror	0	0
570	Surkörsbär	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
570	Surkörsbär	Summa mättade fettsyror	0	0
570	Surkörsbär	Protein	1	1
570	Surkörsbär	Kolhydrater	13	13
570	Surkörsbär	Energi (kcal)	61	61
571	Sötkörsbär	Summa mättade fettsyror	0	0
571	Sötkörsbär	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
571	Sötkörsbär	Summa fleromättade fettsyror	0	0
571	Sötkörsbär	Protein	1	1
571	Sötkörsbär	Kolhydrater	15	15
572	Lime	Salt	0	0
573	Lingon	Monosackarider	9	8
573	Lingon	Energi (kJ)	237	236
573	Lingon	Summa mättade fettsyror	0	0

573	Lingon	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
573	Lingon	Summa fleromättade fettsyror	0	0
573	Lingon	Vitamin B6	0,0	0,0
573	Lingon	Folat	25	20
573	Lingon	Socker totalt	9	8
573	Lingon	Jod	0,2	1,0
573	Lingon	Kalcium	16,0	22,0
573	Lingon	Kalium	87	80
573	Lingon	Protein	1	1
573	Lingon	Fibrer	3	3
573	Lingon	Fett	0,5	0,7
573	Lingon	Fosfor	16	17
573	Lingon	Vitamin E	1,6	1,5
573	Lingon	β-Karoten	8	8
573	Lingon	Vitamin K	7,9	9,0
573	Lingon	Tiamin	0,1	0,1
573	Lingon	Energi (kcal)	57	56
573	Lingon	Aska	0	0
573	Lingon	Vatten	85	85
573	Lingon	Avfall (skal etc.)	6	0
573	Lingon	Kolhydrater	11	11
573	Lingon	Natrium	1	2
573	Lingon	Selen	0,0	0,1
573	Lingon	Riboflavin	0,0	0,0
573	Lingon	Vitamin C	8	11
573	Lingon	Niacin	0,3	0,5
573	Lingon	Niacinekvivalenter	0,4	0,6
574	Mango	Summa fleromättade fettsyror	0	0
574	Mango	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
574	Mango	Summa mättade fettsyror	0	0
574	Mango	Protein	1	1
574	Mango	Salt	0	0
575	Banan kokbanan	Salt	0	0
576	Nektarin	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
576	Nektarin	Summa mättade fettsyror	0	0
576	Nektarin	Protein	1	1
577	Papaya	Summa mättade fettsyror	0	0
577	Papaya	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
577	Papaya	Summa fleromättade fettsyror	0	0
611	Äpple torkat	Jod		8,0
611	Äpple torkat	Salt	0	0
612	Frukt torkad	Salt	0	0
613	Papaya torkad	Salt	0	0
618	Aprikos konserv. m. juice	Salt	0	0
619	Aprikos konserv. m. sockerlag	Salt	0	0
624	Körsbär surkörsbär konserv. m. sockerlag	Jod		0,2
624	Körsbär surkörsbär konserv. m. sockerlag	Salt	0	0
625	Persika konserv. m. sockerlag	Salt	0	0
661	Apelsinjuice pastöriserad drickf.	Salt	0	0
662	Juice (beräknat)	Protein	1	1

662	Juice (beräknat)	Salt	0	0
665	Persikonektar pastöriserad drickf.	Salt	0	0
670	Katrinplommondryck konserv. drickf.	Salt	0	0
672	Havredryck choklad fett 1,5% berikad	Monosackarider	0	0
672	Havredryck choklad fett 1,5% berikad	Disackarider	7	7
672	Havredryck choklad fett 1,5% berikad	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
672	Havredryck choklad fett 1,5% berikad	Summa mättade fettsyror	0	0
672	Havredryck choklad fett 1,5% berikad	Summa fleromättade fettsyror	0	1
672	Havredryck choklad fett 1,5% berikad	Protein	1	1
672	Havredryck choklad fett 1,5% berikad	Salt	0	0
675	Bovetegröt m. russin (beräknat)	Disackarider	1	1
675	Bovetegröt m. russin (beräknat)	Energi (kJ)	444	444
675	Bovetegröt m. russin (beräknat)	Monosackarider	10	10
675	Bovetegröt m. russin (beräknat)	Kolesterol	0	0
675	Bovetegröt m. russin (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
675	Bovetegröt m. russin (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
675	Bovetegröt m. russin (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
675	Bovetegröt m. russin (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
675	Bovetegröt m. russin (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,0	0,0
675	Bovetegröt m. russin (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,1	0,1
675	Bovetegröt m. russin (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,0	0,0
675	Bovetegröt m. russin (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
675	Bovetegröt m. russin (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,0	0,0
675	Bovetegröt m. russin (beräknat)	Socker totalt	11	11
675	Bovetegröt m. russin (beräknat)	Folat	4	4
675	Bovetegröt m. russin (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
675	Bovetegröt m. russin (beräknat)	Vitamin B12	0,0	0,0
675	Bovetegröt m. russin (beräknat)	Magnesium	28,5	28,5
675	Bovetegröt m. russin (beräknat)	Kalium	134	134
675	Bovetegröt m. russin (beräknat)	Kalcium	17,4	17,4
675	Bovetegröt m. russin (beräknat)	Järn	0,5	0,5
675	Bovetegröt m. russin (beräknat)	Jod	36,5	36,5
675	Bovetegröt m. russin (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,1	0,1
675	Bovetegröt m. russin (beräknat)	Oljesyra C18:1	0,1	0,1
675	Bovetegröt m. russin (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
675	Bovetegröt m. russin (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
675	Bovetegröt m. russin (beräknat)	Fosfor	59	59
675	Bovetegröt m. russin (beräknat)	Fett	0,6	0,6
675	Bovetegröt m. russin (beräknat)	Fibrer	1	1
675	Bovetegröt m. russin (beräknat)	Protein	2	2
675	Bovetegröt m. russin (beräknat)	β-Karoten	2	2
675	Bovetegröt m. russin (beräknat)	Vitamin E	0,2	0,2
675	Bovetegröt m. russin (beräknat)	Vitamin D	0,1	0,1
675	Bovetegröt m. russin (beräknat)	Kolhydrater	22	22
675	Bovetegröt m. russin (beräknat)	Vatten	72	72
675	Bovetegröt m. russin (beräknat)	Aska	1	1
675	Bovetegröt m. russin (beräknat)	Energi (kcal)	106	106
675	Bovetegröt m. russin (beräknat)	Retinol	1	1
675	Bovetegröt m. russin (beräknat)	Vitamin A	1	1
675	Bovetegröt m. russin (beräknat)	Zink	0,28	0,28

675	Bovetegröt m. russin (beräknat)	Selen	1,5	1,5
675	Bovetegröt m. russin (beräknat)	Natrium	184	184
675	Bovetegröt m. russin (beräknat)	Fritt socker	2	2
675	Bovetegröt m. russin (beräknat)	Salt	0	0
675	Bovetegröt m. russin (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,1	1,1
675	Bovetegröt m. russin (beräknat)	Niacin	0,8	0,8
675	Bovetegröt m. russin (beräknat)	Vitamin C	0	0
675	Bovetegröt m. russin (beräknat)	Riboflavin	0,0	0,0
675	Bovetegröt m. russin (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
676	Grahamsgröt (beräknat)	Monosackarider	0	0
676	Grahamsgröt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
676	Grahamsgröt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
676	Grahamsgröt (beräknat)	Protein	2	2
376	Alfalfagroddar	Salt	0	0
377	Dill färsk	Salt	0	0
378	Gräslök	Salt	0	0
379	Basilika färsk	Kolhydrater	0	0
379	Basilika färsk	Salt	0	0
380	Chilipeppar färsk	Salt	0	0
410	Tomatpuré konc. konserv.	Summa mättade fettsyror	0	0
410	Tomatpuré konc. konserv.	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
410	Tomatpuré konc. konserv.	Summa fleromättade fettsyror	0	0
410	Tomatpuré konc. konserv.	Protein	4	4
410	Tomatpuré konc. konserv.	Salt	0	0
411	Vaxbönor konserv. u. lag	Jod		0,2
411	Vaxbönor konserv. u. lag	Salt	1	1
412	Gröna ärtor konserv. m. lag	Jod		2,0
412	Gröna ärtor konserv. m. lag	Salt	1	1
414	Mungbönsgroddar konserv. u. lag	Jod		0,0
414	Mungbönsgroddar konserv. u. lag	Salt	1	1
415	Sojabönsgroddar konserv. u. lag	Jod		0,0
416	Paprikasallad inlagd u. lag	Salt	1	1
417	Ajvar relish	Disackarider	3	3
417	Ajvar relish	Socker totalt	8	8
441	(beräknat)	Kolhydrater	3	3
441	(beräknat)	Energi (kcal)	113	113
441	(beräknat)	Salt	1	1
442	Grönsallat m. gräddfilsås (beräknat)	Disackarider	2	2
442	Grönsallat m. gräddfilsås (beräknat)	Energi (kJ)	736	736
442	Grönsallat m. gräddfilsås (beräknat)	Summa mättade fettsyror	4	4
442	Grönsallat m. gräddfilsås (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	9	9
442	Grönsallat m. gräddfilsås (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	3	3
442	Grönsallat m. gräddfilsås (beräknat)	Protein	2	2
442	Grönsallat m. gräddfilsås (beräknat)	Energi (kcal)	176	176
442	Grönsallat m. gräddfilsås (beräknat)	Kolhydrater	4	4
442	Grönsallat m. gräddfilsås (beräknat)	Salt	1	1
443	(beräknat)	Energi (kJ)	665	665
443	(beräknat)	Disackarider	1	1
443	(beräknat)	Monosackarider	2	2
443	(beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2

443	(beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	8	8
443	(beräknat)	Summa mättade fettsyror	4	4
443	(beräknat)	Protein	2	2
443	(beräknat)	Kolhydrater	4	4
443	(beräknat)	Energi (kcal)	159	159
443	(beräknat)	Salt	1	1
444	dressing (beräknat)	Monosackarider	3	3
444	dressing (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
444	dressing (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
444	dressing (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
444	dressing (beräknat)	Protein	1	1
444	dressing (beräknat)	Energi (kcal)	17	17
444	dressing (beräknat)	Kolhydrater	3	3
444	dressing (beräknat)	Salt	0	0
445	Gurka inlagd m. lag hemlagad (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
445	Gurka inlagd m. lag hemlagad (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
445	Gurka inlagd m. lag hemlagad (beräknat)	Protein	1	1
445	Gurka inlagd m. lag hemlagad (beräknat)	Salt	0	0
446	(beräknat)	Disackarider	2	2
446	(beräknat)	Energi (kJ)	222	223
446	(beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
446	(beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
446	(beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
446	(beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
446	(beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
446	(beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,0	0,0
446	(beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,1	0,1
446	(beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,0	0,0
446	(beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
446	(beräknat)	Socker totalt	5	5
446	(beräknat)	Jod	61,5	61,5
446	(beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
446	(beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
446	(beräknat)	Oljesyra C18:1	0,6	0,6
446	(beräknat)	Linolsyra C18:2	0,2	0,3
446	(beräknat)	Protein	1	1
446	(beräknat)	Fett	1,1	1,2
446	(beräknat)	Fosfor	38	38
446	(beräknat)	Vitamin D	0,1	0,0
446	(beräknat)	Vitamin E	0,3	0,3
446	(beräknat)	β-Karoten	4	4
446	(beräknat)	Energi (kcal)	53	53
446	(beräknat)	Aska	2	2
446	(beräknat)	Vatten	85	85
446	(beräknat)	Avfall (skal etc.)	7	6
446	(beräknat)	Kolhydrater	8	8
446	(beräknat)	Natrium	475	474
446	(beräknat)	Vitamin A	3	2
446	(beräknat)	Retinol	3	2
446	(beräknat)	Salt	1	1

446	(beräknat)	Niacinekvivalenter	0,3	0,3
447	Löksås (beräknat)	Energi (kJ)	492	481
447	Löksås (beräknat)	Disackarider	3	4
447	Löksås (beräknat)	Monosackarider	4	4
447	Löksås (beräknat)	Kolesterol	8	7
447	Löksås (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,2	0,2
447	Löksås (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
447	Löksås (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
447	Löksås (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
447	Löksås (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,4	0,4
447	Löksås (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,2	1,1
447	Löksås (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,3	0,3
447	Löksås (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,1	0,1
447	Löksås (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
447	Löksås (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
447	Löksås (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,4	0,4
447	Löksås (beräknat)	Socker totalt	8	8
447	Löksås (beräknat)	Folat	6	8
447	Löksås (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,0
447	Löksås (beräknat)	Vitamin B12	0,1	0,1
447	Löksås (beräknat)	Magnesium	9,5	9,3
447	Löksås (beräknat)	Kalium	77	85
447	Löksås (beräknat)	Kalcium	23,9	24,2
447	Löksås (beräknat)	Järn	0,1	0,1
447	Löksås (beräknat)	Jod	49,3	48,8
447	Löksås (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,0	1,1
447	Löksås (beräknat)	Oljesyra C18:1	3,3	3,2
447	Löksås (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
447	Löksås (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
447	Löksås (beräknat)	Fosfor	29	32
447	Löksås (beräknat)	Fett	7,6	7,4
447	Löksås (beräknat)	Fibrer	1	1
447	Löksås (beräknat)	Alkohol	0,0	0,1
447	Löksås (beräknat)	Protein	1	1
447	Löksås (beräknat)	β-Karoten	32	24
447	Löksås (beräknat)	Vitamin E	1,2	1,4
447	Löksås (beräknat)	Vitamin D	0,3	0,2
447	Löksås (beräknat)	Tiamin	0,0	0,0
447	Löksås (beräknat)	Kolhydrater	11	11
447	Löksås (beräknat)	Vatten	77	78
447	Löksås (beräknat)	Aska	2	2
447	Löksås (beräknat)	Energi (kcal)	118	115
447	Löksås (beräknat)	Retinol	39	29
447	Löksås (beräknat)	Vitamin A	42	31
447	Löksås (beräknat)	Zink	0,07	0,07
447	Löksås (beräknat)	Selen	0,3	0,3
447	Löksås (beräknat)	Natrium	769	765
447	Löksås (beräknat)	Fritt socker	6	6
447	Löksås (beräknat)	Tillsatt socker	6	6
447	Löksås (beräknat)	Salt	2	2

447	Löksås (beräknat)	Niacin	0,2	0,2
447	Löksås (beräknat)	Niacinekvivalenter	0,3	0,4
447	Löksås (beräknat)	Riboflavin	0,0	0,0
447	Löksås (beräknat)	Vitamin C	2	2
473	Ärtpurésoppa gröna ärtor tillagad veg. (beräknat)	Protein	1	1
473	Ärtpurésoppa gröna ärtor tillagad veg. (beräknat)	Kolhydrater	3	3
473	Ärtpurésoppa gröna ärtor tillagad veg. (beräknat)	Avfall (skal etc.)	0	0
473	Ärtpurésoppa gröna ärtor tillagad veg. (beräknat)	Salt	1	1
478	Gryta kikärtsgryta grönsaksgryta veg. (beräknat)	Monosackarider	3	3
478	Gryta kikärtsgryta grönsaksgryta veg. (beräknat)	Disackarider	1	1
478	Gryta kikärtsgryta grönsaksgryta veg. (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
478	Gryta kikärtsgryta grönsaksgryta veg. (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
478	Gryta kikärtsgryta grönsaksgryta veg. (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
478	Gryta kikärtsgryta grönsaksgryta veg. (beräknat)	Protein	2	2
478	Gryta kikärtsgryta grönsaksgryta veg. (beräknat)	Avfall (skal etc.)	5	5
478	Gryta kikärtsgryta grönsaksgryta veg. (beräknat)	Kolhydrater	7	7
478	Gryta kikärtsgryta grönsaksgryta veg. (beräknat)	Salt	1	1
479	Gratäng m. grönsaker rotfrukter veg. (beräknat)	Energi (kJ)	392	392
479	Gratäng m. grönsaker rotfrukter veg. (beräknat)	Disackarider	2	2
479	Gratäng m. grönsaker rotfrukter veg. (beräknat)	Monosackarider	1	1
479	Gratäng m. grönsaker rotfrukter veg. (beräknat)	Kolesterol	11	11
479	Gratäng m. grönsaker rotfrukter veg. (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,3	0,3
479	Gratäng m. grönsaker rotfrukter veg. (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
479	Gratäng m. grönsaker rotfrukter veg. (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
479	Gratäng m. grönsaker rotfrukter veg. (beräknat)	Summa mättade fettsyror	3	3
479	Gratäng m. grönsaker rotfrukter veg. (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,4	0,4
479	Gratäng m. grönsaker rotfrukter veg. (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,2	1,2
479	Gratäng m. grönsaker rotfrukter veg. (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,4	0,4
479	Gratäng m. grönsaker rotfrukter veg. (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,1	0,1
479	Gratäng m. grönsaker rotfrukter veg. (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
479	Gratäng m. grönsaker rotfrukter veg. (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
479	Gratäng m. grönsaker rotfrukter veg. (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
479	Gratäng m. grönsaker rotfrukter veg. (beräknat)	Socker totalt	3	3
479	Gratäng m. grönsaker rotfrukter veg. (beräknat)	Folat	18	18
479	Gratäng m. grönsaker rotfrukter veg. (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
479	Gratäng m. grönsaker rotfrukter veg. (beräknat)	Vitamin B12	0,2	0,2
479	Gratäng m. grönsaker rotfrukter veg. (beräknat)	Magnesium	14,6	14,6
479	Gratäng m. grönsaker rotfrukter veg. (beräknat)	Kalium	184	184
479	Gratäng m. grönsaker rotfrukter veg. (beräknat)	Kalcium	75,0	75,0
479	Gratäng m. grönsaker rotfrukter veg. (beräknat)	Järn	0,4	0,4
479	Gratäng m. grönsaker rotfrukter veg. (beräknat)	Jod		11,9
479	Gratäng m. grönsaker rotfrukter veg. (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,2	0,2
479	Gratäng m. grönsaker rotfrukter veg. (beräknat)	Oljesyra C18:1	1,0	1,1
479	Gratäng m. grönsaker rotfrukter veg. (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
479	Gratäng m. grönsaker rotfrukter veg. (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
479	Gratäng m. grönsaker rotfrukter veg. (beräknat)	Fosfor	76	76
479	Gratäng m. grönsaker rotfrukter veg. (beräknat)	Fett	4,4	4,5
479	Gratäng m. grönsaker rotfrukter veg. (beräknat)	Fibrer	2	2
479	Gratäng m. grönsaker rotfrukter veg. (beräknat)	Protein	4	4
479	Gratäng m. grönsaker rotfrukter veg. (beräknat)	β-Karoten	896	896

479	Gratäng m. grönsaker rotfrukter veg. (beräknat)	Vitamin E	0,5	0,5
479	Gratäng m. grönsaker rotfrukter veg. (beräknat)	Vitamin D	0,2	0,2
479	Gratäng m. grönsaker rotfrukter veg. (beräknat)	Tiamin	0,0	0,0
479	Gratäng m. grönsaker rotfrukter veg. (beräknat)	Kolhydrater	9	9
479	Gratäng m. grönsaker rotfrukter veg. (beräknat)	Vatten	80	80
479	Gratäng m. grönsaker rotfrukter veg. (beräknat)	Aska	1	1
479	Gratäng m. grönsaker rotfrukter veg. (beräknat)	Energi (kcal)	94	94
479	Gratäng m. grönsaker rotfrukter veg. (beräknat)	Retinol	34	34
479	Gratäng m. grönsaker rotfrukter veg. (beräknat)	Vitamin A	122	121
479	Gratäng m. grönsaker rotfrukter veg. (beräknat)	Zink	0,48	0,48
479	Gratäng m. grönsaker rotfrukter veg. (beräknat)	Selen	1,0	1,0
479	Gratäng m. grönsaker rotfrukter veg. (beräknat)	Natrium	180	180
479	Gratäng m. grönsaker rotfrukter veg. (beräknat)	Fritt socker	0	0
479	Gratäng m. grönsaker rotfrukter veg. (beräknat)	Tillsatt socker	0	0
479	Gratäng m. grönsaker rotfrukter veg. (beräknat)	Salt	0	0
479	Gratäng m. grönsaker rotfrukter veg. (beräknat)	Niacin	0,6	0,6
479	Gratäng m. grönsaker rotfrukter veg. (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,3	1,3
479	Gratäng m. grönsaker rotfrukter veg. (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
479	Gratäng m. grönsaker rotfrukter veg. (beräknat)	Vitamin C	9	9
480	Grönsakssoppa m. pasta tillagad pulver	Salt	1	1
481	Löksoppa fransk tillagad pulver m. vatten	Energi (kJ)	105	105
481	Löksoppa fransk tillagad pulver m. vatten	Summa fleromättade fettsyror	0	0
481	Löksoppa fransk tillagad pulver m. vatten	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
481	Löksoppa fransk tillagad pulver m. vatten	Summa mättade fettsyror	0	0
481	Löksoppa fransk tillagad pulver m. vatten	Kolhydrater	5	5
481	Löksoppa fransk tillagad pulver m. vatten	Energi (kcal)	25	25
481	Löksoppa fransk tillagad pulver m. vatten	Salt	1	1
482	Grönsakssoppa tillagad klar konserv.	Summa mättade fettsyror	0	0
482	Grönsakssoppa tillagad klar konserv.	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
482	Grönsakssoppa tillagad klar konserv.	Summa fleromättade fettsyror	0	0
482	Grönsakssoppa tillagad klar konserv.	Kolhydrater	2	2
482	Grönsakssoppa tillagad klar konserv.	Salt	1	1
484	mjölk	Energi (kJ)	206	206
484	mjölk	Summa fleromättade fettsyror	0	0
484	mjölk	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
484	mjölk	Summa mättade fettsyror	1	1
484	mjölk	Kolhydrater	5	5
511	Kåldolmar stekta hemlagade (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
511	Kåldolmar stekta hemlagade (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
511	Kåldolmar stekta hemlagade (beräknat)	Fosfor	65	65
511	Kåldolmar stekta hemlagade (beräknat)	Fett	5,0	5,7
511	Kåldolmar stekta hemlagade (beräknat)	Fibrer	1	1
511	Kåldolmar stekta hemlagade (beräknat)	Protein	5	5
511	Kåldolmar stekta hemlagade (beräknat)	β-Karoten	11	9
511	Kåldolmar stekta hemlagade (beräknat)	Vitamin E	0,6	0,7
511	Kåldolmar stekta hemlagade (beräknat)	Vitamin D	0,2	0,2
511	Kåldolmar stekta hemlagade (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
511	Kåldolmar stekta hemlagade (beräknat)	Kolhydrater	8	8
511	Kåldolmar stekta hemlagade (beräknat)	Avfall (skal etc.)	7	7
511	Kåldolmar stekta hemlagade (beräknat)	Vatten	78	78

511	Kåldolmar stekta hemlagade (beräknat)	Aska	2	2
511	Kåldolmar stekta hemlagade (beräknat)	Energi (kcal)	102	107
511	Kåldolmar stekta hemlagade (beräknat)	Retinol	9	6
511	Kåldolmar stekta hemlagade (beräknat)	Vitamin A	9	7
511	Kåldolmar stekta hemlagade (beräknat)	Zink	1,04	1,04
511	Kåldolmar stekta hemlagade (beräknat)	Selen	1,4	1,4
511	Kåldolmar stekta hemlagade (beräknat)	Natrium	462	460
511	Kåldolmar stekta hemlagade (beräknat)	Fritt socker	2	2
511	Kåldolmar stekta hemlagade (beräknat)	Tillsatt socker	2	2
511	Kåldolmar stekta hemlagade (beräknat)	Salt	1	1
511	Kåldolmar stekta hemlagade (beräknat)	Niacin	1,1	1,1
511	Kåldolmar stekta hemlagade (beräknat)	Niacinekvivalenter	2,1	2,0
511	Kåldolmar stekta hemlagade (beräknat)	Riboflavin	0,0	0,0
511	Kåldolmar stekta hemlagade (beräknat)	Vitamin C	8	8
512	Kålpudding (beräknat)	Kolesterol	33	33
512	Kålpudding (beräknat)	Monosackarider	4	4
512	Kålpudding (beräknat)	Disackarider	2	2
512	Kålpudding (beräknat)	Energi (kJ)	465	488
512	Kålpudding (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
512	Kålpudding (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
512	Kålpudding (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
512	Kålpudding (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
512	Kålpudding (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
512	Kålpudding (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,1	0,1
512	Kålpudding (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,1	1,3
512	Kålpudding (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,6	0,7
512	Kålpudding (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,0	0,1
512	Kålpudding (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
512	Kålpudding (beräknat)	EPA (C20:5)	0,0	0,0
512	Kålpudding (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
512	Kålpudding (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
512	Kålpudding (beräknat)	Vitamin B12	0,4	0,4
512	Kålpudding (beräknat)	Vitamin B6	0,2	0,2
512	Kålpudding (beräknat)	Folat	10	10
512	Kålpudding (beräknat)	Socker totalt	7	7
512	Kålpudding (beräknat)	Jod	51,9	51,8
512	Kålpudding (beräknat)	Järn	0,7	0,7
512	Kålpudding (beräknat)	Kalcium	54,1	54,0
512	Kålpudding (beräknat)	Kalium	202	202
512	Kålpudding (beräknat)	Magnesium	15,9	15,9
512	Kålpudding (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
512	Kålpudding (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,2
512	Kålpudding (beräknat)	Oljesyra C18:1	1,6	1,9
512	Kålpudding (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,3	0,4
512	Kålpudding (beräknat)	Protein	7	7
512	Kålpudding (beräknat)	Fibrer	1	1
512	Kålpudding (beräknat)	Fett	4,5	5,2
512	Kålpudding (beräknat)	Fosfor	97	97
512	Kålpudding (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
512	Kålpudding (beräknat)	Vitamin D	0,3	0,3

512	Kålpudding (beräknat)	Vitamin E	0,5	0,5
512	Kålpudding (beräknat)	β-Karoten	87	87
512	Kålpudding (beräknat)	Energi (kcal)	111	117
512	Kålpudding (beräknat)	Aska	2	2
512	Kålpudding (beräknat)	Vatten	75	75
512	Kålpudding (beräknat)	Avfall (skal etc.)	7	6
512	Kålpudding (beräknat)	Kolhydrater	10	10
512	Kålpudding (beräknat)	Natrium	518	518
512	Kålpudding (beräknat)	Selen	3,0	3,0
512	Kålpudding (beräknat)	Zink	1,38	1,38
512	Kålpudding (beräknat)	Vitamin A	24	24
512	Kålpudding (beräknat)	Retinol	16	16
512	Kålpudding (beräknat)	Salt	1	1
512	Kålpudding (beräknat)	Tillsatt socker	3	3
512	Kålpudding (beräknat)	Fritt socker	3	3
512	Kålpudding (beräknat)	Vitamin C	10	10
512	Kålpudding (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
512	Kålpudding (beräknat)	Niacinekvivalenter	2,8	2,7
512	Kålpudding (beräknat)	Niacin	1,4	1,4
513	(beräknat)	Energi (kJ)	1258	1258
513	(beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
513	(beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	16	16
513	(beräknat)	Summa mättade fettsyror	4	4
513	(beräknat)	Vitamin B6	0,2	0,2
513	(beräknat)	Linolsyra C18:2	2,0	2,0
513	(beräknat)	Protein	12	12
513	(beräknat)	Energi (kcal)	301	301
513	(beräknat)	Salt	1	1
515	Moussaka ugnsstekt (beräknat)	Kolesterol	32	33
515	Moussaka ugnsstekt (beräknat)	Monosackarider	2	2
515	Moussaka ugnsstekt (beräknat)	Disackarider	1	1
515	Moussaka ugnsstekt (beräknat)	Energi (kJ)	489	491
515	Moussaka ugnsstekt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	3	3
515	Moussaka ugnsstekt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
515	Moussaka ugnsstekt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
515	Moussaka ugnsstekt (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,2	0,2
515	Moussaka ugnsstekt (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,1	0,1
515	Moussaka ugnsstekt (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,3	0,3
515	Moussaka ugnsstekt (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,4	1,4
515	Moussaka ugnsstekt (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,7	0,7
515	Moussaka ugnsstekt (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,2	0,2
515	Moussaka ugnsstekt (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
515	Moussaka ugnsstekt (beräknat)	EPA (C20:5)	0,0	0,0
515	Moussaka ugnsstekt (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
515	Moussaka ugnsstekt (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
515	Moussaka ugnsstekt (beräknat)	Vitamin B12	0,4	0,4
515	Moussaka ugnsstekt (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
515	Moussaka ugnsstekt (beräknat)	Folat	15	15
515	Moussaka ugnsstekt (beräknat)	Socker totalt	4	4
515	Moussaka ugnsstekt (beräknat)	Jod	38,6	38,6

515	Moussaka ugnsstekt (beräknat)	Järn	0,7	0,7
515	Moussaka ugnsstekt (beräknat)	Kalcium	80,1	80,1
515	Moussaka ugnsstekt (beräknat)	Kalium	228	228
515	Moussaka ugnsstekt (beräknat)	Magnesium	18,2	18,2
515	Moussaka ugnsstekt (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
515	Moussaka ugnsstekt (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
515	Moussaka ugnsstekt (beräknat)	Oljesyra C18:1	3,2	3,2
515	Moussaka ugnsstekt (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,6	0,7
515	Moussaka ugnsstekt (beräknat)	Protein	7	7
515	Moussaka ugnsstekt (beräknat)	Fibrer	1	1
515	Moussaka ugnsstekt (beräknat)	Fett	7,6	7,7
515	Moussaka ugnsstekt (beräknat)	Fosfor	105	105
515	Moussaka ugnsstekt (beräknat)	Vitamin D	0,5	0,5
515	Moussaka ugnsstekt (beräknat)	Vitamin E	1,5	1,6
515	Moussaka ugnsstekt (beräknat)	β-Karoten	135	134
515	Moussaka ugnsstekt (beräknat)	Energi (kcal)	117	117
515	Moussaka ugnsstekt (beräknat)	Aska	2	2
515	Moussaka ugnsstekt (beräknat)	Vatten	78	78
515	Moussaka ugnsstekt (beräknat)	Kolhydrater	5	5
515	Moussaka ugnsstekt (beräknat)	Natrium	309	308
515	Moussaka ugnsstekt (beräknat)	Selen	3,4	3,4
515	Moussaka ugnsstekt (beräknat)	Zink	1,20	1,20
515	Moussaka ugnsstekt (beräknat)	Vitamin A	45	43
515	Moussaka ugnsstekt (beräknat)	Retinol	34	32
515	Moussaka ugnsstekt (beräknat)	Salt	1	1
515	Moussaka ugnsstekt (beräknat)	Fritt socker	0	0
515	Moussaka ugnsstekt (beräknat)	Vitamin C	4	4
515	Moussaka ugnsstekt (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
515	Moussaka ugnsstekt (beräknat)	Tiamin	0,0	0,0
515	Moussaka ugnsstekt (beräknat)	Niacin	1,3	1,3
515	Moussaka ugnsstekt (beräknat)	Niacinekvivalenter	2,7	2,7
518	Wokgrönsaker m. nudlar kyckling	Disackarider	2	2
518	Wokgrönsaker m. nudlar kyckling	Monosackarider	3	3
518	Wokgrönsaker m. nudlar kyckling	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
518	Wokgrönsaker m. nudlar kyckling	Socker totalt	4	5
518	Wokgrönsaker m. nudlar kyckling	Protein	6	6
518	Wokgrönsaker m. nudlar kyckling	Salt	1	1
519	Kycklingsallad m. ananas paprika vitlöksdressing	Monosackarider	1	1
519	Kycklingsallad m. ananas paprika vitlöksdressing	Disackarider	0	0
519	Kycklingsallad m. ananas paprika vitlöksdressing	Summa mättade fettsyror	1	1
519	Kycklingsallad m. ananas paprika vitlöksdressing	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
519	Kycklingsallad m. ananas paprika vitlöksdressing	Summa fleromättade fettsyror	1	1
519	Kycklingsallad m. ananas paprika vitlöksdressing	Socker totalt	1	1
519	Kycklingsallad m. ananas paprika vitlöksdressing	Protein	4	4
519	Kycklingsallad m. ananas paprika vitlöksdressing	Vitamin A	42	45
519	Kycklingsallad m. ananas paprika vitlöksdressing	Salt	0	0
520	Granatäpple	Summa fleromättade fettsyror	0	0
520	Granatäpple	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
520	Granatäpple	Summa mättade fettsyror	0	0
520	Granatäpple	Salt	0	0

521	Grapefrukt	Summa mättade fettsyror	0	0
521	Grapefrukt	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
521	Grapefrukt	Protein	1	1
556	Blåbär frysvara	Salt	0	0
557	Blåbär m. socker frysvara	Salt	0	0
558	Cherimoya	Protein	1	1
558	Cherimoya	Salt	0	0
559	Citron	Salt	0	0
560	Småcitrus clementin mandarin tangerin satsumas	Summa fleromättade fettsyror	0	0
560	Småcitrus clementin mandarin tangerin satsumas	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
560	Småcitrus clementin mandarin tangerin satsumas	Summa mättade fettsyror	0	0
560	Småcitrus clementin mandarin tangerin satsumas	Protein	1	1
562	Fläderbär	Jod		3,0
562	Fläderbär	Salt	0	0
563	Jordgubbar skivade m. socker frysvara	Salt	0	0
564	Kaktusfikon	Salt	0	0
565	Kiwi grön	Summa mättade fettsyror	0	0
565	Kiwi grön	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
565	Kiwi grön	Summa fleromättade fettsyror	0	0
565	Kiwi grön	Protein	1	1
601	Blåbär torkade	Socker totalt	46	62
601	Blåbär torkade	Folat	12	0
601	Blåbär torkade	Vitamin B6	0,2	0,1
601	Blåbär torkade	Magnesium	53,0	24,0
601	Blåbär torkade	Kalium	559	430
601	Blåbär torkade	Kalcium	140,0	45,0
601	Blåbär torkade	Järn	4,8	0,9
601	Blåbär torkade	Jod	4,5	0,0
601	Blåbär torkade	Linolsyra C18:2	0,3	0,3
601	Blåbär torkade	Oljesyra C18:1	0,1	1,7
601	Blåbär torkade	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
601	Blåbär torkade	Fosfor	120	53
601	Blåbär torkade	Fett	1,0	2,4
601	Blåbär torkade	Fibrer	10	8
601	Blåbär torkade	Protein	5	2
601	Blåbär torkade	Vitamin K		48,8
601	Blåbär torkade	β-Karoten	150	35
601	Blåbär torkade	Vitamin E	0,2	4,0
601	Blåbär torkade	Kolhydrater	70	64
601	Blåbär torkade	Vatten	13	23
601	Blåbär torkade	Aska	2	1
601	Blåbär torkade	Energi (kcal)	330	303
601	Blåbär torkade	Vitamin A	13	3
601	Blåbär torkade	Zink	1,00	0,26
601	Blåbär torkade	Natrium	16	0
601	Blåbär torkade	Fritt socker	0	30
601	Blåbär torkade	Salt	0	0
601	Blåbär torkade	Niacinekvivalenter	2,3	0,9
601	Blåbär torkade	Niacin	1,5	0,6
601	Blåbär torkade	Vitamin C	3	0

601	Blåbär torkade	Riboflavin	0,1	0,0
601	Blåbär torkade	Tiamin	0,0	0,0
602	Citronskal	Salt	0	0
603	Dadlar torkade	Summa fleromättade fettsyror	0	0
603	Dadlar torkade	Summa mättade fettsyror	0	0
603	Dadlar torkade	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
603	Dadlar torkade	Protein	2	2
603	Dadlar torkade	Salt	0	0
604	Fikon torkade	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
604	Fikon torkade	Summa mättade fettsyror	0	0
604	Fikon torkade	Summa fleromättade fettsyror	1	1
604	Fikon torkade	Protein	3	3
604	Fikon torkade	Salt	0	0
605	Katrinplommon torkade	Summa fleromättade fettsyror	0	0
605	Katrinplommon torkade	Summa mättade fettsyror	0	0
605	Katrinplommon torkade	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
605	Katrinplommon torkade	Protein	2	2
605	Katrinplommon torkade	Salt	0	0
606	Nypon torkat u. frön	Salt	0	0
607	Nyponsoppapulver berikad	Jod		0,9
607	Nyponsoppapulver berikad	Salt	0	0
608	Persika torkad	Jod		2,8
608	Persika torkad	Salt	0	0
609	Päron torkade	Salt	0	0
610	Russin	Energi (kJ)	1194	1194
610	Russin	Protein	2	2
610	Russin	Energi (kcal)	285	285
610	Russin	Salt	0	0
654	Risgrynsgröt lättmjölk fett ca 1% (beräknat)	Energi (kJ)	329	329
654	Risgrynsgröt lättmjölk fett ca 1% (beräknat)	Disackarider	3	3
654	Risgrynsgröt lättmjölk fett ca 1% (beräknat)	Monosackarider	0	0
654	Risgrynsgröt lättmjölk fett ca 1% (beräknat)	Kolesterol	3	3
654	Risgrynsgröt lättmjölk fett ca 1% (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,1	0,0
654	Risgrynsgröt lättmjölk fett ca 1% (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
654	Risgrynsgröt lättmjölk fett ca 1% (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
654	Risgrynsgröt lättmjölk fett ca 1% (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
654	Risgrynsgröt lättmjölk fett ca 1% (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,1	0,1
654	Risgrynsgröt lättmjölk fett ca 1% (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,4	0,4
654	Risgrynsgröt lättmjölk fett ca 1% (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,1	0,1
654	Risgrynsgröt lättmjölk fett ca 1% (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
654	Risgrynsgröt lättmjölk fett ca 1% (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
654	Risgrynsgröt lättmjölk fett ca 1% (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,0	0,0
654	Risgrynsgröt lättmjölk fett ca 1% (beräknat)	Socker totalt	3	3
654	Risgrynsgröt lättmjölk fett ca 1% (beräknat)	Jod	22,2	22,2
654	Risgrynsgröt lättmjölk fett ca 1% (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,1	0,1
654	Risgrynsgröt lättmjölk fett ca 1% (beräknat)	Oljesyra C18:1	0,4	0,4
654	Risgrynsgröt lättmjölk fett ca 1% (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
654	Risgrynsgröt lättmjölk fett ca 1% (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
654	Risgrynsgröt lättmjölk fett ca 1% (beräknat)	Fett	1,3	1,3
654	Risgrynsgröt lättmjölk fett ca 1% (beräknat)	Protein	3	3

654	Risgrynsgröt lättmjölk fett ca 1% (beräknat)	β-Karoten	7	7
654	Risgrynsgröt lättmjölk fett ca 1% (beräknat)	Vitamin E	0,1	0,1
654	Risgrynsgröt lättmjölk fett ca 1% (beräknat)	Vitamin D	0,8	0,8
654	Risgrynsgröt lättmjölk fett ca 1% (beräknat)	Kolhydrater	13	13
654	Risgrynsgröt lättmjölk fett ca 1% (beräknat)	Vatten	81	81
654	Risgrynsgröt lättmjölk fett ca 1% (beräknat)	Aska	1	1
654	Risgrynsgröt lättmjölk fett ca 1% (beräknat)	Energi (kcal)	79	79
654	Risgrynsgröt lättmjölk fett ca 1% (beräknat)	Retinol	10	10
654	Risgrynsgröt lättmjölk fett ca 1% (beräknat)	Vitamin A	11	11
654	Risgrynsgröt lättmjölk fett ca 1% (beräknat)	Natrium	142	142
654	Risgrynsgröt lättmjölk fett ca 1% (beräknat)	Salt	0	0
654	Risgrynsgröt lättmjölk fett ca 1% (beräknat)	Niacinekvivalenter	0,9	0,9
655	Risgrynsgröt (beräknat)	Kolesterol	6	5
655	Risgrynsgröt (beräknat)	Monosackarider	0	0
655	Risgrynsgröt (beräknat)	Disackarider	3	3
655	Risgrynsgröt (beräknat)	Energi (kJ)	359	360
655	Risgrynsgröt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
655	Risgrynsgröt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
655	Risgrynsgröt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
655	Risgrynsgröt (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,1	0,1
655	Risgrynsgröt (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,1	0,1
655	Risgrynsgröt (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,2	0,2
655	Risgrynsgröt (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,6	0,6
655	Risgrynsgröt (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,2	0,2
655	Risgrynsgröt (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,0	0,0
655	Risgrynsgröt (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
655	Risgrynsgröt (beräknat)	Vitamin B12	0,4	0,4
655	Risgrynsgröt (beräknat)	Vitamin B6	0,0	0,0
655	Risgrynsgröt (beräknat)	Folat	8	8
655	Risgrynsgröt (beräknat)	Socker totalt	3	3
655	Risgrynsgröt (beräknat)	Jod	25,7	25,6
655	Risgrynsgröt (beräknat)	Järn	0,0	0,0
655	Risgrynsgröt (beräknat)	Kalcium	81,4	81,4
655	Risgrynsgröt (beräknat)	Kalium	116	116
655	Risgrynsgröt (beräknat)	Magnesium	11,0	11,0
655	Risgrynsgröt (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
655	Risgrynsgröt (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
655	Risgrynsgröt (beräknat)	Oljesyra C18:1	0,6	0,6
655	Risgrynsgröt (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,1	0,1
655	Risgrynsgröt (beräknat)	Protein	3	3
655	Risgrynsgröt (beräknat)	Fibrer	0	0
655	Risgrynsgröt (beräknat)	Fett	2,1	2,1
655	Risgrynsgröt (beräknat)	Fosfor	81	81
655	Risgrynsgröt (beräknat)	Vitamin D	0,8	0,8
655	Risgrynsgröt (beräknat)	Vitamin E	0,1	0,1
655	Risgrynsgröt (beräknat)	β-Karoten	13	13
655	Risgrynsgröt (beräknat)	Energi (kcal)	86	86
655	Risgrynsgröt (beräknat)	Aska	1	1
655	Risgrynsgröt (beräknat)	Vatten	80	80
655	Risgrynsgröt (beräknat)	Kolhydrater	13	13

655	Risgrynsgröt (beräknat)	Natrium	170	170
655	Risgrynsgröt (beräknat)	Selen	1,1	1,1
655	Risgrynsgröt (beräknat)	Zink	0,43	0,43
655	Risgrynsgröt (beräknat)	Vitamin A	18	19
655	Risgrynsgröt (beräknat)	Retinol	17	18
655	Risgrynsgröt (beräknat)	Salt	0	0
655	Risgrynsgröt (beräknat)	Tiamin	0,0	0,0
655	Risgrynsgröt (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
655	Risgrynsgröt (beräknat)	Vitamin C	0	0
655	Risgrynsgröt (beräknat)	Niacin	0,2	0,2
655	Risgrynsgröt (beräknat)	Niacinekvivalenter	0,9	0,9
657	Limejuice konc. konserv.	Jod		1,0
657	Limejuice konc. konserv.	Salt	0	0
658	Druvjuice konserv. drickf.	Salt	0	0
659	Äppeljuice drickf.	Protein	0	0
659	Äppeljuice drickf.	Salt	0	0
660	Ananasjuice konserv. drickf.	Jod	1,0	0,0
703	Fiberhavregryn fullkorn havre m. vetekli	Protein	10	10
703	Fiberhavregryn fullkorn havre m. vetekli	Vitamin K	2,8	2,8
704	Havrekli	Disackarider	3	1
704	Havrekli	Energi (kJ)	1491	1492
704	Havrekli	Monosackarider	1	0
704	Havrekli	Summa fleromättade fettsyror	3	3
704	Havrekli	Summa mättade fettsyror	1	1
704	Havrekli	Summa enkelomättade fettsyror	2	3
704	Havrekli	Stearinsyra C18:0	0,1	0,1
704	Havrekli	Palmitinsyra C16:0	1,1	1,0
704	Havrekli	Myristinsyra C14:0	0,0	0,1
704	Havrekli	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
704	Havrekli	Socker totalt	3	1
704	Havrekli	Folat	52	51
704	Havrekli	Magnesium	235,0	230,0
704	Havrekli	Kalium	566	638
704	Havrekli	Kalcium	58,0	85,0
704	Havrekli	Järn	6,9	8,0
704	Havrekli	Jod	6,8	20,0
704	Havrekli	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
704	Havrekli	Linolsyra C18:2	2,7	2,6
704	Havrekli	Oljesyra C18:1	2,4	2,4
704	Havrekli	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
704	Havrekli	Fosfor	734	718
704	Havrekli	Fett	7,0	7,4
704	Havrekli	Fibrer	18	18
704	Havrekli	Protein	19	15
704	Havrekli	Vitamin E	7,5	0,9
704	Havrekli	Tiamin	0,7	1,0
704	Havrekli	Kolhydrater	45	48
704	Havrekli	Vatten	8	9
704	Havrekli	Aska	3	2
704	Havrekli	Zink	3,10	5,00

704	Havrekli	Selen	1,0	13,0
704	Havrekli	Natrium	4	1
704	Havrekli	Salt	0	0
704	Havrekli	Niacin	4,7	0,8
704	Havrekli	Niacinekvivalenter	7,9	3,3
704	Havrekli	Riboflavin	0,2	0,2
705	Korngryn ångprep. fullkorn	Salt	0	0
706	Frukostflingor majs osötad berikad typ cornflakes	Disackarider	6	7
706	Frukostflingor majs osötad berikad typ cornflakes	Summa fleromättade fettsyror	0	0
706	Frukostflingor majs osötad berikad typ cornflakes	Summa mättade fettsyror	0	0
706	Frukostflingor majs osötad berikad typ cornflakes	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
706	Frukostflingor majs osötad berikad typ cornflakes	Socker totalt	9	9
706	Frukostflingor majs osötad berikad typ cornflakes	Salt	2	2
707	Vetekross ångprep. fullkorn	Kolhydrater	61	61
707	Vetekross ångprep. fullkorn	Salt	0	0
708	Vetegroddar	Salt	0	0
709	Vetekli	Monosackarider	1	1
709	Vetekli	Energi (kJ)	1228	1158
709	Vetekli	Disackarider	2	1
709	Vetekli	Summa mättade fettsyror	1	1
709	Vetekli	Summa fleromättade fettsyror	3	2
709	Vetekli	Myristinsyra C14:0	0,0	0,0
709	Vetekli	Palmitinsyra C16:0	0,8	0,6
709	Vetekli	Stearinsyra C18:0	0,1	0,0
709	Vetekli	Vitamin B6	1,4	1,0
709	Vetekli	Folat	260	63
709	Vetekli	Socker totalt	3	2
709	Vetekli	Jod	2,4	5,0
709	Vetekli	Järn	11,0	20,0
709	Vetekli	Kalcium	76,0	116,0
709	Vetekli	Kalium	1340	2260
709	Vetekli	Magnesium	480,0	822,0
709	Vetekli	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
709	Vetekli	Oljesyra C18:1	0,8	0,3
709	Vetekli	Linolsyra C18:2	2,4	2,2
709	Vetekli	Linolensyra C18:3	0,2	0,2
709	Vetekli	Protein	17	15
709	Vetekli	Fibrer	31	38
709	Vetekli	Fett	5,0	4,6
709	Vetekli	Fosfor	1100	1850
709	Vetekli	Tiamin	0,7	0,8
709	Vetekli	Vitamin E	1,6	1,6
709	Vetekli	β-Karoten	6	8
709	Vetekli	Vitamin K		2,0
709	Vetekli	Energi (kcal)	294	277
709	Vetekli	Aska	6	6
709	Vetekli	Vatten	12	12
709	Vetekli	Kolhydrater	30	26
709	Vetekli	Natrium	3	1
709	Vetekli	Selen	2,0	17,0

709	Vetekli	Zink	7,30	13,00
709	Vetekli	Vitamin A	1	1
709	Vetekli	Salt	0	0
709	Vetekli	Riboflavin	0,3	0,4
709	Vetekli	Niacinekvalenter	25,8	25,5
710	Frukostflingor vete fullkorn typ Weetabix	Disackarider	4	4
710	Frukostflingor vete fullkorn typ Weetabix	Energi (kcal)	366	366
710	Frukostflingor vete fullkorn typ Weetabix	Summa mättade fettsyror	0	0
710	Frukostflingor vete fullkorn typ Weetabix	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
710	Frukostflingor vete fullkorn typ Weetabix	Socker totalt	5	5
710	Frukostflingor vete fullkorn typ Weetabix	Protein	11	11
710	Frukostflingor vete fullkorn typ Weetabix	Vitamin A	0	1
710	Frukostflingor vete fullkorn typ Weetabix	Salt	1	1
710	Frukostflingor vete fullkorn typ Weetabix	Niacinekvalenter	5,9	30,7
361	Spenat frysvara	Protein	2	2
361	Spenat frysvara	Salt	0	0
364	Tomat	Monosackarider	3	3
364	Tomat	Summa fleromättade fettsyror	0	0
364	Tomat	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
364	Tomat	Summa mättade fettsyror	0	0
364	Tomat	Protein	1	1
364	Tomat	Vitamin K	3,4	3,4
364	Tomat	Salt	0	0
365	Tomat torkad m. olja	Monosackarider	9	9
365	Tomat torkad m. olja	Disackarider	0	0
365	Tomat torkad m. olja	Summa mättade fettsyror	1	1
365	Tomat torkad m. olja	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
365	Tomat torkad m. olja	Summa fleromättade fettsyror	6	6
365	Tomat torkad m. olja	Socker totalt	9	9
365	Tomat torkad m. olja	Protein	5	5
365	Tomat torkad m. olja	Vitamin A	51	55
366	Trädgårdskrasse	Jod		0,9
366	Trädgårdskrasse	Salt	0	0
367	Vattenkrasse	Summa mättade fettsyror	0	0
367	Vattenkrasse	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
367	Vattenkrasse	Summa fleromättade fettsyror	0	0
367	Vattenkrasse	Protein	2	2
367	Vattenkrasse	Salt	0	0
368	Vaxbönor	Salt	0	0
369	Vaxbönor frysvara	Jod		0,2
401	Oliver gröna m. paprikafyllning avrunna	Protein	1	1
402	Oliver svarta m. olja avrunna	Summa fleromättade fettsyror	1	1
402	Oliver svarta m. olja avrunna	Summa enkelomättade fettsyror	9	9
402	Oliver svarta m. olja avrunna	Summa mättade fettsyror	2	2
402	Oliver svarta m. olja avrunna	Protein	1	1
402	Oliver svarta m. olja avrunna	Salt	2	2
403	Grönsaksblandning el. pickels sockrad inlagd u. lag	Jod		0,0
403	Grönsaksblandning el. pickels sockrad inlagd u. lag	Salt	0	0
404	Sparris vit konserv. u. lag	Protein	1	1
404	Sparris vit konserv. u. lag	Salt	1	1

405	Sparrissoppa tillagad redd konserv. veg.	Salt	1	1
407	Tomat hel konserv. m. lag	Summa mättade fettsyror	0	0
407	Tomat hel konserv. m. lag	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
407	Tomat hel konserv. m. lag	Summa fleromättade fettsyror	0	0
407	Tomat hel konserv. m. lag	Protein	1	1
407	Tomat hel konserv. m. lag	Salt	0	0
434	Blomkål kokt m. salt (beräknat)	Protein	2	2
434	Blomkål kokt m. salt (beräknat)	Salt	0	0
435	Blomkål stuvad (beräknat)	Energi (kJ)	251	253
435	Blomkål stuvad (beräknat)	Disackarider	2	2
435	Blomkål stuvad (beräknat)	Monosackarider	1	1
435	Blomkål stuvad (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,1	0,1
435	Blomkål stuvad (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
435	Blomkål stuvad (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
435	Blomkål stuvad (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
435	Blomkål stuvad (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,2	0,2
435	Blomkål stuvad (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,5	0,5
435	Blomkål stuvad (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,1	0,1
435	Blomkål stuvad (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
435	Blomkål stuvad (beräknat)	Socker totalt	4	4
435	Blomkål stuvad (beräknat)	Jod	43,7	43,7
435	Blomkål stuvad (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
435	Blomkål stuvad (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,3	0,3
435	Blomkål stuvad (beräknat)	Oljesyra C18:1	1,0	1,0
435	Blomkål stuvad (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
435	Blomkål stuvad (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
435	Blomkål stuvad (beräknat)	Fosfor	72	72
435	Blomkål stuvad (beräknat)	Fett	2,6	2,7
435	Blomkål stuvad (beräknat)	Protein	3	3
435	Blomkål stuvad (beräknat)	β-Karoten	38	37
435	Blomkål stuvad (beräknat)	Vitamin E	0,4	0,5
435	Blomkål stuvad (beräknat)	Vitamin D	0,5	0,5
435	Blomkål stuvad (beräknat)	Kolhydrater	5	5
435	Blomkål stuvad (beräknat)	Vatten	86	86
435	Blomkål stuvad (beräknat)	Aska	2	2
435	Blomkål stuvad (beräknat)	Energi (kcal)	60	60
435	Blomkål stuvad (beräknat)	Retinol	14	12
435	Blomkål stuvad (beräknat)	Vitamin A	17	16
435	Blomkål stuvad (beräknat)	Natrium	326	325
435	Blomkål stuvad (beräknat)	Salt	1	1
435	Blomkål stuvad (beräknat)	Niacinekvivalenter	0,9	0,9
436	Gröna bönor stuvade (beräknat)	Monosackarider	1	1
436	Gröna bönor stuvade (beräknat)	Disackarider	1	1
436	Gröna bönor stuvade (beräknat)	Energi (kJ)	234	236
436	Gröna bönor stuvade (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
436	Gröna bönor stuvade (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
436	Gröna bönor stuvade (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
436	Gröna bönor stuvade (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
436	Gröna bönor stuvade (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
436	Gröna bönor stuvade (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,1	0,1

436	Gröna bönor stuvade (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,3	0,3
436	Gröna bönor stuvade (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,1	0,1
436	Gröna bönor stuvade (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
436	Gröna bönor stuvade (beräknat)	Socker totalt	2	2
436	Gröna bönor stuvade (beräknat)	Jod	29,6	29,6
436	Gröna bönor stuvade (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
436	Gröna bönor stuvade (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
436	Gröna bönor stuvade (beräknat)	Oljesyra C18:1	0,9	0,9
436	Gröna bönor stuvade (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,3	0,3
436	Gröna bönor stuvade (beräknat)	Protein	2	2
436	Gröna bönor stuvade (beräknat)	Fett	2,1	2,1
436	Gröna bönor stuvade (beräknat)	Fosfor	54	54
436	Gröna bönor stuvade (beräknat)	Vitamin D	0,3	0,3
436	Gröna bönor stuvade (beräknat)	Vitamin E	0,5	0,5
436	Gröna bönor stuvade (beräknat)	β-Karoten	262	261
436	Gröna bönor stuvade (beräknat)	Energi (kcal)	56	56
436	Gröna bönor stuvade (beräknat)	Aska	1	1
436	Gröna bönor stuvade (beräknat)	Vatten	86	86
436	Gröna bönor stuvade (beräknat)	Kolhydrater	6	6
436	Gröna bönor stuvade (beräknat)	Natrium	268	267
436	Gröna bönor stuvade (beräknat)	Vitamin A	32	30
436	Gröna bönor stuvade (beräknat)	Retinol	9	7
436	Gröna bönor stuvade (beräknat)	Salt	1	1
436	Gröna bönor stuvade (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,0	1,0
437	Grönkålssoppa (beräknat)	Energi (kJ)	133	135
437	Grönkålssoppa (beräknat)	Disackarider	0	0
437	Grönkålssoppa (beräknat)	Monosackarider	0	0
437	Grönkålssoppa (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
437	Grönkålssoppa (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
437	Grönkålssoppa (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
437	Grönkålssoppa (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
437	Grönkålssoppa (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,1	0,1
437	Grönkålssoppa (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,1	0,2
437	Grönkålssoppa (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,0	0,0
437	Grönkålssoppa (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
437	Grönkålssoppa (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,2	0,2
437	Grönkålssoppa (beräknat)	Socker totalt	1	1
437	Grönkålssoppa (beräknat)	Jod		22,1
437	Grönkålssoppa (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,3	0,4
437	Grönkålssoppa (beräknat)	Oljesyra C18:1	0,9	0,9
437	Grönkålssoppa (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
437	Grönkålssoppa (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
437	Grönkålssoppa (beräknat)	Fosfor	14	14
437	Grönkålssoppa (beräknat)	Fett	1,9	1,9
437	Grönkålssoppa (beräknat)	Protein	1	1
437	Grönkålssoppa (beräknat)	β-Karoten	706	705
437	Grönkålssoppa (beräknat)	Vitamin E	1,2	1,2
437	Grönkålssoppa (beräknat)	Vitamin D	0,1	0,1
437	Grönkålssoppa (beräknat)	Kolhydrater	2	2
437	Grönkålssoppa (beräknat)	Vatten	92	92

437	Grönkålssoppa (beräknat)	Aska	2	2
437	Grönkålssoppa (beräknat)	Energi (kcal)	32	32
437	Grönkålssoppa (beräknat)	Retinol	5	3
437	Grönkålssoppa (beräknat)	Vitamin A	64	61
437	Grönkålssoppa (beräknat)	Natrium	476	475
437	Grönkålssoppa (beräknat)	Salt	1	1
437	Grönkålssoppa (beräknat)	Niacinekvivalenter	0,5	0,5
438	Grönsakssoppa redd ängamat veg. (beräknat)	Kolesterol	28	28
438	Grönsakssoppa redd ängamat veg. (beräknat)	Monosackarider	1	1
438	Grönsakssoppa redd ängamat veg. (beräknat)	Disackarider	2	2
438	Grönsakssoppa redd ängamat veg. (beräknat)	Energi (kJ)	211	203
438	Grönsakssoppa redd ängamat veg. (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
438	Grönsakssoppa redd ängamat veg. (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
438	Grönsakssoppa redd ängamat veg. (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
438	Grönsakssoppa redd ängamat veg. (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,2	0,2
438	Grönsakssoppa redd ängamat veg. (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,1	0,1
438	Grönsakssoppa redd ängamat veg. (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,3	0,2
438	Grönsakssoppa redd ängamat veg. (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,9	0,9
438	Grönsakssoppa redd ängamat veg. (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,3	0,3
438	Grönsakssoppa redd ängamat veg. (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,0	0,0
438	Grönsakssoppa redd ängamat veg. (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
438	Grönsakssoppa redd ängamat veg. (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
438	Grönsakssoppa redd ängamat veg. (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
438	Grönsakssoppa redd ängamat veg. (beräknat)	Vitamin B12	0,2	0,2
438	Grönsakssoppa redd ängamat veg. (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
438	Grönsakssoppa redd ängamat veg. (beräknat)	Folat	27	27
438	Grönsakssoppa redd ängamat veg. (beräknat)	Socker totalt	3	3
438	Grönsakssoppa redd ängamat veg. (beräknat)	Jod	35,9	35,9
438	Grönsakssoppa redd ängamat veg. (beräknat)	Järn	0,3	0,3
438	Grönsakssoppa redd ängamat veg. (beräknat)	Kalcium	57,2	57,5
438	Grönsakssoppa redd ängamat veg. (beräknat)	Kalium	131	131
438	Grönsakssoppa redd ängamat veg. (beräknat)	Magnesium	10,3	10,3
438	Grönsakssoppa redd ängamat veg. (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
438	Grönsakssoppa redd ängamat veg. (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
438	Grönsakssoppa redd ängamat veg. (beräknat)	Oljesyra C18:1	0,8	0,7
438	Grönsakssoppa redd ängamat veg. (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,1	0,1
438	Grönsakssoppa redd ängamat veg. (beräknat)	Protein	2	2
438	Grönsakssoppa redd ängamat veg. (beräknat)	Fibrer	1	1
438	Grönsakssoppa redd ängamat veg. (beräknat)	Fett	3,3	3,0
438	Grönsakssoppa redd ängamat veg. (beräknat)	Fosfor	53	53
438	Grönsakssoppa redd ängamat veg. (beräknat)	Tiamin	0,0	0,0
438	Grönsakssoppa redd ängamat veg. (beräknat)	Vitamin D	0,4	0,4
438	Grönsakssoppa redd ängamat veg. (beräknat)	Vitamin E	0,7	0,7
438	Grönsakssoppa redd ängamat veg. (beräknat)	β-Karoten	1143	1141
438	Grönsakssoppa redd ängamat veg. (beräknat)	Energi (kcal)	50	48
438	Grönsakssoppa redd ängamat veg. (beräknat)	Aska	1	1
438	Grönsakssoppa redd ängamat veg. (beräknat)	Vatten	90	90
438	Grönsakssoppa redd ängamat veg. (beräknat)	Avfall (skal etc.)	6	6
438	Grönsakssoppa redd ängamat veg. (beräknat)	Kolhydrater	3	3
438	Grönsakssoppa redd ängamat veg. (beräknat)	Natrium	261	261

438	Grönsakssoppa redd ängamat veg. (beräknat)	Selen	1,8	1,8
438	Grönsakssoppa redd ängamat veg. (beräknat)	Zink	0,34	0,34
438	Grönsakssoppa redd ängamat veg. (beräknat)	Vitamin A	145	143
438	Grönsakssoppa redd ängamat veg. (beräknat)	Retinol	36	34
438	Grönsakssoppa redd ängamat veg. (beräknat)	Salt	1	1
438	Grönsakssoppa redd ängamat veg. (beräknat)	Vitamin C	12	12
438	Grönsakssoppa redd ängamat veg. (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
438	Grönsakssoppa redd ängamat veg. (beräknat)	Niacinekvivalenter	0,7	0,7
438	Grönsakssoppa redd ängamat veg. (beräknat)	Niacin	0,3	0,3
439	Grönsaksbiff stekt veg. (beräknat)	Energi (kJ)	486	489
439	Grönsaksbiff stekt veg. (beräknat)	Disackarider	1	1
439	Grönsaksbiff stekt veg. (beräknat)	Monosackarider	1	1
439	Grönsaksbiff stekt veg. (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,1	0,1
439	Grönsaksbiff stekt veg. (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
439	Grönsaksbiff stekt veg. (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
439	Grönsaksbiff stekt veg. (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
439	Grönsaksbiff stekt veg. (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,2	0,2
439	Grönsaksbiff stekt veg. (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,6	0,6
439	Grönsaksbiff stekt veg. (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,1	0,1
439	Grönsaksbiff stekt veg. (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
439	Grönsaksbiff stekt veg. (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,3	0,2
439	Grönsaksbiff stekt veg. (beräknat)	Socker totalt	1	1
439	Grönsaksbiff stekt veg. (beräknat)	Vitamin B6	0,2	0,2
439	Grönsaksbiff stekt veg. (beräknat)	Jod	64,2	64,2
439	Grönsaksbiff stekt veg. (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,8	0,9
439	Grönsaksbiff stekt veg. (beräknat)	Oljesyra C18:1	2,3	2,3
439	Grönsaksbiff stekt veg. (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
439	Grönsaksbiff stekt veg. (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
439	Grönsaksbiff stekt veg. (beräknat)	Fosfor	111	111
439	Grönsaksbiff stekt veg. (beräknat)	Fett	5,4	5,4
439	Grönsaksbiff stekt veg. (beräknat)	Protein	5	5
439	Grönsaksbiff stekt veg. (beräknat)	β-Karoten	613	611
439	Grönsaksbiff stekt veg. (beräknat)	Vitamin E	1,8	1,9
439	Grönsaksbiff stekt veg. (beräknat)	Vitamin D	0,5	0,5
439	Grönsaksbiff stekt veg. (beräknat)	Kolhydrater	10	10
439	Grönsaksbiff stekt veg. (beräknat)	Vatten	73	73
439	Grönsaksbiff stekt veg. (beräknat)	Aska	2	2
439	Grönsaksbiff stekt veg. (beräknat)	Energi (kcal)	116	117
439	Grönsaksbiff stekt veg. (beräknat)	Retinol	42	39
439	Grönsaksbiff stekt veg. (beräknat)	Vitamin A	103	99
439	Grönsaksbiff stekt veg. (beräknat)	Natrium	549	547
439	Grönsaksbiff stekt veg. (beräknat)	Salt	1	1
439	Grönsaksbiff stekt veg. (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,8	1,8
440	Grönsallat m. vinägrettsås (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
440	Grönsallat m. vinägrettsås (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	8	8
440	Grönsallat m. vinägrettsås (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	4	4
440	Grönsallat m. vinägrettsås (beräknat)	Protein	1	1
440	Grönsallat m. vinägrettsås (beräknat)	Energi (kcal)	130	130
440	Grönsallat m. vinägrettsås (beräknat)	Kolhydrater	3	3
440	Grönsallat m. vinägrettsås (beräknat)	Salt	1	1

441	(beräknat)	Monosackarider	2	2
441	(beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	3	3
441	(beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	7	7
441	(beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
441	(beräknat)	Protein	1	1
465	Vitkål kokt m. salt (beräknat)	Salt	0	0
466	Brunkål (beräknat)	Disackarider	1	1
466	Brunkål (beräknat)	Energi (kJ)	199	200
466	Brunkål (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
466	Brunkål (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
466	Brunkål (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
466	Brunkål (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
466	Brunkål (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
466	Brunkål (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,0	0,0
466	Brunkål (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,1	0,1
466	Brunkål (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,0	0,0
466	Brunkål (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
466	Brunkål (beräknat)	Socker totalt	8	8
466	Brunkål (beräknat)	Jod	29,3	29,3
466	Brunkål (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
466	Brunkål (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
466	Brunkål (beräknat)	Oljesyra C18:1	0,5	0,5
466	Brunkål (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,2	0,2
466	Brunkål (beräknat)	Protein	1	1
466	Brunkål (beräknat)	Fett	1,0	1,0
466	Brunkål (beräknat)	Fosfor	28	28
466	Brunkål (beräknat)	Vitamin D	0,0	0,0
466	Brunkål (beräknat)	Vitamin E	0,3	0,3
466	Brunkål (beräknat)	β-Karoten	8	7
466	Brunkål (beräknat)	Energi (kcal)	48	48
466	Brunkål (beräknat)	Aska	2	2
466	Brunkål (beräknat)	Vatten	86	86
466	Brunkål (beräknat)	Avfall (skal etc.)	13	10
466	Brunkål (beräknat)	Kolhydrater	7	7
466	Brunkål (beräknat)	Natrium	510	509
466	Brunkål (beräknat)	Vitamin A	3	2
466	Brunkål (beräknat)	Retinol	3	2
466	Brunkål (beräknat)	Salt	1	1
466	Brunkål (beräknat)	Niacinekvivalenter	0,6	0,6
467	Vitkålssallad pizzasallad (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
467	Vitkålssallad pizzasallad (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
467	Vitkålssallad pizzasallad (beräknat)	Protein	1	1
467	Vitkålssallad pizzasallad (beräknat)	Salt	1	1
468	Vitkålssallad m. lingonsylt (beräknat)	Protein	1	1
468	Vitkålssallad m. lingonsylt (beräknat)	Salt	0	0
469	Aubergine kokt m. salt (beräknat)	Protein	1	1
469	Aubergine kokt m. salt (beräknat)	Avfall (skal etc.)	6	5
469	Aubergine kokt m. salt (beräknat)	Salt	1	1
470	(beräknat)	Disackarider	0	0
470	(beräknat)	Energi (kJ)	302	309

470	(beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
470	(beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
470	(beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
470	(beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
470	(beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
470	(beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,0	0,0
470	(beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,3	0,4
470	(beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,1	0,1
470	(beräknat)	Linolensyra C18:3	0,5	0,4
470	(beräknat)	Socker totalt	3	3
470	(beräknat)	Jod	83,4	83,4
470	(beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
470	(beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
470	(beräknat)	Oljesyra C18:1	3,2	3,2
470	(beräknat)	Linolsyra C18:2	1,1	1,3
470	(beräknat)	Protein	1	1
470	(beräknat)	Fett	5,8	6,0
470	(beräknat)	Fosfor	29	29
470	(beräknat)	Vitamin D	0,3	0,2
470	(beräknat)	Vitamin E	1,5	1,7
470	(beräknat)	β-Karoten	48	43
470	(beräknat)	Energi (kcal)	72	74
470	(beräknat)	Aska	2	2
470	(beräknat)	Vatten	85	85
470	(beräknat)	Avfall (skal etc.)	6	5
470	(beräknat)	Kolhydrater	3	3
470	(beräknat)	Natrium	679	674
470	(beräknat)	Vitamin A	20	12
470	(beräknat)	Retinol	16	9
470	(beräknat)	Salt	2	2
470	(beräknat)	Niacinekvalenter	0,9	0,9
471	Ärtor morot kokta m. salt (beräknat)	Disackarider	4	4
471	Ärtor morot kokta m. salt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
471	Ärtor morot kokta m. salt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
471	Ärtor morot kokta m. salt (beräknat)	Protein	3	3
471	Ärtor morot kokta m. salt (beräknat)	Salt	1	0
472	Ärtor morot stuvade (beräknat)	Monosackarider	1	1
472	Ärtor morot stuvade (beräknat)	Disackarider	4	4
472	Ärtor morot stuvade (beräknat)	Energi (kJ)	280	282
472	Ärtor morot stuvade (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
472	Ärtor morot stuvade (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
472	Ärtor morot stuvade (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
472	Ärtor morot stuvade (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
472	Ärtor morot stuvade (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
472	Ärtor morot stuvade (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,1	0,1
472	Ärtor morot stuvade (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,3	0,3
472	Ärtor morot stuvade (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,1	0,1
472	Ärtor morot stuvade (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
472	Ärtor morot stuvade (beräknat)	Socker totalt	5	5
472	Ärtor morot stuvade (beräknat)	Jod	44,3	44,3

472	Ärtor morot stuvade (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
472	Ärtor morot stuvade (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
472	Ärtor morot stuvade (beräknat)	Oljesyra C18:1	0,9	0,9
472	Ärtor morot stuvade (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,4	0,4
472	Ärtor morot stuvade (beräknat)	Protein	3	3
472	Ärtor morot stuvade (beräknat)	Fett	2,2	2,2
472	Ärtor morot stuvade (beräknat)	Fosfor	60	60
472	Ärtor morot stuvade (beräknat)	Vitamin D	0,3	0,3
472	Ärtor morot stuvade (beräknat)	Vitamin E	0,6	0,6
472	Ärtor morot stuvade (beräknat)	β-Karoten	2856	2855
472	Ärtor morot stuvade (beräknat)	Energi (kcal)	67	67
472	Ärtor morot stuvade (beräknat)	Aska	2	2
472	Ärtor morot stuvade (beräknat)	Vatten	83	83
472	Ärtor morot stuvade (beräknat)	Kolhydrater	8	8
472	Ärtor morot stuvade (beräknat)	Natrium	412	411
472	Ärtor morot stuvade (beräknat)	Vitamin A	290	288
472	Ärtor morot stuvade (beräknat)	Retinol	9	7
472	Ärtor morot stuvade (beräknat)	Salt	1	1
472	Ärtor morot stuvade (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,5	1,5
473	Ärtpurésoppa gröna ärtor tillagad veg. (beräknat)	Disackarider	1	1
473	Ärtpurésoppa gröna ärtor tillagad veg. (beräknat)	Monosackarider	1	1
473	Ärtpurésoppa gröna ärtor tillagad veg. (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
473	Ärtpurésoppa gröna ärtor tillagad veg. (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
473	Ärtpurésoppa gröna ärtor tillagad veg. (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
501	Champinjonsås tillagad pulver m. mjölk smör	Kolhydrater	8	8
501	Champinjonsås tillagad pulver m. mjölk smör	Energi (kcal)	113	113
501	Champinjonsås tillagad pulver m. mjölk smör	Salt	1	1
502	Grönsaker blandade fermenterade	Salt	2	2
503	Grönsaksjuice fermenterad	Jod		1,8
503	Grönsaksjuice fermenterad	Salt	0	0
504	Kåldolmar råa u. sås frysvara	Jod		16,3
504	Kåldolmar råa u. sås frysvara	Salt	1	1
505	Vitkålssoppa m. fläskkorv hemlagad	Jod		0,9
505	Vitkålssoppa m. fläskkorv hemlagad	Salt	1	1
506	Minestrone-soppa (beräknat)	Monosackarider	2	2
506	Minestrone-soppa (beräknat)	Disackarider	1	1
506	Minestrone-soppa (beräknat)	Energi (kJ)	211	211
506	Minestrone-soppa (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
506	Minestrone-soppa (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
506	Minestrone-soppa (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
506	Minestrone-soppa (beräknat)	Jod		15,2
506	Minestrone-soppa (beräknat)	Protein	2	2
506	Minestrone-soppa (beräknat)	Fibrer	1	1
506	Minestrone-soppa (beräknat)	Fett	2,1	2,1
506	Minestrone-soppa (beräknat)	Energi (kcal)	51	50
506	Minestrone-soppa (beräknat)	Avfall (skal etc.)	4	3
506	Minestrone-soppa (beräknat)	Kolhydrater	5	5
506	Minestrone-soppa (beräknat)	Salt	1	1
506	Minestrone-soppa (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,0	1,0
508	Vitkålssoppa m. frikadeller (beräknat)	Energi (kJ)	238	251

508	Vitkålssoppa m. frikadeller (beräknat)	Disackarider	1	1
508	Vitkålssoppa m. frikadeller (beräknat)	Monosackarider	2	2
508	Vitkålssoppa m. frikadeller (beräknat)	Kolesterol	12	12
508	Vitkålssoppa m. frikadeller (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
508	Vitkålssoppa m. frikadeller (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
508	Vitkålssoppa m. frikadeller (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
508	Vitkålssoppa m. frikadeller (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
508	Vitkålssoppa m. frikadeller (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,3	0,3
508	Vitkålssoppa m. frikadeller (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,6	0,6
508	Vitkålssoppa m. frikadeller (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,1	0,1
508	Vitkålssoppa m. frikadeller (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
508	Vitkålssoppa m. frikadeller (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
508	Vitkålssoppa m. frikadeller (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
508	Vitkålssoppa m. frikadeller (beräknat)	EPA (C20:5)	0,0	0,0
508	Vitkålssoppa m. frikadeller (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
508	Vitkålssoppa m. frikadeller (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
508	Vitkålssoppa m. frikadeller (beräknat)	Fullkorn totalt	0	0
508	Vitkålssoppa m. frikadeller (beräknat)	Socker totalt	3	3
508	Vitkålssoppa m. frikadeller (beräknat)	Folat	7	7
508	Vitkålssoppa m. frikadeller (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
508	Vitkålssoppa m. frikadeller (beräknat)	Vitamin B12	0,1	0,1
508	Vitkålssoppa m. frikadeller (beräknat)	Magnesium	8,9	8,9
508	Vitkålssoppa m. frikadeller (beräknat)	Kalium	100	100
508	Vitkålssoppa m. frikadeller (beräknat)	Kalcium	26,6	26,7
508	Vitkålssoppa m. frikadeller (beräknat)	Järn	0,3	0,3
508	Vitkålssoppa m. frikadeller (beräknat)	Jod	37,7	37,8
508	Vitkålssoppa m. frikadeller (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,4	0,5
508	Vitkålssoppa m. frikadeller (beräknat)	Oljesyra C18:1	1,6	1,7
508	Vitkålssoppa m. frikadeller (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
508	Vitkålssoppa m. frikadeller (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
508	Vitkålssoppa m. frikadeller (beräknat)	Fosfor	40	40
508	Vitkålssoppa m. frikadeller (beräknat)	Fett	3,5	3,9
508	Vitkålssoppa m. frikadeller (beräknat)	Fibrer	1	1
508	Vitkålssoppa m. frikadeller (beräknat)	Protein	3	3
508	Vitkålssoppa m. frikadeller (beräknat)	β-Karoten	22	21
508	Vitkålssoppa m. frikadeller (beräknat)	Vitamin E	0,6	0,6
508	Vitkålssoppa m. frikadeller (beräknat)	Vitamin D	0,2	0,2
508	Vitkålssoppa m. frikadeller (beräknat)	Tiamin	0,0	0,0
508	Vitkålssoppa m. frikadeller (beräknat)	Kolhydrater	3	3
508	Vitkålssoppa m. frikadeller (beräknat)	Vatten	88	88
508	Vitkålssoppa m. frikadeller (beräknat)	Aska	1	1
508	Vitkålssoppa m. frikadeller (beräknat)	Energi (kcal)	57	60
508	Vitkålssoppa m. frikadeller (beräknat)	Retinol	9	7
508	Vitkålssoppa m. frikadeller (beräknat)	Vitamin A	11	9
508	Vitkålssoppa m. frikadeller (beräknat)	Zink	0,57	0,58
508	Vitkålssoppa m. frikadeller (beräknat)	Selen	1,1	1,1
508	Vitkålssoppa m. frikadeller (beräknat)	Natrium	384	384
508	Vitkålssoppa m. frikadeller (beräknat)	Fritt socker	0	0
508	Vitkålssoppa m. frikadeller (beräknat)	Tillsatt socker	0	0
508	Vitkålssoppa m. frikadeller (beräknat)	Salt	1	1

508	Vitkålssoppa m. frikadeller (beräknat)	Niacin	0,6	0,6
508	Vitkålssoppa m. frikadeller (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,2	1,2
508	Vitkålssoppa m. frikadeller (beräknat)	Riboflavin	0,0	0,0
508	Vitkålssoppa m. frikadeller (beräknat)	Vitamin C	9	9
510	Gryta får i kål (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
510	Gryta får i kål (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
510	Gryta får i kål (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
510	Gryta får i kål (beräknat)	Protein	7	7
510	Gryta får i kål (beräknat)	Avfall (skal etc.)	6	5
510	Gryta får i kål (beräknat)	Salt	1	1
511	Kåldolmar stekta hemlagade (beräknat)	Energi (kJ)	425	446
511	Kåldolmar stekta hemlagade (beräknat)	Disackarider	1	1
511	Kåldolmar stekta hemlagade (beräknat)	Monosackarider	4	4
511	Kåldolmar stekta hemlagade (beräknat)	Kolesterol	14	14
511	Kåldolmar stekta hemlagade (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
511	Kåldolmar stekta hemlagade (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
511	Kåldolmar stekta hemlagade (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	3
511	Kåldolmar stekta hemlagade (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
511	Kåldolmar stekta hemlagade (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,5	0,6
511	Kåldolmar stekta hemlagade (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,9	1,0
511	Kåldolmar stekta hemlagade (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,1	0,1
511	Kåldolmar stekta hemlagade (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
511	Kåldolmar stekta hemlagade (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
511	Kåldolmar stekta hemlagade (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
511	Kåldolmar stekta hemlagade (beräknat)	EPA (C20:5)	0,0	0,0
511	Kåldolmar stekta hemlagade (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
511	Kåldolmar stekta hemlagade (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,2	0,2
511	Kåldolmar stekta hemlagade (beräknat)	Socker totalt	5	5
511	Kåldolmar stekta hemlagade (beräknat)	Folat	6	6
511	Kåldolmar stekta hemlagade (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
511	Kåldolmar stekta hemlagade (beräknat)	Vitamin B12	0,2	0,2
511	Kåldolmar stekta hemlagade (beräknat)	Magnesium	12,3	12,3
511	Kåldolmar stekta hemlagade (beräknat)	Kalium	151	151
511	Kåldolmar stekta hemlagade (beräknat)	Kalcium	32,4	32,3
511	Kåldolmar stekta hemlagade (beräknat)	Järn	0,5	0,5
511	Kåldolmar stekta hemlagade (beräknat)	Jod	55,8	55,8
511	Kåldolmar stekta hemlagade (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,6	0,7
511	Kåldolmar stekta hemlagade (beräknat)	Oljesyra C18:1	2,2	2,4
546	Honungsmelon	Summa fleromättade fettsyror	0	0
546	Honungsmelon	Summa mättade fettsyror	0	0
546	Honungsmelon	Salt	0	0
547	Nätmelon	Salt	0	0
548	Rabarber tillagad u. socker	Protein	0	0
549	Vattenmelon	Salt	0	0
550	Ananas	Summa fleromättade fettsyror	0	0
550	Ananas	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
550	Ananas	Summa mättade fettsyror	0	0
551	Apelsin	Summa mättade fettsyror	0	0
551	Apelsin	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
551	Apelsin	Summa fleromättade fettsyror	0	0

551	Apelsin	Protein	1	1
553	Banan	Summa mättade fettsyror	0	0
553	Banan	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
553	Banan	Summa fleromättade fettsyror	0	0
553	Banan	Protein	1	1
554	Björnbär	Summa fleromättade fettsyror	0	0
554	Björnbär	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
554	Björnbär	Summa mättade fettsyror	0	0
554	Björnbär	Protein	1	1
555	Blåbär	Salt	0	0
589	Äpple u. skal	Energi (kJ)	242	239
589	Äpple u. skal	Energi (kcal)	58	57
593	Jordgubbar frysvara	Salt	0	0
597	Hallon blåbär frysvara (beräknat)	Salt	0	0
598	Apelsinskal	Salt	0	0
599	Aprikos torkad	Summa fleromättade fettsyror	0	0
599	Aprikos torkad	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
599	Aprikos torkad	Summa mättade fettsyror	0	0
599	Aprikos torkad	Protein	2	2
599	Aprikos torkad	Salt	0	0
600	Banan torkad	Salt	0	0
601	Blåbär torkade	Energi (kJ)	1382	1270
601	Blåbär torkade	Disackarider	9	0
601	Blåbär torkade	Monosackarider	37	62
601	Blåbär torkade	Summa fleromättade fettsyror	1	0
601	Blåbär torkade	Summa mättade fettsyror	0	0
601	Blåbär torkade	Summa enkelomättade fettsyror	0	2
601	Blåbär torkade	Stearinsyra C18:0	0,0	0,1
601	Blåbär torkade	Palmitinsyra C16:0	0,0	0,1
601	Blåbär torkade	Linolensyra C18:3	0,4	0,1
635	Apelsinsallad (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
635	Apelsinsallad (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
635	Apelsinsallad (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
635	Apelsinsallad (beräknat)	Protein	2	2
635	Apelsinsallad (beräknat)	Salt	0	0
637	Frukt bär konserv. osötad el. sötningsm.	Jod		1,0
638	Fruktsallad (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
638	Fruktsallad (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
638	Fruktsallad (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
638	Fruktsallad (beräknat)	Protein	1	1
638	Fruktsallad (beräknat)	Kolhydrater	12	12
638	Fruktsallad (beräknat)	Salt	0	0
642	Apelsinjuice konc. frysvara	Salt	0	0
643	Apelsinjuice drickf.	Salt	0	0
645	Citronjuice färskpressad	Protein	1	1
646	Citronjuice konc. konserv.	Salt	0	0
683	(beräknat)	Salt	0	0
684	Rågmjölsgröt (beräknat)	Monosackarider	0	0
684	Rågmjölsgröt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
684	Rågmjölsgröt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0

684	Rågmjölsgröt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
684	Rågmjölsgröt (beräknat)	Salt	1	1
685	Stuvning vit (beräknat)	Energi (kJ)	417	423
685	Stuvning vit (beräknat)	Disackarider	5	6
685	Stuvning vit (beräknat)	Monosackarider	0	0
685	Stuvning vit (beräknat)	Kolesterol	8	8
685	Stuvning vit (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,1	0,2
685	Stuvning vit (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
685	Stuvning vit (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
685	Stuvning vit (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
685	Stuvning vit (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,3	0,3
685	Stuvning vit (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,8	0,8
685	Stuvning vit (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,2	0,2
685	Stuvning vit (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,1	0,1
685	Stuvning vit (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,3	0,3
685	Stuvning vit (beräknat)	Socker totalt	6	6
685	Stuvning vit (beräknat)	Folat	14	14
685	Stuvning vit (beräknat)	Vitamin B6	0,0	0,0
685	Stuvning vit (beräknat)	Vitamin B12	0,6	0,6
685	Stuvning vit (beräknat)	Magnesium	13,6	13,6
685	Stuvning vit (beräknat)	Kalium	187	187
685	Stuvning vit (beräknat)	Kalcium	138,9	138,9
685	Stuvning vit (beräknat)	Järn	0,1	0,1
685	Stuvning vit (beräknat)	Jod	76,8	76,8
685	Stuvning vit (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,7	0,8
685	Stuvning vit (beräknat)	Oljesyra C18:1	2,4	2,4
685	Stuvning vit (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
685	Stuvning vit (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
685	Stuvning vit (beräknat)	Fosfor	121	121
685	Stuvning vit (beräknat)	Fett	5,5	5,6
685	Stuvning vit (beräknat)	Fibrer	0	0
685	Stuvning vit (beräknat)	Protein	4	4
685	Stuvning vit (beräknat)	β-Karoten	22	19
685	Stuvning vit (beräknat)	Vitamin E	0,9	1,0
685	Stuvning vit (beräknat)	Vitamin D	1,3	1,3
685	Stuvning vit (beräknat)	Kolhydrater	8	8
685	Stuvning vit (beräknat)	Vatten	80	79
685	Stuvning vit (beräknat)	Aska	2	2
685	Stuvning vit (beräknat)	Energi (kcal)	100	101
685	Stuvning vit (beräknat)	Retinol	27	22
685	Stuvning vit (beräknat)	Vitamin A	29	24
685	Stuvning vit (beräknat)	Zink	0,51	0,51
685	Stuvning vit (beräknat)	Selen	2,2	2,2
685	Stuvning vit (beräknat)	Natrium	555	553
685	Stuvning vit (beräknat)	Salt	1	1
685	Stuvning vit (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,1	1,1
685	Stuvning vit (beräknat)	Niacin	0,1	0,1
685	Stuvning vit (beräknat)	Vitamin C	1	1
685	Stuvning vit (beräknat)	Riboflavin	0,2	0,2
685	Stuvning vit (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1

694	Välling fullkorn berikad	Salt	0	0
695	Havrevälling hemlagad (beräknat)	Disackarider	5	5
695	Havrevälling hemlagad (beräknat)	Energi (kJ)	326	327
695	Havrevälling hemlagad (beräknat)	Monosackarider	4	4
695	Havrevälling hemlagad (beräknat)	Kolesterol	4	4
695	Havrevälling hemlagad (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,1	0,1
695	Havrevälling hemlagad (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
695	Havrevälling hemlagad (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
695	Havrevälling hemlagad (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
695	Havrevälling hemlagad (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,1	0,1
695	Havrevälling hemlagad (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,4	0,4
695	Havrevälling hemlagad (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,1	0,1
695	Havrevälling hemlagad (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
695	Havrevälling hemlagad (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,0	0,0
695	Havrevälling hemlagad (beräknat)	Fullkorn totalt	5	5
695	Havrevälling hemlagad (beräknat)	Socker totalt	9	9
695	Havrevälling hemlagad (beräknat)	Folat	8	8
695	Havrevälling hemlagad (beräknat)	Vitamin B6	0,0	0,0
695	Havrevälling hemlagad (beräknat)	Vitamin B12	0,3	0,3
695	Havrevälling hemlagad (beräknat)	Magnesium	15,1	15,1
695	Havrevälling hemlagad (beräknat)	Kalium	139	139
695	Havrevälling hemlagad (beräknat)	Kalcium	82,3	82,2
695	Havrevälling hemlagad (beräknat)	Järn	0,3	0,3
695	Havrevälling hemlagad (beräknat)	Jod	46,0	46,0
695	Havrevälling hemlagad (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,2	0,2
695	Havrevälling hemlagad (beräknat)	Oljesyra C18:1	0,4	0,4
695	Havrevälling hemlagad (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
695	Havrevälling hemlagad (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
695	Havrevälling hemlagad (beräknat)	Fosfor	89	89
695	Havrevälling hemlagad (beräknat)	Fett	1,5	1,5
695	Havrevälling hemlagad (beräknat)	Fibrer	1	1
695	Havrevälling hemlagad (beräknat)	Protein	3	3
695	Havrevälling hemlagad (beräknat)	β-Karoten	8	9
695	Havrevälling hemlagad (beräknat)	Vitamin E	0,2	0,2
695	Havrevälling hemlagad (beräknat)	Vitamin D	0,6	0,6
695	Havrevälling hemlagad (beräknat)	Tiamin	0,0	0,0
695	Havrevälling hemlagad (beräknat)	Kolhydrater	13	13
695	Havrevälling hemlagad (beräknat)	Vatten	81	81
695	Havrevälling hemlagad (beräknat)	Aska	2	2
695	Havrevälling hemlagad (beräknat)	Energi (kcal)	78	78
695	Havrevälling hemlagad (beräknat)	Retinol	9	9
695	Havrevälling hemlagad (beräknat)	Vitamin A	10	10
695	Havrevälling hemlagad (beräknat)	Zink	0,42	0,42
695	Havrevälling hemlagad (beräknat)	Selen	1,0	1,0
695	Havrevälling hemlagad (beräknat)	Natrium	276	276
695	Havrevälling hemlagad (beräknat)	Fritt socker	2	2
695	Havrevälling hemlagad (beräknat)	Tillsatt socker	2	2
695	Havrevälling hemlagad (beräknat)	Salt	1	1
695	Havrevälling hemlagad (beräknat)	Niacin	0,1	0,1
695	Havrevälling hemlagad (beräknat)	Niacinekvivalenter	0,8	0,8

695	Havrevälling hemlagad (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
695	Havrevälling hemlagad (beräknat)	Vitamin C	0	0
696	Mannagrynsvälling hemlagad (beräknat)	Kolesterol	6	6
696	Mannagrynsvälling hemlagad (beräknat)	Energi (kJ)	282	284
696	Mannagrynsvälling hemlagad (beräknat)	Disackarider	6	6
696	Mannagrynsvälling hemlagad (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
696	Mannagrynsvälling hemlagad (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
696	Mannagrynsvälling hemlagad (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
696	Mannagrynsvälling hemlagad (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,1	0,1
696	Mannagrynsvälling hemlagad (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,1	0,1
696	Mannagrynsvälling hemlagad (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,2	0,2
696	Mannagrynsvälling hemlagad (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,5	0,5
696	Mannagrynsvälling hemlagad (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,2	0,2
696	Mannagrynsvälling hemlagad (beräknat)	Vitamin B12	0,5	0,5
696	Mannagrynsvälling hemlagad (beräknat)	Vitamin B6	0,0	0,0
696	Mannagrynsvälling hemlagad (beräknat)	Folat	11	11
696	Mannagrynsvälling hemlagad (beräknat)	Socker totalt	6	6
696	Mannagrynsvälling hemlagad (beräknat)	Jod	43,0	43,0
696	Mannagrynsvälling hemlagad (beräknat)	Järn	0,1	0,1
696	Mannagrynsvälling hemlagad (beräknat)	Kalcium	115,7	115,7
696	Mannagrynsvälling hemlagad (beräknat)	Kalium	155	155
696	Mannagrynsvälling hemlagad (beräknat)	Magnesium	11,3	11,3
696	Mannagrynsvälling hemlagad (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
696	Mannagrynsvälling hemlagad (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
696	Mannagrynsvälling hemlagad (beräknat)	Oljesyra C18:1	0,4	0,4
696	Mannagrynsvälling hemlagad (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,0	0,0
696	Mannagrynsvälling hemlagad (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,0	0,0
696	Mannagrynsvälling hemlagad (beräknat)	Protein	4	4
696	Mannagrynsvälling hemlagad (beräknat)	Fibrer	0	0
696	Mannagrynsvälling hemlagad (beräknat)	Fett	1,7	1,7
696	Mannagrynsvälling hemlagad (beräknat)	Fosfor	101	101
696	Mannagrynsvälling hemlagad (beräknat)	Tiamin	0,0	0,0
696	Mannagrynsvälling hemlagad (beräknat)	Vitamin D	0,9	0,9
696	Mannagrynsvälling hemlagad (beräknat)	Vitamin E	0,0	0,0
696	Mannagrynsvälling hemlagad (beräknat)	β-Karoten	12	12
696	Mannagrynsvälling hemlagad (beräknat)	Energi (kcal)	67	68
696	Mannagrynsvälling hemlagad (beräknat)	Aska	1	1
696	Mannagrynsvälling hemlagad (beräknat)	Vatten	84	84
696	Mannagrynsvälling hemlagad (beräknat)	Kolhydrater	9	9
696	Mannagrynsvälling hemlagad (beräknat)	Natrium	288	288
696	Mannagrynsvälling hemlagad (beräknat)	Selen	1,6	1,6
696	Mannagrynsvälling hemlagad (beräknat)	Zink	0,43	0,43
696	Mannagrynsvälling hemlagad (beräknat)	Vitamin A	15	15
696	Mannagrynsvälling hemlagad (beräknat)	Retinol	14	14
696	Mannagrynsvälling hemlagad (beräknat)	Salt	1	1
696	Mannagrynsvälling hemlagad (beräknat)	Tillsatt socker	2	2
696	Mannagrynsvälling hemlagad (beräknat)	Fritt socker	2	2
696	Mannagrynsvälling hemlagad (beräknat)	Vitamin C	1	1
696	Mannagrynsvälling hemlagad (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
696	Mannagrynsvälling hemlagad (beräknat)	Niacinekvivalenter	0,9	0,9

696	Mannagrynsvälling hemlagad (beräknat)	Niacin	0,1	0,1
699	Välling berikad	Salt	0	0
700	Havredryck fett 1,5% berikad	Monosackarider	0	0
700	Havredryck fett 1,5% berikad	Disackarider	3	3
354	Purjolök	Salt	0	0
355	Rödkål	Protein	1	1
355	Rödkål	Salt	0	0
388	Grönsaksblandning m. ärtor morot frysvara	Salt	0	0
389	Grönsaksblandning m. ärtor majs paprika frysvara	Jod		1,8
389	Grönsaksblandning m. ärtor majs paprika frysvara	Salt	0	0
390	(beräknat)	Monosackarider	2	2
390	(beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
390	(beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
390	(beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
390	(beräknat)	Protein	1	1
390	(beräknat)	Energi (kcal)	16	16
390	(beräknat)	Kolhydrater	2	2
390	(beräknat)	Salt	0	0
392	Paprika grön gul röd (beräknat)	Vitamin K	7,0	7,0
393	Bambuskott konserv. u. lag	Salt	0	0
395	Gröna bönor konserv. u. lag	Jod		1,0
395	Gröna bönor konserv. u. lag	Salt	1	1
397	Champinjon konserv. m. lag	Jod	0,5	0,0
400	Majskorn konserv. u. lag	Summa fleromättade fettsyror	1	1
400	Majskorn konserv. u. lag	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
400	Majskorn konserv. u. lag	Summa mättade fettsyror	0	0
400	Majskorn konserv. u. lag	Protein	2	2
400	Majskorn konserv. u. lag	Salt	0	0
401	Oliver gröna m. paprikafyllning avrunna	Summa mättade fettsyror	2	2
401	Oliver gröna m. paprikafyllning avrunna	Summa enkelomättade fettsyror	8	8
401	Oliver gröna m. paprikafyllning avrunna	Summa fleromättade fettsyror	1	1
426	Grönsaksblandning ärtor morot konserv. m. lag	Salt	1	1
427	Grönsaksjuice konserv. el. pastöriserad drickf.	Salt	1	1
428	Champinjon konserv. u. lag	Protein	2	2
428	Champinjon konserv. u. lag	Salt	1	1
429	Pumpasallad m. paprika inlagd sockrad u. lag	Salt	0	0
430	Grönsakssoppa klar veg.	Jod		0,4
430	Grönsakssoppa klar veg.	Kolhydrater	4	4
430	Grönsakssoppa klar veg.	Salt	1	1
431	Spenatsoppa veg. hemlagad	Jod		3,7
431	Spenatsoppa veg. hemlagad	Salt	0	0
432	Vitkål stuvad hemlagad	Salt	1	1
433	Blomkål gratinerad (beräknat)	Energi (kJ)	385	387
433	Blomkål gratinerad (beräknat)	Disackarider	3	3
433	Blomkål gratinerad (beräknat)	Monosackarider	1	1
433	Blomkål gratinerad (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,3	0,3
433	Blomkål gratinerad (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
433	Blomkål gratinerad (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
433	Blomkål gratinerad (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
433	Blomkål gratinerad (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,4	0,4

433	Blomkål gratinerad (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,1	1,1
433	Blomkål gratinerad (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,4	0,4
433	Blomkål gratinerad (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,1	0,1
433	Blomkål gratinerad (beräknat)	Socker totalt	4	4
433	Blomkål gratinerad (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
433	Blomkål gratinerad (beräknat)	Jod	46,7	46,7
433	Blomkål gratinerad (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,2	0,1
433	Blomkål gratinerad (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,3	0,4
433	Blomkål gratinerad (beräknat)	Oljesyra C18:1	1,5	1,5
433	Blomkål gratinerad (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
433	Blomkål gratinerad (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
433	Blomkål gratinerad (beräknat)	Fosfor	119	119
433	Blomkål gratinerad (beräknat)	Fett	4,9	4,9
433	Blomkål gratinerad (beräknat)	Protein	5	5
433	Blomkål gratinerad (beräknat)	β-Karoten	48	47
433	Blomkål gratinerad (beräknat)	Vitamin E	0,5	0,5
433	Blomkål gratinerad (beräknat)	Vitamin D	0,6	0,6
433	Blomkål gratinerad (beräknat)	Kolhydrater	6	6
433	Blomkål gratinerad (beräknat)	Vatten	80	80
433	Blomkål gratinerad (beräknat)	Aska	2	2
433	Blomkål gratinerad (beräknat)	Energi (kcal)	92	92
433	Blomkål gratinerad (beräknat)	Retinol	34	32
433	Blomkål gratinerad (beräknat)	Vitamin A	38	36
433	Blomkål gratinerad (beräknat)	Natrium	366	365
433	Blomkål gratinerad (beräknat)	Salt	1	1
433	Blomkål gratinerad (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,5	1,5
434	Blomkål kokt m. salt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
434	Blomkål kokt m. salt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
434	Blomkål kokt m. salt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
457	Champinjon stekt m. salt (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
457	Champinjon stekt m. salt (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
457	Champinjon stekt m. salt (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,0	0,0
457	Champinjon stekt m. salt (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,1	0,1
457	Champinjon stekt m. salt (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,0	0,0
457	Champinjon stekt m. salt (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
457	Champinjon stekt m. salt (beräknat)	Socker totalt	0	0
457	Champinjon stekt m. salt (beräknat)	Jod	61,4	61,4
457	Champinjon stekt m. salt (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
457	Champinjon stekt m. salt (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
457	Champinjon stekt m. salt (beräknat)	Oljesyra C18:1	0,7	0,7
457	Champinjon stekt m. salt (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,2	0,3
457	Champinjon stekt m. salt (beräknat)	Protein	3	3
457	Champinjon stekt m. salt (beräknat)	Fett	1,4	1,5
457	Champinjon stekt m. salt (beräknat)	Fosfor	20	20
457	Champinjon stekt m. salt (beräknat)	Vitamin D	0,2	0,2
457	Champinjon stekt m. salt (beräknat)	Vitamin E	0,3	0,3
457	Champinjon stekt m. salt (beräknat)	β-Karoten	2	1
457	Champinjon stekt m. salt (beräknat)	Energi (kcal)	44	45
457	Champinjon stekt m. salt (beräknat)	Aska	2	2
457	Champinjon stekt m. salt (beräknat)	Vatten	87	87

457	Champinjon stekt m. salt (beräknat)	Kolhydrater	3	3
457	Champinjon stekt m. salt (beräknat)	Natrium	490	489
457	Champinjon stekt m. salt (beräknat)	Vitamin A	4	2
457	Champinjon stekt m. salt (beräknat)	Retinol	3	2
457	Champinjon stekt m. salt (beräknat)	Salt	1	1
457	Champinjon stekt m. salt (beräknat)	Niacinekvivalenter	3,8	3,8
458	Champinjon stuvad (beräknat)	Energi (kJ)	723	697
458	Champinjon stuvad (beräknat)	Disackarider	3	3
458	Champinjon stuvad (beräknat)	Monosackarider	0	0
458	Champinjon stuvad (beräknat)	Kolesterol	24	21
458	Champinjon stuvad (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,6	0,5
458	Champinjon stuvad (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
458	Champinjon stuvad (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	6	6
458	Champinjon stuvad (beräknat)	Summa mättade fettsyror	6	5
458	Champinjon stuvad (beräknat)	Stearinsyra C18:0	1,0	0,9
458	Champinjon stuvad (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	2,9	2,6
458	Champinjon stuvad (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,8	0,7
458	Champinjon stuvad (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,3	0,2
458	Champinjon stuvad (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
458	Champinjon stuvad (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
458	Champinjon stuvad (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,6	0,6
458	Champinjon stuvad (beräknat)	Socker totalt	3	3
458	Champinjon stuvad (beräknat)	Folat	16	16
458	Champinjon stuvad (beräknat)	Vitamin B6	0,0	0,0
458	Champinjon stuvad (beräknat)	Vitamin B12	0,3	0,3
458	Champinjon stuvad (beräknat)	Magnesium	11,0	11,1
458	Champinjon stuvad (beräknat)	Kalium	134	136
458	Champinjon stuvad (beräknat)	Kalcium	78,8	80,1
458	Champinjon stuvad (beräknat)	Järn	0,1	0,1
458	Champinjon stuvad (beräknat)	Jod	45,3	45,6
458	Champinjon stuvad (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,5	1,7
458	Champinjon stuvad (beräknat)	Oljesyra C18:1	5,7	5,5
458	Champinjon stuvad (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,2	0,2
458	Champinjon stuvad (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,1	0,1
458	Champinjon stuvad (beräknat)	Fosfor	72	73
458	Champinjon stuvad (beräknat)	Fett	15,1	14,3
458	Champinjon stuvad (beräknat)	Fibrer	1	1
458	Champinjon stuvad (beräknat)	Protein	3	3
458	Champinjon stuvad (beräknat)	β-Karoten	73	58
458	Champinjon stuvad (beräknat)	Vitamin E	1,9	2,1
458	Champinjon stuvad (beräknat)	Vitamin D	1,0	0,9
458	Champinjon stuvad (beräknat)	Tiamin	0,0	0,0
458	Champinjon stuvad (beräknat)	Kolhydrater	6	6
458	Champinjon stuvad (beräknat)	Vatten	73	74
458	Champinjon stuvad (beräknat)	Aska	2	2
458	Champinjon stuvad (beräknat)	Energi (kcal)	173	166
458	Champinjon stuvad (beräknat)	Retinol	89	71
458	Champinjon stuvad (beräknat)	Vitamin A	95	76
458	Champinjon stuvad (beräknat)	Zink	0,50	0,51
458	Champinjon stuvad (beräknat)	Selen	8,7	8,7

458	Champinjon stuvad (beräknat)	Natrium	345	341
458	Champinjon stuvad (beräknat)	Salt	1	1
458	Champinjon stuvad (beräknat)	Niacin	1,2	1,2
458	Champinjon stuvad (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,9	1,9
458	Champinjon stuvad (beräknat)	Riboflavin	0,2	0,2
458	Champinjon stuvad (beräknat)	Vitamin C	0	0
459	Champinjonsås hemlagad (beräknat)	Kolesterol	17	15
459	Champinjonsås hemlagad (beräknat)	Monosackarider	0	0
459	Champinjonsås hemlagad (beräknat)	Disackarider	1	1
459	Champinjonsås hemlagad (beräknat)	Energi (kJ)	572	548
459	Champinjonsås hemlagad (beräknat)	Summa mättade fettsyror	5	4
459	Champinjonsås hemlagad (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
459	Champinjonsås hemlagad (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
459	Champinjonsås hemlagad (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,4	0,4
459	Champinjonsås hemlagad (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,2	0,2
459	Champinjonsås hemlagad (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,6	0,6
459	Champinjonsås hemlagad (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	2,3	2,0
459	Champinjonsås hemlagad (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,8	0,7
459	Champinjonsås hemlagad (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,5	0,5
459	Champinjonsås hemlagad (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
459	Champinjonsås hemlagad (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
459	Champinjonsås hemlagad (beräknat)	Vitamin B12	0,1	0,1
459	Champinjonsås hemlagad (beräknat)	Vitamin B6	0,0	0,0
459	Champinjonsås hemlagad (beräknat)	Folat	10	10
459	Champinjonsås hemlagad (beräknat)	Socker totalt	1	1
459	Champinjonsås hemlagad (beräknat)	Jod	72,8	73,0
459	Champinjonsås hemlagad (beräknat)	Järn	0,2	0,2
459	Champinjonsås hemlagad (beräknat)	Kalcium	25,3	26,4
459	Champinjonsås hemlagad (beräknat)	Kalium	75	77
459	Champinjonsås hemlagad (beräknat)	Magnesium	8,8	8,9
459	Champinjonsås hemlagad (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
459	Champinjonsås hemlagad (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,2	0,1
459	Champinjonsås hemlagad (beräknat)	Oljesyra C18:1	4,6	4,5
459	Champinjonsås hemlagad (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,2	1,4
459	Champinjonsås hemlagad (beräknat)	Protein	2	2
459	Champinjonsås hemlagad (beräknat)	Fibrer	1	1
459	Champinjonsås hemlagad (beräknat)	Fett	12,1	11,4
459	Champinjonsås hemlagad (beräknat)	Fosfor	28	29
459	Champinjonsås hemlagad (beräknat)	Tiamin	0,0	0,0
459	Champinjonsås hemlagad (beräknat)	Vitamin D	0,4	0,3
459	Champinjonsås hemlagad (beräknat)	Vitamin E	1,7	1,8
459	Champinjonsås hemlagad (beräknat)	β-Karoten	95	82
459	Champinjonsås hemlagad (beräknat)	Energi (kcal)	136	131
459	Champinjonsås hemlagad (beräknat)	Aska	3	3
459	Champinjonsås hemlagad (beräknat)	Vatten	77	78
459	Champinjonsås hemlagad (beräknat)	Kolhydrater	5	5
459	Champinjonsås hemlagad (beräknat)	Natrium	860	857
459	Champinjonsås hemlagad (beräknat)	Selen	8,5	8,5
459	Champinjonsås hemlagad (beräknat)	Zink	0,32	0,32
459	Champinjonsås hemlagad (beräknat)	Vitamin A	77	60

459	Champinjonsås hemlagad (beräknat)	Retinol	69	53
459	Champinjonsås hemlagad (beräknat)	Salt	2	2
459	Champinjonsås hemlagad (beräknat)	Tillsatt socker	0	0
459	Champinjonsås hemlagad (beräknat)	Fritt socker	0	0
459	Champinjonsås hemlagad (beräknat)	Vitamin C	0	0
459	Champinjonsås hemlagad (beräknat)	Riboflavin	0,2	0,2
459	Champinjonsås hemlagad (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,7	1,7
459	Champinjonsås hemlagad (beräknat)	Niacin	1,3	1,3
460	Tomatsallad m. vinägrett (beräknat)	Monosackarider	3	3
460	Tomatsallad m. vinägrett (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
460	Tomatsallad m. vinägrett (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
460	Tomatsallad m. vinägrett (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
460	Tomatsallad m. vinägrett (beräknat)	Protein	1	1
460	Tomatsallad m. vinägrett (beräknat)	Salt	1	1
461	Tomatsås italiensk (beräknat)	Monosackarider	3	3
461	Tomatsås italiensk (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
461	Tomatsås italiensk (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
461	Tomatsås italiensk (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
461	Tomatsås italiensk (beräknat)	Protein	1	1
461	Tomatsås italiensk (beräknat)	Avfall (skal etc.)	1	1
461	Tomatsås italiensk (beräknat)	Kolhydrater	5	5
461	Tomatsås italiensk (beräknat)	Salt	1	1
462	Tomatsalsa kall (beräknat)	Monosackarider	3	3
462	Tomatsalsa kall (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
462	Tomatsalsa kall (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
462	Tomatsalsa kall (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
462	Tomatsalsa kall (beräknat)	Protein	1	1
462	Tomatsalsa kall (beräknat)	Salt	1	1
464	Vitkålssoppa tillagad veg. (beräknat)	Disackarider	0	0
464	Vitkålssoppa tillagad veg. (beräknat)	Energi (kJ)	131	133
464	Vitkålssoppa tillagad veg. (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
464	Vitkålssoppa tillagad veg. (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
464	Vitkålssoppa tillagad veg. (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	1
464	Vitkålssoppa tillagad veg. (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
464	Vitkålssoppa tillagad veg. (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
464	Vitkålssoppa tillagad veg. (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,0	0,0
464	Vitkålssoppa tillagad veg. (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,1	0,1
464	Vitkålssoppa tillagad veg. (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,1	0,1
464	Vitkålssoppa tillagad veg. (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
464	Vitkålssoppa tillagad veg. (beräknat)	Socker totalt	3	3
464	Vitkålssoppa tillagad veg. (beräknat)	Jod	1,9	1,9
464	Vitkålssoppa tillagad veg. (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
464	Vitkålssoppa tillagad veg. (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
464	Vitkålssoppa tillagad veg. (beräknat)	Oljesyra C18:1	0,9	0,9
464	Vitkålssoppa tillagad veg. (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,3	0,4
464	Vitkålssoppa tillagad veg. (beräknat)	Protein	1	1
464	Vitkålssoppa tillagad veg. (beräknat)	Fett	1,7	1,8
464	Vitkålssoppa tillagad veg. (beräknat)	Fosfor	15	15
464	Vitkålssoppa tillagad veg. (beräknat)	Vitamin D	0,1	0,1
464	Vitkålssoppa tillagad veg. (beräknat)	Vitamin E	0,5	0,5

464	Vitkålssoppa tillagad veg. (beräknat)	β-Karoten	41	40
464	Vitkålssoppa tillagad veg. (beräknat)	Energi (kcal)	32	32
464	Vitkålssoppa tillagad veg. (beräknat)	Aska	1	1
464	Vitkålssoppa tillagad veg. (beräknat)	Vatten	93	93
464	Vitkålssoppa tillagad veg. (beräknat)	Avfall (skal etc.)	7	6
464	Vitkålssoppa tillagad veg. (beräknat)	Kolhydrater	3	3
464	Vitkålssoppa tillagad veg. (beräknat)	Natrium	272	270
464	Vitkålssoppa tillagad veg. (beräknat)	Vitamin A	8	6
464	Vitkålssoppa tillagad veg. (beräknat)	Retinol	5	2
464	Vitkålssoppa tillagad veg. (beräknat)	Salt	1	1
464	Vitkålssoppa tillagad veg. (beräknat)	Niacinekvalenter	0,3	0,3
465	Vitkål kokt m. salt (beräknat)	Protein	1	1
494	Champinjonsoppa tillagad redd m. mjölk konserv.	Kolhydrater	6	6
495	Majskolv kokt	Salt	1	1
496	Blomkålssoppa tillagad pulver m. vatten mjölk	Summa mättade fettsyror	1	1
496	Blomkålssoppa tillagad pulver m. vatten mjölk	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
496	Blomkålssoppa tillagad pulver m. vatten mjölk	Summa fleromättade fettsyror	0	0
496	Blomkålssoppa tillagad pulver m. vatten mjölk	Kolhydrater	6	6
496	Blomkålssoppa tillagad pulver m. vatten mjölk	Salt	1	1
497	Tomatsoppa tillagad pulver m. vatten	Salt	1	1
498	Tomatsoppa tillagad konserv. m. vatten mjölk	Summa mättade fettsyror	1	1
498	Tomatsoppa tillagad konserv. m. vatten mjölk	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
498	Tomatsoppa tillagad konserv. m. vatten mjölk	Summa fleromättade fettsyror	0	0
498	Tomatsoppa tillagad konserv. m. vatten mjölk	Kolhydrater	6	6
498	Tomatsoppa tillagad konserv. m. vatten mjölk	Salt	1	1
499	Sparrissoppa tillagad pulver m. vatten mjölk veg.	Energi (kJ)	211	211
499	Sparrissoppa tillagad pulver m. vatten mjölk veg.	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
499	Sparrissoppa tillagad pulver m. vatten mjölk veg.	Summa mättade fettsyror	1	1
499	Sparrissoppa tillagad pulver m. vatten mjölk veg.	Kolhydrater	6	6
499	Sparrissoppa tillagad pulver m. vatten mjölk veg.	Energi (kcal)	51	50
499	Sparrissoppa tillagad pulver m. vatten mjölk veg.	Salt	1	1
500	Rödkål konserv.	Jod		2,9
500	Rödkål konserv.	Salt	0	0
501	Champinjonsås tillagad pulver m. mjölk smör	Energi (kJ)	474	474
501	Champinjonsås tillagad pulver m. mjölk smör	Summa fleromättade fettsyror	0	0
501	Champinjonsås tillagad pulver m. mjölk smör	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
501	Champinjonsås tillagad pulver m. mjölk smör	Summa mättade fettsyror	4	4
531	Gratäng grönsaksgratäng veg. (beräknat)	Jod	38,0	38,0
531	Gratäng grönsaksgratäng veg. (beräknat)	Järn	0,4	0,4
531	Gratäng grönsaksgratäng veg. (beräknat)	Kalcium	85,2	85,3
531	Gratäng grönsaksgratäng veg. (beräknat)	Kalium	169	169
531	Gratäng grönsaksgratäng veg. (beräknat)	Magnesium	15,9	15,9
531	Gratäng grönsaksgratäng veg. (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
531	Gratäng grönsaksgratäng veg. (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
531	Gratäng grönsaksgratäng veg. (beräknat)	Oljesyra C18:1	1,8	1,7
531	Gratäng grönsaksgratäng veg. (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,5	0,5
531	Gratäng grönsaksgratäng veg. (beräknat)	Protein	4	4
531	Gratäng grönsaksgratäng veg. (beräknat)	Fibrer	2	2
531	Gratäng grönsaksgratäng veg. (beräknat)	Fett	5,1	5,0
531	Gratäng grönsaksgratäng veg. (beräknat)	Fosfor	87	87

531	Gratäng grönsaksgratäng veg. (beräknat)	Vitamin D	0,5	0,5
531	Gratäng grönsaksgratäng veg. (beräknat)	Vitamin E	1,6	1,6
531	Gratäng grönsaksgratäng veg. (beräknat)	β-Karoten	260	258
531	Gratäng grönsaksgratäng veg. (beräknat)	Energi (kcal)	89	88
531	Gratäng grönsaksgratäng veg. (beräknat)	Aska	2	2
531	Gratäng grönsaksgratäng veg. (beräknat)	Vatten	81	81
531	Gratäng grönsaksgratäng veg. (beräknat)	Avfall (skal etc.)	5	4
531	Gratäng grönsaksgratäng veg. (beräknat)	Kolhydrater	6	6
531	Gratäng grönsaksgratäng veg. (beräknat)	Natrium	447	445
531	Gratäng grönsaksgratäng veg. (beräknat)	Selen	2,2	2,2
531	Gratäng grönsaksgratäng veg. (beräknat)	Zink	0,50	0,50
531	Gratäng grönsaksgratäng veg. (beräknat)	Vitamin A	61	57
531	Gratäng grönsaksgratäng veg. (beräknat)	Retinol	38	35
531	Gratäng grönsaksgratäng veg. (beräknat)	Salt	1	1
531	Gratäng grönsaksgratäng veg. (beräknat)	Tillsatt socker	0	0
531	Gratäng grönsaksgratäng veg. (beräknat)	Fritt socker	0	0
531	Gratäng grönsaksgratäng veg. (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
531	Gratäng grönsaksgratäng veg. (beräknat)	Tiamin	0,0	0,0
531	Gratäng grönsaksgratäng veg. (beräknat)	Vitamin C	16	16
531	Gratäng grönsaksgratäng veg. (beräknat)	Niacin	0,3	0,3
531	Gratäng grönsaksgratäng veg. (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,2	1,2
532	Grekisk sallad m. fetaost	Disackarider	0	0
532	Grekisk sallad m. fetaost	Summa fleromättade fettsyror	1	1
532	Grekisk sallad m. fetaost	Summa mättade fettsyror	4	4
532	Grekisk sallad m. fetaost	Socker totalt	2	2
532	Grekisk sallad m. fetaost	Protein	3	3
532	Grekisk sallad m. fetaost	Vitamin A	10	17
532	Grekisk sallad m. fetaost	Salt	1	1
535	Grönsaksbuljong pasta el. pulver storhushåll	Kolhydrater	25	25
535	Grönsaksbuljong pasta el. pulver storhushåll	Salt	43	43
537	Agar torkad	Salt	0	0
538	Svampprotein färs bitar filé kylvara el. frysvara	Summa mättade fettsyror	0	0
538	Svampprotein färs bitar filé kylvara el. frysvara	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
538	Svampprotein färs bitar filé kylvara el. frysvara	Summa fleromättade fettsyror	1	1
538	Svampprotein färs bitar filé kylvara el. frysvara	Salt	1	1
539	Gratäng broccoligratäng m. skinka (beräknat)	Energi (kJ)	398	397
539	Gratäng broccoligratäng m. skinka (beräknat)	Disackarider	1	1
539	Gratäng broccoligratäng m. skinka (beräknat)	Monosackarider	1	1
539	Gratäng broccoligratäng m. skinka (beräknat)	Kolesterol	34	33
539	Gratäng broccoligratäng m. skinka (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,2	0,2
539	Gratäng broccoligratäng m. skinka (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
539	Gratäng broccoligratäng m. skinka (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
539	Gratäng broccoligratäng m. skinka (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
539	Gratäng broccoligratäng m. skinka (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,4	0,3
539	Gratäng broccoligratäng m. skinka (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,9	0,9
539	Gratäng broccoligratäng m. skinka (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,2	0,2
539	Gratäng broccoligratäng m. skinka (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,1	0,1
539	Gratäng broccoligratäng m. skinka (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
539	Gratäng broccoligratäng m. skinka (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
539	Gratäng broccoligratäng m. skinka (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0

539	Gratäng broccoligratäng m. skinka (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,2	0,2
539	Gratäng broccoligratäng m. skinka (beräknat)	Socker totalt	2	2
539	Gratäng broccoligratäng m. skinka (beräknat)	Folat	37	37
539	Gratäng broccoligratäng m. skinka (beräknat)	Vitamin B6	0,2	0,2
539	Gratäng broccoligratäng m. skinka (beräknat)	Vitamin B12	0,4	0,4
539	Gratäng broccoligratäng m. skinka (beräknat)	Magnesium	19,4	19,4
539	Gratäng broccoligratäng m. skinka (beräknat)	Kalium	188	188
539	Gratäng broccoligratäng m. skinka (beräknat)	Kalcium	70,2	70,3
539	Gratäng broccoligratäng m. skinka (beräknat)	Järn	0,6	0,6
539	Gratäng broccoligratäng m. skinka (beräknat)	Jod	25,0	23,7
539	Gratäng broccoligratäng m. skinka (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,4	0,4
539	Gratäng broccoligratäng m. skinka (beräknat)	Oljesyra C18:1	1,6	1,6
539	Gratäng broccoligratäng m. skinka (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
539	Gratäng broccoligratäng m. skinka (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
539	Gratäng broccoligratäng m. skinka (beräknat)	Fosfor	132	132
539	Gratäng broccoligratäng m. skinka (beräknat)	Fett	4,5	4,5
539	Gratäng broccoligratäng m. skinka (beräknat)	Fibrer	1	1
539	Gratäng broccoligratäng m. skinka (beräknat)	Protein	9	9
539	Gratäng broccoligratäng m. skinka (beräknat)	β-Karoten	336	334
539	Gratäng broccoligratäng m. skinka (beräknat)	Vitamin E	1,5	1,6
539	Gratäng broccoligratäng m. skinka (beräknat)	Vitamin D	0,5	0,5
539	Gratäng broccoligratäng m. skinka (beräknat)	Kolhydrater	4	4
539	Gratäng broccoligratäng m. skinka (beräknat)	Vatten	78	78
539	Gratäng broccoligratäng m. skinka (beräknat)	Aska	3	3
539	Gratäng broccoligratäng m. skinka (beräknat)	Energi (kcal)	95	95
539	Gratäng broccoligratäng m. skinka (beräknat)	Retinol	32	29
539	Gratäng broccoligratäng m. skinka (beräknat)	Vitamin A	60	57
539	Gratäng broccoligratäng m. skinka (beräknat)	Zink	1,38	1,38
539	Gratäng broccoligratäng m. skinka (beräknat)	Selen	3,3	3,3
539	Gratäng broccoligratäng m. skinka (beräknat)	Natrium	783	782
539	Gratäng broccoligratäng m. skinka (beräknat)	Fritt socker	0	0
539	Gratäng broccoligratäng m. skinka (beräknat)	Tillsatt socker	0	0
539	Gratäng broccoligratäng m. skinka (beräknat)	Salt	2	2
539	Gratäng broccoligratäng m. skinka (beräknat)	Niacinekvivalenter	2,9	2,9
539	Gratäng broccoligratäng m. skinka (beräknat)	Niacin	1,1	1,1
539	Gratäng broccoligratäng m. skinka (beräknat)	Vitamin C	12	12
539	Gratäng broccoligratäng m. skinka (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
539	Gratäng broccoligratäng m. skinka (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
543	Wokgrönsaker m. nudlar veg.	Monosackarider	3	3
543	Wokgrönsaker m. nudlar veg.	Disackarider	2	2
543	Wokgrönsaker m. nudlar veg.	Summa mättade fettsyror	1	1
543	Wokgrönsaker m. nudlar veg.	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
543	Wokgrönsaker m. nudlar veg.	Summa fleromättade fettsyror	1	1
543	Wokgrönsaker m. nudlar veg.	Protein	2	2
543	Wokgrönsaker m. nudlar veg.	Salt	1	1
544	Pastej veg.	Summa fleromättade fettsyror	2	2
544	Pastej veg.	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
544	Pastej veg.	Summa mättade fettsyror	14	14
544	Pastej veg.	Protein	8	8
544	Pastej veg.	Salt	1	2

577	Papaya	Protein	1	1
577	Papaya	Salt	0	0
578	Paradisäpple	Jod		0,0
580	Persika nektarin	Salt	0	0
581	Sharon	Protein	0	0
582	Plommon	Summa fleromättade fettsyror	0	0
582	Plommon	Summa mättade fettsyror	0	0
582	Plommon	Kolhydrater	10	10
583	Päron	Summa mättade fettsyror	0	0
583	Päron	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
583	Päron	Summa fleromättade fettsyror	0	0
583	Päron	Protein	0	0
585	Vinbär röda	Salt	0	0
586	Vinbär svarta	Energi (kJ)	322	284
586	Vinbär svarta	Disackarider	1	1
586	Vinbär svarta	Monosackarider	8	8
586	Vinbär svarta	Summa fleromättade fettsyror	1	1
586	Vinbär svarta	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
586	Vinbär svarta	Summa mättade fettsyror	0	0
586	Vinbär svarta	Socker totalt	8	9
586	Vinbär svarta	Folat	21	14
586	Vinbär svarta	Vitamin B6	0,2	0,1
586	Vinbär svarta	Kalium	367	340
586	Vinbär svarta	Kalcium	69,6	72,0
586	Vinbär svarta	Järn	0,7	1,2
586	Vinbär svarta	Jod	1,5	1,0
586	Vinbär svarta	Fosfor	72	58
586	Vinbär svarta	Fett	1,3	1,1
586	Vinbär svarta	Fibrer	7	6
586	Vinbär svarta	Protein	1	1
586	Vinbär svarta	Tiamin	0,0	0,0
586	Vinbär svarta	Vitamin K	28,5	30,0
586	Vinbär svarta	Vitamin E	1,5	2,2
586	Vinbär svarta	Kolhydrater	11	10
586	Vinbär svarta	Avfall (skal etc.)	2	0
586	Vinbär svarta	Vatten	78	81
586	Vinbär svarta	Energi (kcal)	77	68
586	Vinbär svarta	Zink	0,30	0,31
586	Vinbär svarta	Selen	0,0	0,1
586	Vinbär svarta	Natrium	2	2
586	Vinbär svarta	Niacinekvivalenter	0,5	0,5
586	Vinbär svarta	Niacin	0,3	0,3
586	Vinbär svarta	Vitamin C	150	128
586	Vinbär svarta	Riboflavin	0,0	0,0
587	Vindruvor	Summa mättade fettsyror	0	0
587	Vindruvor	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
587	Vindruvor	Summa fleromättade fettsyror	0	0
587	Vindruvor	Protein	1	1
626	Plommon konserv. m. sockerlag	Jod		0,4
626	Plommon konserv. m. sockerlag	Salt	0	0

627	Päron konserv. m. lättsockrad lag	Jod		0,0
627	Päron konserv. m. lättsockrad lag	Salt	0	0
628	Päron konserv. m. sockerlag	Salt	0	0
629	Äpple konserv.	Jod		0,0
629	Äpple konserv.	Salt	0	0
630	Grapefrukt konserv. m. lättsockrad lag	Jod		0,0
630	Grapefrukt konserv. m. lättsockrad lag	Salt	0	0
632	Fruktcocktail konserv. m. sockerlag	Salt	0	0
633	Mandarin konserv. m. lättsockrad lag	Salt	0	0
634	Mango konserv. m. sockerlag	Jod		0,0
634	Mango konserv. m. sockerlag	Salt	0	0
677	Havregrynsgrot fullkorn (beräknat)	Disackarider	0	0
677	Havregrynsgrot fullkorn (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	0
677	Havregrynsgrot fullkorn (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
677	Havregrynsgrot fullkorn (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
678	(beräknat)	Monosackarider	5	5
678	(beräknat)	Disackarider	0	0
678	(beräknat)	Energi (kJ)	374	374
678	(beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
678	(beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
678	(beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
678	(beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,0	0,0
678	(beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,1	0,1
678	(beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,1	0,1
678	(beräknat)	Linolensyra C18:3	1,2	1,2
678	(beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
678	(beräknat)	Folat	9	8
678	(beräknat)	Socker totalt	5	5
678	(beräknat)	Fullkorn totalt	10	10
678	(beräknat)	Jod	18,0	18,1
678	(beräknat)	Järn	1,0	1,1
678	(beräknat)	Kalcium	21,2	21,7
678	(beräknat)	Kalium	113	119
678	(beräknat)	Magnesium	37,8	41,2
678	(beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
678	(beräknat)	Oljesyra C18:1	0,4	0,4
678	(beräknat)	Linolsyra C18:2	0,4	0,4
678	(beräknat)	Protein	2	2
678	(beräknat)	Fibrer	4	4
678	(beräknat)	Fett	2,5	2,5
678	(beräknat)	Fosfor	80	88
678	(beräknat)	Vitamin E	0,2	0,2
678	(beräknat)	β-Karoten	9	9
678	(beräknat)	Energi (kcal)	90	89
678	(beräknat)	Aska	1	1
678	(beräknat)	Vatten	78	78
678	(beräknat)	Kolhydrater	12	12
678	(beräknat)	Natrium	101	101
678	(beräknat)	Selen	0,9	1,1
678	(beräknat)	Zink	0,61	0,66

678	(beräknat)	Vitamin A	1	1
678	(beräknat)	Salt	0	0
678	(beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
678	(beräknat)	Riboflavin	0,0	0,0
678	(beräknat)	Vitamin C	0	0
678	(beräknat)	Niacin	0,6	0,6
678	(beräknat)	Niacinekvivalenter	1,0	1,0
679	Frukostflingor ris puffat rostat osötat	Disackarider	0	1
679	Frukostflingor ris puffat rostat osötat	Monosackarider	0	0
679	Frukostflingor ris puffat rostat osötat	Summa fleromättade fettsyror	0	0
679	Frukostflingor ris puffat rostat osötat	Summa mättade fettsyror	0	0
679	Frukostflingor ris puffat rostat osötat	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
679	Frukostflingor ris puffat rostat osötat	Socker totalt	0	1
679	Frukostflingor ris puffat rostat osötat	Protein	6	6
679	Frukostflingor ris puffat rostat osötat	Salt	0	0
680	Rågkross ångprep. fullkorn	Monosackarider	1	1
680	Rågkross ångprep. fullkorn	Disackarider	1	1
680	Rågkross ångprep. fullkorn	Energi (kJ)	1352	1363
680	Rågkross ångprep. fullkorn	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
680	Rågkross ångprep. fullkorn	Summa mättade fettsyror	0	0
680	Rågkross ångprep. fullkorn	Summa fleromättade fettsyror	1	1
680	Rågkross ångprep. fullkorn	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
680	Rågkross ångprep. fullkorn	Vitamin B6	0,4	0,3
680	Rågkross ångprep. fullkorn	Folat	50	40
680	Rågkross ångprep. fullkorn	Socker totalt	2	1
680	Rågkross ångprep. fullkorn	Jod	3,7	5,0
680	Rågkross ångprep. fullkorn	Järn	2,8	3,0
680	Rågkross ångprep. fullkorn	Kalcium	30,0	34,0
680	Rågkross ångprep. fullkorn	Magnesium	110,0	103,0
680	Rågkross ångprep. fullkorn	Oljesyra C18:1	0,2	0,3
680	Rågkross ångprep. fullkorn	Linolsyra C18:2	0,7	0,9
680	Rågkross ångprep. fullkorn	Protein	9	9
680	Rågkross ångprep. fullkorn	Fibrer	13	18
680	Rågkross ångprep. fullkorn	Fett	1,5	2,5
680	Rågkross ångprep. fullkorn	Fosfor	350	298
680	Rågkross ångprep. fullkorn	Vitamin E	0,8	1,0
680	Rågkross ångprep. fullkorn	Vitamin K		5,9
680	Rågkross ångprep. fullkorn	Energi (kcal)	323	326
680	Rågkross ångprep. fullkorn	Vatten	14	12
680	Rågkross ångprep. fullkorn	Kolhydrater	61	57
680	Rågkross ångprep. fullkorn	Natrium	2	1
680	Rågkross ångprep. fullkorn	Selen	2,0	4,9
680	Rågkross ångprep. fullkorn	Zink	2,50	2,70
680	Rågkross ångprep. fullkorn	Salt	0	0
680	Rågkross ångprep. fullkorn	Tiamin	0,2	0,3
680	Rågkross ångprep. fullkorn	Riboflavin	0,1	0,1
680	Rågkross ångprep. fullkorn	Niacin	0,8	0,2
680	Rågkross ångprep. fullkorn	Niacinekvivalenter	2,3	1,7
681	Kornmjölsgröt (beräknat)	Salt	1	1
682	Mannagrynsgröt (beräknat)	Kolesterol	6	6

682	Mannagrynsgröt (beräknat)	Disackarider	5	5
682	Mannagrynsgröt (beräknat)	Energi (kJ)	328	330
682	Mannagrynsgröt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
682	Mannagrynsgröt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
682	Mannagrynsgröt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
682	Mannagrynsgröt (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,1	0,1
682	Mannagrynsgröt (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,1	0,1
682	Mannagrynsgröt (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,2	0,2
682	Mannagrynsgröt (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,5	0,5
682	Mannagrynsgröt (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,2	0,2
682	Mannagrynsgröt (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,0	0,0
682	Mannagrynsgröt (beräknat)	Vitamin B12	0,5	0,5
682	Mannagrynsgröt (beräknat)	Vitamin B6	0,0	0,0
682	Mannagrynsgröt (beräknat)	Folat	12	12
682	Mannagrynsgröt (beräknat)	Socker totalt	5	5
682	Mannagrynsgröt (beräknat)	Jod	28,7	28,7
682	Mannagrynsgröt (beräknat)	Järn	0,2	0,2
682	Mannagrynsgröt (beräknat)	Kalcium	117,8	117,8
682	Mannagrynsgröt (beräknat)	Kalium	159	159
682	Mannagrynsgröt (beräknat)	Magnesium	12,2	12,2
682	Mannagrynsgröt (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
682	Mannagrynsgröt (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
682	Mannagrynsgröt (beräknat)	Oljesyra C18:1	0,4	0,4
682	Mannagrynsgröt (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,1	0,1
682	Mannagrynsgröt (beräknat)	Protein	4	4
682	Mannagrynsgröt (beräknat)	Fibrer	0	0
682	Mannagrynsgröt (beräknat)	Fett	1,7	1,8
682	Mannagrynsgröt (beräknat)	Fosfor	106	106
682	Mannagrynsgröt (beräknat)	Vitamin D	0,9	0,9
682	Mannagrynsgröt (beräknat)	Vitamin E	0,1	0,1
682	Mannagrynsgröt (beräknat)	β-Karoten	12	12
682	Mannagrynsgröt (beräknat)	Energi (kcal)	78	79
682	Mannagrynsgröt (beräknat)	Aska	1	1
682	Mannagrynsgröt (beräknat)	Vatten	82	81
682	Mannagrynsgröt (beräknat)	Kolhydrater	11	11
682	Mannagrynsgröt (beräknat)	Natrium	174	174
682	Mannagrynsgröt (beräknat)	Selen	1,6	1,6
682	Mannagrynsgröt (beräknat)	Zink	0,46	0,46
682	Mannagrynsgröt (beräknat)	Vitamin A	15	15
682	Mannagrynsgröt (beräknat)	Retinol	14	14
682	Mannagrynsgröt (beräknat)	Salt	0	0
682	Mannagrynsgröt (beräknat)	Tiamin	0,0	0,0
682	Mannagrynsgröt (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
682	Mannagrynsgröt (beräknat)	Vitamin C	1	1
682	Mannagrynsgröt (beräknat)	Niacin	0,1	0,1
682	Mannagrynsgröt (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,1	1,1
683	(beräknat)	Energi (kJ)	275	275
683	(beräknat)	Disackarider	0	0
683	(beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
683	(beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0

683	(beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
683	(beräknat)	Protein	1	1
683	(beräknat)	Energi (kcal)	66	66
711	Kruskakli grovt vetekli	Salt	0	0
712	Frukostflingor flingblandning fullkorn typ bas müsli	Energi (kJ)	1536	1536
712	Frukostflingor flingblandning fullkorn typ bas müsli	Energi (kcal)	367	367
712	Frukostflingor flingblandning fullkorn typ bas müsli	Summa fleromättade fettsyror	1	1
712	Frukostflingor flingblandning fullkorn typ bas müsli	Summa mättade fettsyror	1	1
712	Frukostflingor flingblandning fullkorn typ bas müsli	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
712	Frukostflingor flingblandning fullkorn typ bas müsli	Socker totalt	2	2
712	Frukostflingor flingblandning fullkorn typ bas müsli	Protein	9	9
712	Frukostflingor flingblandning fullkorn typ bas müsli	Salt	0	0
713	Frukostflingor ris puffat m. socker berikad	Disackarider	9	9
713	Frukostflingor ris puffat m. socker berikad	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
713	Frukostflingor ris puffat m. socker berikad	Summa mättade fettsyror	0	0
713	Frukostflingor ris puffat m. socker berikad	Summa fleromättade fettsyror	0	0
713	Frukostflingor ris puffat m. socker berikad	Socker totalt	9	10
713	Frukostflingor ris puffat m. socker berikad	Protein	5	5
713	Frukostflingor ris puffat m. socker berikad	Salt	1	1
714	Frukostflingor vetekli rostat m. kornmalt	Disackarider	10	10
714	Frukostflingor vetekli rostat m. kornmalt	Monosackarider	3	3
714	Frukostflingor vetekli rostat m. kornmalt	Summa fleromättade fettsyror	2	2
714	Frukostflingor vetekli rostat m. kornmalt	Summa mättade fettsyror	1	1
714	Frukostflingor vetekli rostat m. kornmalt	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
714	Frukostflingor vetekli rostat m. kornmalt	Protein	10	10
714	Frukostflingor vetekli rostat m. kornmalt	Vitamin K	2,7	2,7
714	Frukostflingor vetekli rostat m. kornmalt	Salt	1	1
716	Frukostflingor ris puffat rostat m. socker kakao	Disackarider	35	36
716	Frukostflingor ris puffat rostat m. socker kakao	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
716	Frukostflingor ris puffat rostat m. socker kakao	Summa mättade fettsyror	1	1
716	Frukostflingor ris puffat rostat m. socker kakao	Summa fleromättade fettsyror	0	0
716	Frukostflingor ris puffat rostat m. socker kakao	Socker totalt	36	36
716	Frukostflingor ris puffat rostat m. socker kakao	Protein	5	5
716	Frukostflingor ris puffat rostat m. socker kakao	Salt	1	1
719	Frukostflingor müsli fullkorn m. frukt bär	Disackarider	5	6
719	Frukostflingor müsli fullkorn m. frukt bär	Monosackarider	10	10
719	Frukostflingor müsli fullkorn m. frukt bär	Summa fleromättade fettsyror	2	2
719	Frukostflingor müsli fullkorn m. frukt bär	Summa mättade fettsyror	3	3
719	Frukostflingor müsli fullkorn m. frukt bär	Protein	8	8
721	Frukostflingor müsli flingblandning fullkorn m. frukt nötter m. socker el. honung	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
721	Frukostflingor müsli flingblandning fullkorn m. frukt nötter m. socker el. honung	Summa mättade fettsyror	1	1
721	Frukostflingor müsli flingblandning fullkorn m. frukt nötter m. socker el. honung	Summa fleromättade fettsyror	1	1
721	Frukostflingor müsli flingblandning fullkorn m. frukt nötter m. socker el. honung	Protein	8	8
721	Frukostflingor müsli flingblandning fullkorn m. frukt nötter m. socker el. honung	Salt	0	0
748	Crêpes pannkaka tunn fylld (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	4	3
748	Crêpes pannkaka tunn fylld (beräknat)	Summa mättade fettsyror	4	3
748	Crêpes pannkaka tunn fylld (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1

748	Crêpes pannkaka tunn fylld (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,4	0,3
748	Crêpes pannkaka tunn fylld (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,1	0,1
748	Crêpes pannkaka tunn fylld (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,4	0,4
748	Crêpes pannkaka tunn fylld (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,8	1,7
748	Crêpes pannkaka tunn fylld (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,7	0,6
748	Crêpes pannkaka tunn fylld (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
748	Crêpes pannkaka tunn fylld (beräknat)	EPA (C20:5)	0,0	0,0
748	Crêpes pannkaka tunn fylld (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
748	Crêpes pannkaka tunn fylld (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
748	Crêpes pannkaka tunn fylld (beräknat)	Vitamin B6	0,0	0,0
748	Crêpes pannkaka tunn fylld (beräknat)	Vitamin B12	0,3	0,3
748	Crêpes pannkaka tunn fylld (beräknat)	Folat	13	13
748	Crêpes pannkaka tunn fylld (beräknat)	Socker totalt	4	4
748	Crêpes pannkaka tunn fylld (beräknat)	Jod	35,2	35,1
748	Crêpes pannkaka tunn fylld (beräknat)	Järn	0,5	0,5
748	Crêpes pannkaka tunn fylld (beräknat)	Kalcium	103,8	104,1
748	Crêpes pannkaka tunn fylld (beräknat)	Kalium	142	142
748	Crêpes pannkaka tunn fylld (beräknat)	Magnesium	16,2	16,2
748	Crêpes pannkaka tunn fylld (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
748	Crêpes pannkaka tunn fylld (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
748	Crêpes pannkaka tunn fylld (beräknat)	Oljesyra C18:1	3,3	3,2
748	Crêpes pannkaka tunn fylld (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,9	0,9
748	Crêpes pannkaka tunn fylld (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,3	0,3
748	Crêpes pannkaka tunn fylld (beräknat)	Protein	8	8
748	Crêpes pannkaka tunn fylld (beräknat)	Alkohol	0,1	0,1
748	Crêpes pannkaka tunn fylld (beräknat)	Fibrer	1	1
748	Crêpes pannkaka tunn fylld (beräknat)	Fett	8,9	8,8
748	Crêpes pannkaka tunn fylld (beräknat)	Fosfor	123	123
748	Crêpes pannkaka tunn fylld (beräknat)	Tiamin	0,0	0,0
748	Crêpes pannkaka tunn fylld (beräknat)	Vitamin D	0,2	0,2
748	Crêpes pannkaka tunn fylld (beräknat)	Vitamin E	1,5	1,5
748	Crêpes pannkaka tunn fylld (beräknat)	β-Karoten	287	284
748	Crêpes pannkaka tunn fylld (beräknat)	Aska	2	2
748	Crêpes pannkaka tunn fylld (beräknat)	Vatten	65	65
748	Crêpes pannkaka tunn fylld (beräknat)	Avfall (skal etc.)	2	2
748	Crêpes pannkaka tunn fylld (beräknat)	Kolhydrater	15	15
748	Crêpes pannkaka tunn fylld (beräknat)	Natrium	446	446
748	Crêpes pannkaka tunn fylld (beräknat)	Selen	2,5	2,5
748	Crêpes pannkaka tunn fylld (beräknat)	Zink	0,95	0,95
748	Crêpes pannkaka tunn fylld (beräknat)	Vitamin A	76	72
748	Crêpes pannkaka tunn fylld (beräknat)	Retinol	50	47
748	Crêpes pannkaka tunn fylld (beräknat)	Salt	1	1
748	Crêpes pannkaka tunn fylld (beräknat)	Tillsatt socker	0	0
748	Crêpes pannkaka tunn fylld (beräknat)	Fritt socker	0	0
748	Crêpes pannkaka tunn fylld (beräknat)	Vitamin C	1	1
748	Crêpes pannkaka tunn fylld (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
748	Crêpes pannkaka tunn fylld (beräknat)	Niacinekvivalenter	2,3	2,3
748	Crêpes pannkaka tunn fylld (beräknat)	Niacin	0,5	0,5
750	Vårrulle värmd frysvara	Energi (kJ)	906	906
750	Vårrulle värmd frysvara	Energi (kcal)	217	217

750	Vårrulle värmd frysvara	Summa fleromättade fettsyror	1	1
750	Vårrulle värmd frysvara	Summa mättade fettsyror	3	3
750	Vårrulle värmd frysvara	Salt	1	1
751	Vårrulle värmd tillagad på restaurang	Energi (kcal)	316	316
751	Vårrulle värmd tillagad på restaurang	Energi (kJ)	1320	1320
751	Vårrulle värmd tillagad på restaurang	Summa enkelomättade fettsyror	13	13
751	Vårrulle värmd tillagad på restaurang	Summa mättade fettsyror	3	4
751	Vårrulle värmd tillagad på restaurang	Summa fleromättade fettsyror	6	6
751	Vårrulle värmd tillagad på restaurang	Jod		1,2
751	Vårrulle värmd tillagad på restaurang	Salt	1	1
752	Deg matpaj gräddad (beräknat)	Disackarider	1	1
752	Deg matpaj gräddad (beräknat)	Energi (kJ)	1863	1860
752	Deg matpaj gräddad (beräknat)	Monosackarider	0	0
752	Deg matpaj gräddad (beräknat)	Kolesterol	42	21
752	Deg matpaj gräddad (beräknat)	Energi (kcal)	445	445
752	Deg matpaj gräddad (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	1,4	0,8
752	Deg matpaj gräddad (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	4	5
752	Deg matpaj gräddad (beräknat)	Summa mättade fettsyror	15	14
752	Deg matpaj gräddad (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	10	11
752	Deg matpaj gräddad (beräknat)	Stearinsyra C18:0	1,9	1,5
752	Deg matpaj gräddad (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	8,7	8,6
752	Deg matpaj gräddad (beräknat)	Myristinsyra C14:0	1,6	1,1
752	Deg matpaj gräddad (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,8	0,8
752	Deg matpaj gräddad (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
752	Deg matpaj gräddad (beräknat)	Socker totalt	1	1
752	Deg matpaj gräddad (beräknat)	Jod	52,8	52,5
752	Deg matpaj gräddad (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,9	1,1
752	Deg matpaj gräddad (beräknat)	Linolsyra C18:2	2,8	3,4
752	Deg matpaj gräddad (beräknat)	Oljesyra C18:1	9,6	11,0
752	Deg matpaj gräddad (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,2	0,1
752	Deg matpaj gräddad (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
752	Deg matpaj gräddad (beräknat)	Fett	30,4	30,3
752	Deg matpaj gräddad (beräknat)	Protein	5	5
752	Deg matpaj gräddad (beräknat)	β-Karoten	163	168
752	Deg matpaj gräddad (beräknat)	Vitamin E	2,8	3,6
752	Deg matpaj gräddad (beräknat)	Vitamin D	1,7	2,5
752	Deg matpaj gräddad (beräknat)	Kolhydrater	38	38
752	Deg matpaj gräddad (beräknat)	Vatten	23	23
752	Deg matpaj gräddad (beräknat)	Aska	2	2
752	Deg matpaj gräddad (beräknat)	Retinol	249	259
752	Deg matpaj gräddad (beräknat)	Vitamin A	263	273
752	Deg matpaj gräddad (beräknat)	Natrium	599	609
752	Deg matpaj gräddad (beräknat)	Salt	1	2
752	Deg matpaj gräddad (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,2	1,2
754	Pirog u. fyllning gräddad (beräknat)	Energi (kcal)	451	450
754	Pirog u. fyllning gräddad (beräknat)	Kolesterol	66	46
754	Pirog u. fyllning gräddad (beräknat)	Monosackarider	0	0
754	Pirog u. fyllning gräddad (beräknat)	Energi (kJ)	1887	1884
754	Pirog u. fyllning gräddad (beräknat)	Disackarider	1	1
754	Pirog u. fyllning gräddad (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	10	11

754	Pirog u. fyllning gräddad (beräknat)	Summa mättade fettsyror	15	14
754	Pirog u. fyllning gräddad (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	4	5
754	Pirog u. fyllning gräddad (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	1,4	0,8
754	Pirog u. fyllning gräddad (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,8	0,8
754	Pirog u. fyllning gräddad (beräknat)	Myristinsyra C14:0	1,6	1,1
754	Pirog u. fyllning gräddad (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	8,8	8,6
754	Pirog u. fyllning gräddad (beräknat)	Stearinsyra C18:0	1,9	1,5
754	Pirog u. fyllning gräddad (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
754	Pirog u. fyllning gräddad (beräknat)	Socker totalt	1	1
754	Pirog u. fyllning gräddad (beräknat)	Jod	30,0	29,8
754	Pirog u. fyllning gräddad (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
754	Pirog u. fyllning gräddad (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,2	0,1
754	Pirog u. fyllning gräddad (beräknat)	Oljesyra C18:1	9,8	11,2
754	Pirog u. fyllning gräddad (beräknat)	Linolsyra C18:2	2,8	3,5
754	Pirog u. fyllning gräddad (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,8	1,1
754	Pirog u. fyllning gräddad (beräknat)	Protein	5	5
754	Pirog u. fyllning gräddad (beräknat)	Fett	30,8	30,7
754	Pirog u. fyllning gräddad (beräknat)	Vitamin D	1,8	2,6
754	Pirog u. fyllning gräddad (beräknat)	Vitamin E	3,2	3,9
754	Pirog u. fyllning gräddad (beräknat)	β-Karoten	161	167
754	Pirog u. fyllning gräddad (beräknat)	Aska	1	1
754	Pirog u. fyllning gräddad (beräknat)	Vatten	23	23
754	Pirog u. fyllning gräddad (beräknat)	Kolhydrater	38	38
754	Pirog u. fyllning gräddad (beräknat)	Natrium	404	414
754	Pirog u. fyllning gräddad (beräknat)	Vitamin A	277	287
754	Pirog u. fyllning gräddad (beräknat)	Retinol	264	273
754	Pirog u. fyllning gräddad (beräknat)	Salt	1	1
754	Pirog u. fyllning gräddad (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,4	1,4
755	Deg smulpaj gräddad (beräknat)	Disackarider	16	16
755	Deg smulpaj gräddad (beräknat)	Energi (kJ)	2015	2012
755	Deg smulpaj gräddad (beräknat)	Monosackarider	0	0
755	Deg smulpaj gräddad (beräknat)	Kolesterol	38	19
755	Deg smulpaj gräddad (beräknat)	Energi (kcal)	482	481
755	Deg smulpaj gräddad (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	1,2	0,7
755	Deg smulpaj gräddad (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	4	5
755	Deg smulpaj gräddad (beräknat)	Summa mättade fettsyror	14	12
755	Deg smulpaj gräddad (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	9	10
755	Deg smulpaj gräddad (beräknat)	Stearinsyra C18:0	1,7	1,4
755	Deg smulpaj gräddad (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	7,9	7,8
755	Deg smulpaj gräddad (beräknat)	Myristinsyra C14:0	1,5	1,0
755	Deg smulpaj gräddad (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,7	0,7
755	Deg smulpaj gräddad (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
755	Deg smulpaj gräddad (beräknat)	Socker totalt	16	16
755	Deg smulpaj gräddad (beräknat)	Jod	2,1	1,9
755	Deg smulpaj gräddad (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,8	1,0
755	Deg smulpaj gräddad (beräknat)	Linolsyra C18:2	2,7	3,3
755	Deg smulpaj gräddad (beräknat)	Oljesyra C18:1	8,8	10,1
755	Deg smulpaj gräddad (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,2	0,1
755	Deg smulpaj gräddad (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
755	Deg smulpaj gräddad (beräknat)	Fett	27,8	27,8

755	Deg smulpaj gräddad (beräknat)	Protein	5	5
755	Deg smulpaj gräddad (beräknat)	β-Karoten	146	151
755	Deg smulpaj gräddad (beräknat)	Vitamin E	2,6	3,3
755	Deg smulpaj gräddad (beräknat)	Vitamin D	1,6	2,2
755	Deg smulpaj gräddad (beräknat)	Kolhydrater	52	52
755	Deg smulpaj gräddad (beräknat)	Vatten	12	12
755	Deg smulpaj gräddad (beräknat)	Aska	1	1
755	Deg smulpaj gräddad (beräknat)	Retinol	224	233
755	Deg smulpaj gräddad (beräknat)	Vitamin A	236	245
755	Deg smulpaj gräddad (beräknat)	Natrium	176	186
755	Deg smulpaj gräddad (beräknat)	Salt	0	0
755	Deg smulpaj gräddad (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,2	1,2
756	Paj m. köttfärs (beräknat)	Energi (kcal)	236	236
756	Paj m. köttfärs (beräknat)	Kolesterol	55	49
756	Paj m. köttfärs (beräknat)	Monosackarider	1	1
756	Paj m. köttfärs (beräknat)	Energi (kJ)	986	986
756	Paj m. köttfärs (beräknat)	Disackarider	1	1
756	Paj m. köttfärs (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	6	6
756	Paj m. köttfärs (beräknat)	Summa mättade fettsyror	7	7
756	Paj m. köttfärs (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
756	Paj m. köttfärs (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,6	0,4
756	Paj m. köttfärs (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,3	0,3
756	Paj m. köttfärs (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,8	0,6
756	Paj m. köttfärs (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	4,0	3,9
756	Paj m. köttfärs (beräknat)	Stearinsyra C18:0	1,3	1,2
756	Paj m. köttfärs (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
756	Paj m. köttfärs (beräknat)	EPA (C20:5)	0,0	0,0
756	Paj m. köttfärs (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
756	Paj m. köttfärs (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
756	Paj m. köttfärs (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
756	Paj m. köttfärs (beräknat)	Vitamin B12	0,6	0,6
756	Paj m. köttfärs (beräknat)	Folat	14	14
756	Paj m. köttfärs (beräknat)	Socker totalt	2	2
756	Paj m. köttfärs (beräknat)	Fullkorn totalt	7	7
756	Paj m. köttfärs (beräknat)	Jod	33,2	33,2
756	Paj m. köttfärs (beräknat)	Järn	1,1	1,1
756	Paj m. köttfärs (beräknat)	Kalcium	63,9	64,0
756	Paj m. köttfärs (beräknat)	Kalium	202	202
756	Paj m. köttfärs (beräknat)	Magnesium	18,6	18,6
756	Paj m. köttfärs (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
756	Paj m. köttfärs (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,3	0,2
756	Paj m. köttfärs (beräknat)	Oljesyra C18:1	5,2	5,6
756	Paj m. köttfärs (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,2	1,4
756	Paj m. köttfärs (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,3	0,4
756	Paj m. köttfärs (beräknat)	Protein	11	11
756	Paj m. köttfärs (beräknat)	Fibrer	1	1
756	Paj m. köttfärs (beräknat)	Fett	15,6	15,6
756	Paj m. köttfärs (beräknat)	Fosfor	128	128
756	Paj m. köttfärs (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
756	Paj m. köttfärs (beräknat)	Vitamin D	0,6	0,8

756	Paj m. köttfärs (beräknat)	Vitamin E	1,8	2,0
756	Paj m. köttfärs (beräknat)	β-Karoten	180	180
756	Paj m. köttfärs (beräknat)	Aska	2	2
756	Paj m. köttfärs (beräknat)	Vatten	58	58
756	Paj m. köttfärs (beräknat)	Kolhydrater	12	12
756	Paj m. köttfärs (beräknat)	Natrium	349	351
756	Paj m. köttfärs (beräknat)	Selen	6,2	6,2
756	Paj m. köttfärs (beräknat)	Zink	2,19	2,19
756	Paj m. köttfärs (beräknat)	Vitamin A	116	116
756	Paj m. köttfärs (beräknat)	Retinol	101	101
756	Paj m. köttfärs (beräknat)	Salt	1	1
756	Paj m. köttfärs (beräknat)	Tillsatt socker	0	0
756	Paj m. köttfärs (beräknat)	Fritt socker	0	0
756	Paj m. köttfärs (beräknat)	Vitamin C	5	5
756	Paj m. köttfärs (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
756	Paj m. köttfärs (beräknat)	Niacinekvivalenter	4,2	4,2
756	Paj m. köttfärs (beräknat)	Niacin	2,0	2,0
757	Paj m. kyckling bacon (beräknat)	Disackarider	1	1
757	Paj m. kyckling bacon (beräknat)	Energi (kJ)	945	947
757	Paj m. kyckling bacon (beräknat)	Monosackarider	1	1
757	Paj m. kyckling bacon (beräknat)	Kolesterol	42	37
757	Paj m. kyckling bacon (beräknat)	Energi (kcal)	226	226
757	Paj m. kyckling bacon (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,9	0,7
757	Paj m. kyckling bacon (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
757	Paj m. kyckling bacon (beräknat)	Summa mättade fettsyror	8	7
757	Paj m. kyckling bacon (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
757	Paj m. kyckling bacon (beräknat)	Stearinsyra C18:0	1,2	1,2
757	Paj m. kyckling bacon (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	3,9	3,9
757	Paj m. kyckling bacon (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,9	0,8
757	Paj m. kyckling bacon (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,3	0,3
757	Paj m. kyckling bacon (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
757	Paj m. kyckling bacon (beräknat)	Socker totalt	2	2
757	Paj m. kyckling bacon (beräknat)	Jod	42,0	42,0
757	Paj m. kyckling bacon (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,4	0,4
757	Paj m. kyckling bacon (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,2	1,4
757	Paj m. kyckling bacon (beräknat)	Oljesyra C18:1	4,9	5,2
757	Paj m. kyckling bacon (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,2	0,1
757	Paj m. kyckling bacon (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
757	Paj m. kyckling bacon (beräknat)	Fosfor	103	103
757	Paj m. kyckling bacon (beräknat)	Fett	15,3	15,4
757	Paj m. kyckling bacon (beräknat)	Protein	9	9
757	Paj m. kyckling bacon (beräknat)	β-Karoten	91	91
757	Paj m. kyckling bacon (beräknat)	Vitamin E	1,7	1,9
757	Paj m. kyckling bacon (beräknat)	Vitamin D	0,6	0,7
757	Paj m. kyckling bacon (beräknat)	Kolhydrater	12	12
757	Paj m. kyckling bacon (beräknat)	Vatten	60	60
757	Paj m. kyckling bacon (beräknat)	Aska	2	2
757	Paj m. kyckling bacon (beräknat)	Retinol	102	102
757	Paj m. kyckling bacon (beräknat)	Vitamin A	110	110
757	Paj m. kyckling bacon (beräknat)	Natrium	429	429

779	Baguette grov m. ost skinka sallad lättmajonnäs	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
779	Baguette grov m. ost skinka sallad lättmajonnäs	Socker totalt	3	3
779	Baguette grov m. ost skinka sallad lättmajonnäs	Protein	8	8
779	Baguette grov m. ost skinka sallad lättmajonnäs	Vitamin A	17	17
779	Baguette grov m. ost skinka sallad lättmajonnäs	Salt	1	1
780	Bagel m. salami färskost sallad oliv	Monosackarider	2	2
780	Bagel m. salami färskost sallad oliv	Disackarider	1	1
780	Bagel m. salami färskost sallad oliv	Summa mättade fettsyror	4	4
780	Bagel m. salami färskost sallad oliv	Summa fleromättade fettsyror	1	1
780	Bagel m. salami färskost sallad oliv	Vitamin A	19	20
780	Bagel m. salami färskost sallad oliv	Salt	1	1
781	Sandwich m. räkor ägg sallad majonnäs	Disackarider	2	2
781	Sandwich m. räkor ägg sallad majonnäs	Summa fleromättade fettsyror	5	5
781	Sandwich m. räkor ägg sallad majonnäs	Summa enkelomättade fettsyror	10	10
781	Sandwich m. räkor ägg sallad majonnäs	Socker totalt	2	2
781	Sandwich m. räkor ägg sallad majonnäs	Protein	7	7
781	Sandwich m. räkor ägg sallad majonnäs	Vitamin A	31	31
782	sallad	Monosackarider	2	2
782	sallad	Disackarider	2	2
782	sallad	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
782	sallad	Summa mättade fettsyror	1	1
782	sallad	Summa fleromättade fettsyror	1	1
782	sallad	Socker totalt	4	4
782	sallad	Protein	10	10
782	sallad	Vitamin A	10	17
782	sallad	Salt	2	2
783	Sandwich m. salami färskost sallad	Monosackarider	3	3
783	Sandwich m. salami färskost sallad	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
783	Sandwich m. salami färskost sallad	Socker totalt	5	5
783	Sandwich m. salami färskost sallad	Vitamin A	20	20
783	Sandwich m. salami färskost sallad	Salt	1	2
784	majonnäs	Monosackarider	3	3
784	majonnäs	Disackarider	2	2
784	majonnäs	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
784	majonnäs	Summa mättade fettsyror	1	1
784	majonnäs	Summa fleromättade fettsyror	2	2
784	majonnäs	Protein	5	5
784	majonnäs	Vitamin A	15	15
784	majonnäs	Salt	1	1
785	Wrap vetetortilla m. ris köttfärs majs ost	Monosackarider	1	1
785	Wrap vetetortilla m. ris köttfärs majs ost	Summa fleromättade fettsyror	0	0
785	Wrap vetetortilla m. ris köttfärs majs ost	Summa mättade fettsyror	1	1
785	Wrap vetetortilla m. ris köttfärs majs ost	Socker totalt	2	2
785	Wrap vetetortilla m. ris köttfärs majs ost	Protein	8	8
829	Bulgur	Kolhydrater	68	68
829	Bulgur	Salt	0	0
830	Bulgur kokt	Vitamin B6	0,0	0,1
831	Couscous	Kolhydrater	72	72
831	Couscous	Salt	0	0
832	Couscous tillagad	Kolhydrater	22	22

832	Couscous tillagad	Salt	0	0
833	Korngryn ångprep. fullkorn kokt m. salt	Protein	2	2
833	Korngryn ångprep. fullkorn kokt m. salt	Salt	0	0
834	Hirs kokt m. salt fullkorn (beräknat)	Monosackarider	0	0
834	Hirs kokt m. salt fullkorn (beräknat)	Energi (kJ)	323	407
834	Hirs kokt m. salt fullkorn (beräknat)	Disackarider	0	0
834	Hirs kokt m. salt fullkorn (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
834	Hirs kokt m. salt fullkorn (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
834	Hirs kokt m. salt fullkorn (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
834	Hirs kokt m. salt fullkorn (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,1	0,1
834	Hirs kokt m. salt fullkorn (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,0	0,0
834	Hirs kokt m. salt fullkorn (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,0	0,0
834	Hirs kokt m. salt fullkorn (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
834	Hirs kokt m. salt fullkorn (beräknat)	Folat	4	4
834	Hirs kokt m. salt fullkorn (beräknat)	Socker totalt	0	0
834	Hirs kokt m. salt fullkorn (beräknat)	Fullkorn totalt	22	28
834	Hirs kokt m. salt fullkorn (beräknat)	Jod	24,5	30,9
834	Hirs kokt m. salt fullkorn (beräknat)	Järn	1,1	1,3
834	Hirs kokt m. salt fullkorn (beräknat)	Kalcium	2,8	3,5
834	Hirs kokt m. salt fullkorn (beräknat)	Kalium	31	40
834	Hirs kokt m. salt fullkorn (beräknat)	Magnesium	22,1	27,8
834	Hirs kokt m. salt fullkorn (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
834	Hirs kokt m. salt fullkorn (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
834	Hirs kokt m. salt fullkorn (beräknat)	Oljesyra C18:1	0,1	0,2
834	Hirs kokt m. salt fullkorn (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,3	0,3
834	Hirs kokt m. salt fullkorn (beräknat)	Protein	2	3
834	Hirs kokt m. salt fullkorn (beräknat)	Fibrer	1	1
834	Hirs kokt m. salt fullkorn (beräknat)	Fett	0,6	0,8
834	Hirs kokt m. salt fullkorn (beräknat)	Fosfor	53	67
834	Hirs kokt m. salt fullkorn (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
834	Hirs kokt m. salt fullkorn (beräknat)	Vitamin E	0,0	0,0
834	Hirs kokt m. salt fullkorn (beräknat)	Aska	1	1
834	Hirs kokt m. salt fullkorn (beräknat)	Energi (kcal)	77	97
834	Hirs kokt m. salt fullkorn (beräknat)	Vatten	81	76
834	Hirs kokt m. salt fullkorn (beräknat)	Kolhydrater	15	19
834	Hirs kokt m. salt fullkorn (beräknat)	Natrium	191	240
834	Hirs kokt m. salt fullkorn (beräknat)	Selen	0,4	0,6
834	Hirs kokt m. salt fullkorn (beräknat)	Zink	0,75	0,94
834	Hirs kokt m. salt fullkorn (beräknat)	Salt	0	1
834	Hirs kokt m. salt fullkorn (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
834	Hirs kokt m. salt fullkorn (beräknat)	Niacinekvalenter	0,9	1,1
834	Hirs kokt m. salt fullkorn (beräknat)	Niacin	0,5	0,6
835	Majsgryn polenta kokt m. salt (beräknat)	Salt	1	1
836	Apelsinris (beräknat)	Kolesterol	10	10
836	Apelsinris (beräknat)	Monosackarider	2	2
836	Apelsinris (beräknat)	Energi (kJ)	395	396
836	Apelsinris (beräknat)	Disackarider	5	5
836	Apelsinris (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
836	Apelsinris (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
836	Apelsinris (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0

836	Apelsinris (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,2	0,2
836	Apelsinris (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,1	0,1
836	Apelsinris (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,4	0,3
836	Apelsinris (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,1	1,1
836	Apelsinris (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,3	0,3
836	Apelsinris (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
836	Apelsinris (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,0	0,0
836	Apelsinris (beräknat)	Vitamin B12	0,2	0,2
836	Apelsinris (beräknat)	Vitamin B6	0,0	0,0
836	Apelsinris (beräknat)	Folat	19	19
836	Apelsinris (beräknat)	Socker totalt	7	7
836	Apelsinris (beräknat)	Jod	13,3	13,3
836	Apelsinris (beräknat)	Järn	0,1	0,1
836	Apelsinris (beräknat)	Kalcium	54,7	54,7
836	Apelsinris (beräknat)	Kalium	116	116
836	Apelsinris (beräknat)	Magnesium	9,2	9,2
836	Apelsinris (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
836	Apelsinris (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
836	Apelsinris (beräknat)	Oljesyra C18:1	0,8	0,9
836	Apelsinris (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,1	0,1
836	Apelsinris (beräknat)	Protein	2	2
836	Apelsinris (beräknat)	Fibrer	1	1
836	Apelsinris (beräknat)	Fett	3,7	3,7
836	Apelsinris (beräknat)	Fosfor	50	50
836	Apelsinris (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
836	Apelsinris (beräknat)	Vitamin D	0,4	0,4
836	Apelsinris (beräknat)	Vitamin E	0,3	0,3
836	Apelsinris (beräknat)	β-Karoten	28	28
836	Apelsinris (beräknat)	Aska	1	1
836	Apelsinris (beräknat)	Energi (kcal)	94	95
836	Apelsinris (beräknat)	Vatten	80	80
836	Apelsinris (beräknat)	Kolhydrater	13	13
836	Apelsinris (beräknat)	Natrium	84	84
836	Apelsinris (beräknat)	Selen	0,6	0,6
836	Apelsinris (beräknat)	Zink	0,23	0,23
836	Apelsinris (beräknat)	Vitamin A	35	35
836	Apelsinris (beräknat)	Retinol	31	31
836	Apelsinris (beräknat)	Salt	0	0
836	Apelsinris (beräknat)	Vitamin C	23	23
836	Apelsinris (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
836	Apelsinris (beräknat)	Niacinekvalenter	0,7	0,7
836	Apelsinris (beräknat)	Niacin	0,3	0,3
838	Ris à la Malta m. grädde fett 40% (beräknat)	Disackarider	7	7
838	Ris à la Malta m. grädde fett 40% (beräknat)	Energi (kJ)	550	551
838	Ris à la Malta m. grädde fett 40% (beräknat)	Monosackarider	0	0
838	Ris à la Malta m. grädde fett 40% (beräknat)	Kolesterol	18	17
838	Ris à la Malta m. grädde fett 40% (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,4	0,4
838	Ris à la Malta m. grädde fett 40% (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
838	Ris à la Malta m. grädde fett 40% (beräknat)	Summa mättade fettsyror	4	4
838	Ris à la Malta m. grädde fett 40% (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2

838	Ris à la Malta m. grädde fett 40% (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,6	0,6
838	Ris à la Malta m. grädde fett 40% (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,9	1,9
838	Ris à la Malta m. grädde fett 40% (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,6	0,6
838	Ris à la Malta m. grädde fett 40% (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,2	0,2
879	Vita bönor torkade	Salt	0	0
880	Vita bönor torkade kokta u. salt	Jod		1,0
880	Vita bönor torkade kokta u. salt	Salt	0	0
881	Kikärtor torkade	Salt	0	0
883	Mungbönor torkade kokta u. salt	Summa fleromättade fettsyror	0	0
883	Mungbönor torkade kokta u. salt	Protein	9	9
886	Mungbönor torkade	Jod		7,0
886	Mungbönor torkade	Salt	0	0
887	Sojabönor torkade	Energi (kJ)	1666	1666
887	Sojabönor torkade	Jod		7,0
887	Sojabönor torkade	Energi (kcal)	398	398
887	Sojabönor torkade	Salt	0	0
888	Sojabönor torkade kokta u. salt	Salt	0	0
889	Vignabönor svartögda bönor torkade	Salt	0	0
926	Lamm tunnbringa rå	Salt	0	0
927	Lamm kotlett rå fett bortskuret	Jod		4,6
927	Lamm kotlett rå fett bortskuret	Salt	0	0
928	Hare kött rå	Jod		2,0
928	Hare kött rå	Salt	0	0
930	Hjort dovhjort bog rå	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
930	Hjort dovhjort bog rå	Summa mättade fettsyror	1	1
930	Hjort dovhjort bog rå	Summa fleromättade fettsyror	0	0
930	Hjort dovhjort bog rå	Vitamin K	0,9	0,9
930	Hjort dovhjort bog rå	Salt	0	0
931	Hjort dovhjort stek rå	Energi (kJ)	421	411
931	Hjort dovhjort stek rå	Summa fleromättade fettsyror	0	0
931	Hjort dovhjort stek rå	Summa mättade fettsyror	0	0
931	Hjort dovhjort stek rå	Energi (kcal)	101	98
931	Hjort dovhjort stek rå	Salt	0	0
932	Hjort ryggbiff rå	Jod		4,3
932	Hjort ryggbiff rå	Salt	0	0
933	Häst kött rå	Salt	0	0
934	Kalv bog rå	Jod		2,7
934	Kalv bog rå	Salt	0	0
935	Kalv bringa rå	Jod		2,7
935	Kalv bringa rå	Salt	0	0
936	Kalv filé rå	Salt	0	0
968	Rådjur kött rå	Protein	24	24
968	Rådjur kött rå	Vitamin K	3,1	3,1
968	Rådjur kött rå	Salt	0	0
969	Gris bog rå	Summa fleromättade fettsyror	1	1
969	Gris bog rå	Summa mättade fettsyror	3	3
969	Gris bog rå	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
969	Gris bog rå	Salt	0	0
970	Gris fläskfilé rå	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
970	Gris fläskfilé rå	Summa mättade fettsyror	1	1

970	Gris fläskfilé rå	Summa fleromättade fettsyror	0	0
970	Gris fläskfilé rå	Salt	0	0
971	Gris fläskkotlett rå fettkant 5 mm	Summa fleromättade fettsyror	1	1
971	Gris fläskkotlett rå fettkant 5 mm	Summa mättade fettsyror	5	5
971	Gris fläskkotlett rå fettkant 5 mm	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
971	Gris fläskkotlett rå fettkant 5 mm	Salt	0	0
972	Gris revbensspjäll rå	Summa enkelomättade fettsyror	6	6
972	Gris revbensspjäll rå	Summa mättade fettsyror	6	6
972	Gris revbensspjäll rå	Summa fleromättade fettsyror	2	2
972	Gris revbensspjäll rå	Salt	0	0
973	Gris fötter rå	Summa fleromättade fettsyror	1	1
973	Gris fötter rå	Summa mättade fettsyror	5	5
973	Gris fötter rå	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
973	Gris fötter rå	Salt	0	0
974	Gris skinka julskinka rimmad rå fett ca 3%	Jod		0,0
975	Gris fläskben rå	Summa fleromättade fettsyror	2	2
975	Gris fläskben rå	Summa mättade fettsyror	6	6
975	Gris fläskben rå	Summa enkelomättade fettsyror	6	6
975	Gris fläskben rå	Jod		0,0
975	Gris fläskben rå	Salt	0	0
976	Gris picnicbog rå	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
976	Gris picnicbog rå	Summa mättade fettsyror	2	2
976	Gris picnicbog rå	Summa fleromättade fettsyror	1	1
976	Gris picnicbog rå	Jod		0,0
976	Gris picnicbog rå	Salt	0	0
977	Gris grytbitar rå	Jod		0,0
1006	Gris kassler kottlettrad rökt	Salt	4	4
1007	Gris skinka konserv. gelé 8-11%	Jod		0,0
1007	Gris skinka konserv. gelé 8-11%	Salt	2	2
1008	Gris skinka lufttorkad italiensk	Disackarider	0	0
1008	Gris skinka lufttorkad italiensk	Monosackarider	0	0
1008	Gris skinka lufttorkad italiensk	Socker totalt	0	0
1008	Gris skinka lufttorkad italiensk	Vitamin A	8	8
1010	Gris skinka skivad rökt fett 1-3%	Monosackarider	1	1
1010	Gris skinka skivad rökt fett 1-3%	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1010	Gris skinka skivad rökt fett 1-3%	Summa mättade fettsyror	1	1
1010	Gris skinka skivad rökt fett 1-3%	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
1010	Gris skinka skivad rökt fett 1-3%	Protein	18	18
1010	Gris skinka skivad rökt fett 1-3%	Vitamin K	4,2	4,2
1010	Gris skinka skivad rökt fett 1-3%	Salt	4	4
1011	Gris sidfläsk rökt	Energi (kJ)	1649	1649
1011	Gris sidfläsk rökt	Jod		0,0
1011	Gris sidfläsk rökt	Energi (kcal)	394	394
1011	Gris sidfläsk rökt	Salt	2	2
1012	Nöt kött konserv.	Summa fleromättade fettsyror	0	1
1012	Nöt kött konserv.	Summa mättade fettsyror	6	6
1012	Nöt kött konserv.	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
1012	Nöt kött konserv.	Salt	2	2
1013	Nöt flankstek rå	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
1013	Nöt flankstek rå	Summa mättade fettsyror	2	2

1013	Nöt flankstek rå	Jod		2,7
1013	Nöt flankstek rå	Salt	0	0
1014	Nöt ryggbiff stekt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1014	Nöt ryggbiff stekt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
1014	Nöt ryggbiff stekt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
1014	Nöt ryggbiff stekt (beräknat)	Salt	0	1
1017	Nöt entrecôte stekt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
1017	Nöt entrecôte stekt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	3	3
741	Räkrêpe värmd fyllning 37% frysvara	Kolhydrater	19	19
741	Räkrêpe värmd fyllning 37% frysvara	Salt	1	1
742	hemlagad	Energi (kcal)	166	166
742	hemlagad	Energi (kJ)	695	695
742	hemlagad	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
742	hemlagad	Summa mättade fettsyror	5	5
742	hemlagad	Summa fleromättade fettsyror	1	1
742	hemlagad	Kolhydrater	12	12
743	Baguette m. salami brieost soltorkad tomat sallad	Disackarider	1	1
743	Baguette m. salami brieost soltorkad tomat sallad	Monosackarider	2	2
743	Baguette m. salami brieost soltorkad tomat sallad	Summa fleromättade fettsyror	2	2
743	Baguette m. salami brieost soltorkad tomat sallad	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
743	Baguette m. salami brieost soltorkad tomat sallad	Socker totalt	3	3
743	Baguette m. salami brieost soltorkad tomat sallad	Protein	9	9
743	Baguette m. salami brieost soltorkad tomat sallad	Vitamin A	70	71
743	Baguette m. salami brieost soltorkad tomat sallad	Salt	2	2
744	Ciabatta m. mozzarella soltorkad tomat sallad	Monosackarider	1	1
744	Ciabatta m. mozzarella soltorkad tomat sallad	Disackarider	2	2
744	Ciabatta m. mozzarella soltorkad tomat sallad	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
744	Ciabatta m. mozzarella soltorkad tomat sallad	Summa mättade fettsyror	2	2
744	Ciabatta m. mozzarella soltorkad tomat sallad	Summa fleromättade fettsyror	1	1
744	Ciabatta m. mozzarella soltorkad tomat sallad	Socker totalt	2	3
744	Ciabatta m. mozzarella soltorkad tomat sallad	Protein	8	8
744	Ciabatta m. mozzarella soltorkad tomat sallad	Vitamin A	43	44
744	Ciabatta m. mozzarella soltorkad tomat sallad	Salt	1	1
745	Bagel m. rökt lax färskost sallad	Monosackarider	1	1
745	Bagel m. rökt lax färskost sallad	Summa fleromättade fettsyror	1	1
745	Bagel m. rökt lax färskost sallad	Summa mättade fettsyror	3	3
745	Bagel m. rökt lax färskost sallad	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
745	Bagel m. rökt lax färskost sallad	Socker totalt	3	3
745	Bagel m. rökt lax färskost sallad	Protein	9	9
745	Bagel m. rökt lax färskost sallad	Vitamin A	31	31
745	Bagel m. rökt lax färskost sallad	Salt	1	1
746	Champinjoncrêpe värmd veg. frysvara	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
746	Champinjoncrêpe värmd veg. frysvara	Summa mättade fettsyror	2	2
746	Champinjoncrêpe värmd veg. frysvara	Summa fleromättade fettsyror	2	2
746	Champinjoncrêpe värmd veg. frysvara	Kolhydrater	19	19
746	Champinjoncrêpe värmd veg. frysvara	Salt	1	1
747	(beräknat)	Disackarider	1	1
747	(beräknat)	Energi (kJ)	561	543
747	(beräknat)	Monosackarider	0	0
747	(beräknat)	Kolesterol	33	32

747	(beräknat)	Energi (kcal)	134	130
747	(beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,9	0,8
747	(beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
747	(beräknat)	Summa mättade fettsyror	6	6
747	(beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
747	(beräknat)	Stearinsyra C18:0	1,0	0,9
747	(beräknat)	Palmitinsyra C16:0	2,6	2,5
747	(beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,9	0,9
747	(beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,3	0,3
747	(beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
747	(beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
747	(beräknat)	Socker totalt	1	1
747	(beräknat)	Folat	43	43
747	(beräknat)	Vitamin B12	0,3	0,4
747	(beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
747	(beräknat)	Magnesium	17,5	17,6
747	(beräknat)	Kalium	159	160
747	(beräknat)	Kalcium	111,0	111,6
747	(beräknat)	Järn	0,4	0,4
747	(beräknat)	Jod	65,6	65,7
747	(beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
747	(beräknat)	Linolsyra C18:2	0,3	0,3
747	(beräknat)	Oljesyra C18:1	2,0	1,9
747	(beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,2	0,1
747	(beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
747	(beräknat)	Fosfor	143	144
747	(beräknat)	Fett	9,6	9,1
747	(beräknat)	Protein	10	10
747	(beräknat)	β-Karoten	919	914
747	(beräknat)	Vitamin E	0,6	0,6
747	(beräknat)	Vitamin D	0,0	0,0
747	(beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
747	(beräknat)	Kolhydrater	2	2
747	(beräknat)	Vatten	75	76
747	(beräknat)	Aska	3	3
747	(beräknat)	Retinol	86	81
747	(beräknat)	Vitamin A	162	158
747	(beräknat)	Zink	0,82	0,82
747	(beräknat)	Selen	1,6	1,6
747	(beräknat)	Natrium	872	872
747	(beräknat)	Salt	2	2
747	(beräknat)	Niacin	1,0	1,0
747	(beräknat)	Niacinekvivalenter	3,2	3,3
747	(beräknat)	Riboflavin	0,2	0,2
747	(beräknat)	Vitamin C	6	6
748	Crêpes pannkaka tunn fylld (beräknat)	Energi (kcal)	176	175
748	Crêpes pannkaka tunn fylld (beräknat)	Kolesterol	40	39
748	Crêpes pannkaka tunn fylld (beräknat)	Monosackarider	0	0
748	Crêpes pannkaka tunn fylld (beräknat)	Energi (kJ)	737	731
748	Crêpes pannkaka tunn fylld (beräknat)	Disackarider	4	4

771	Paj m. skaldjur värmd frysvara	Salt	1	1
772	Pizza Marinara m. skaldjur restaurang	Energi (kcal)	258	258
772	Pizza Marinara m. skaldjur restaurang	Energi (kJ)	1078	1078
772	Pizza Marinara m. skaldjur restaurang	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
772	Pizza Marinara m. skaldjur restaurang	Summa mättade fettsyror	7	7
772	Pizza Marinara m. skaldjur restaurang	Summa fleromättade fettsyror	1	1
772	Pizza Marinara m. skaldjur restaurang	Kolhydrater	22	22
772	Pizza Marinara m. skaldjur restaurang	Salt	2	2
773	Pizza veg. (beräknat)	Disackarider	1	1
773	Pizza veg. (beräknat)	Monosackarider	3	3
773	Pizza veg. (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
773	Pizza veg. (beräknat)	Summa mättade fettsyror	3	3
773	Pizza veg. (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
773	Pizza veg. (beräknat)	Socker totalt	3	3
773	Pizza veg. (beräknat)	Protein	6	6
773	Pizza veg. (beräknat)	Avfall (skal etc.)	1	1
773	Pizza veg. (beräknat)	Salt	1	1
774	Pizza Margherita m. ost tomatsås (beräknat)	Energi (kcal)	224	224
774	Pizza Margherita m. ost tomatsås (beräknat)	Monosackarider	3	3
774	Pizza Margherita m. ost tomatsås (beräknat)	Energi (kJ)	936	936
774	Pizza Margherita m. ost tomatsås (beräknat)	Disackarider	1	1
774	Pizza Margherita m. ost tomatsås (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
774	Pizza Margherita m. ost tomatsås (beräknat)	Summa mättade fettsyror	4	4
774	Pizza Margherita m. ost tomatsås (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
774	Pizza Margherita m. ost tomatsås (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	2,0	2,0
774	Pizza Margherita m. ost tomatsås (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
774	Pizza Margherita m. ost tomatsås (beräknat)	Socker totalt	4	4
774	Pizza Margherita m. ost tomatsås (beräknat)	Protein	8	8
774	Pizza Margherita m. ost tomatsås (beräknat)	Avfall (skal etc.)	0	0
774	Pizza Margherita m. ost tomatsås (beräknat)	Salt	1	1
775	Kycklingburgare m. bröd tillbehör	Disackarider	2	2
775	Kycklingburgare m. bröd tillbehör	Monosackarider	2	2
775	Kycklingburgare m. bröd tillbehör	Summa fleromättade fettsyror	3	3
775	Kycklingburgare m. bröd tillbehör	Summa mättade fettsyror	2	2
775	Kycklingburgare m. bröd tillbehör	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
775	Kycklingburgare m. bröd tillbehör	Socker totalt	4	4
775	Kycklingburgare m. bröd tillbehör	Protein	11	11
775	Kycklingburgare m. bröd tillbehör	Vitamin A	14	14
775	Kycklingburgare m. bröd tillbehör	Salt	1	1
776	Fiskburgare m. bröd tillbehör	Monosackarider	2	2
776	Fiskburgare m. bröd tillbehör	Disackarider	2	2
776	Fiskburgare m. bröd tillbehör	Summa enkelomättade fettsyror	6	6
776	Fiskburgare m. bröd tillbehör	Summa mättade fettsyror	3	3
776	Fiskburgare m. bröd tillbehör	Summa fleromättade fettsyror	4	4
776	Fiskburgare m. bröd tillbehör	Protein	12	12
776	Fiskburgare m. bröd tillbehör	Vitamin A	30	30
776	Fiskburgare m. bröd tillbehör	Salt	1	1
777	Baguette m. rostbiff potatissallad sallad	Disackarider	1	1
777	Baguette m. rostbiff potatissallad sallad	Monosackarider	1	1
777	Baguette m. rostbiff potatissallad sallad	Summa fleromättade fettsyror	1	2

777	Baguette m. rostbiff potatissallad sallad	Summa mättade fettsyror	1	1
777	Baguette m. rostbiff potatissallad sallad	Socker totalt	2	2
777	Baguette m. rostbiff potatissallad sallad	Protein	7	7
777	Baguette m. rostbiff potatissallad sallad	Vitamin A	6	6
777	Baguette m. rostbiff potatissallad sallad	Salt	1	1
778	sallad	Monosackarider	2	2
778	sallad	Disackarider	1	1
778	sallad	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
778	sallad	Summa mättade fettsyror	0	0
778	sallad	Summa fleromättade fettsyror	1	1
778	sallad	Protein	6	6
778	sallad	Salt	1	1
779	Baguette grov m. ost skinka sallad lättmajonnäs	Disackarider	2	2
779	Baguette grov m. ost skinka sallad lättmajonnäs	Monosackarider	1	2
779	Baguette grov m. ost skinka sallad lättmajonnäs	Summa fleromättade fettsyror	1	1
779	Baguette grov m. ost skinka sallad lättmajonnäs	Summa mättade fettsyror	1	2
814	restaurang	Protein	3	3
814	restaurang	Vitamin A	0	1
814	restaurang	Salt	0	0
817	Ris vildris okokt	Jod		2,0
817	Ris vildris okokt	Salt	0	0
818	Ris vildris kokt m. salt	Kolhydrater	20	20
818	Ris vildris kokt m. salt	Salt	0	0
819	Nudlar glasnudlar okokta	Salt	0	0
824	Vinbladsdolma m. ris konserv. veg.	Disackarider	0	0
824	Vinbladsdolma m. ris konserv. veg.	Socker totalt	2	2
825	Bovete hela el. krossade korn	Summa fleromättade fettsyror	1	1
825	Bovete hela el. krossade korn	Summa mättade fettsyror	0	0
825	Bovete hela el. krossade korn	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
825	Bovete hela el. krossade korn	Vitamin K	7,2	7,3
826	Durra el. andra sorghumarter mjöl fullkorn	Salt	0	0
827	Hirs hela el. krossade korn fullkorn	Salt	0	0
867	Pastagratäng makaronipudding veg. (beräknat)	β-Karoten	27	27
867	Pastagratäng makaronipudding veg. (beräknat)	Vitamin E	0,8	0,9
867	Pastagratäng makaronipudding veg. (beräknat)	Vitamin D	0,5	0,5
867	Pastagratäng makaronipudding veg. (beräknat)	Tiamin	0,0	0,0
867	Pastagratäng makaronipudding veg. (beräknat)	Kolhydrater	15	15
867	Pastagratäng makaronipudding veg. (beräknat)	Vatten	72	72
867	Pastagratäng makaronipudding veg. (beräknat)	Energi (kcal)	123	123
867	Pastagratäng makaronipudding veg. (beräknat)	Aska	1	1
867	Pastagratäng makaronipudding veg. (beräknat)	Retinol	46	46
867	Pastagratäng makaronipudding veg. (beräknat)	Vitamin A	49	48
867	Pastagratäng makaronipudding veg. (beräknat)	Zink	0,68	0,68
867	Pastagratäng makaronipudding veg. (beräknat)	Selen	3,7	3,7
867	Pastagratäng makaronipudding veg. (beräknat)	Natrium	342	342
867	Pastagratäng makaronipudding veg. (beräknat)	Salt	1	1
867	Pastagratäng makaronipudding veg. (beräknat)	Niacin	0,3	0,3
867	Pastagratäng makaronipudding veg. (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,6	1,6
867	Pastagratäng makaronipudding veg. (beräknat)	Riboflavin	0,2	0,2
867	Pastagratäng makaronipudding veg. (beräknat)	Vitamin C	1	1

869	Lasagne värmd frysvara	Monosackarider	1	1
869	Lasagne värmd frysvara	Summa mättade fettsyror	3	3
869	Lasagne värmd frysvara	Summa fleromättade fettsyror	0	0
869	Lasagne värmd frysvara	Protein	5	5
869	Lasagne värmd frysvara	Salt	1	1
870	Nudlar äggnudlar okokta	Salt	0	0
872	Tortellini m. ostfyllning veg.	Summa enkelomättade fettsyror	1	2
872	Tortellini m. ostfyllning veg.	Summa mättade fettsyror	3	3
872	Tortellini m. ostfyllning veg.	Summa fleromättade fettsyror	0	1
872	Tortellini m. ostfyllning veg.	Protein	7	7
872	Tortellini m. ostfyllning veg.	Salt	1	1
873	Nudelsoppa olika smaker kryddad	Summa fleromättade fettsyror	0	0
873	Nudelsoppa olika smaker kryddad	Summa mättade fettsyror	1	1
873	Nudelsoppa olika smaker kryddad	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
873	Nudelsoppa olika smaker kryddad	Protein	2	2
873	Nudelsoppa olika smaker kryddad	Salt	1	1
874	Bondbönor torkade	Salt	0	0
875	Bruna bönor torkade	Energi (kJ)	1327	1327
875	Bruna bönor torkade	Energi (kcal)	317	317
875	Bruna bönor torkade	Salt	0	0
877	Röda bönor torkade	Energi (kJ)	1358	1358
877	Röda bönor torkade	Jod		7,0
877	Röda bönor torkade	Energi (kcal)	324	324
877	Röda bönor torkade	Salt	0	0
878	Röda bönor torkade kokta u. salt	Salt	0	0
919	Falafel kikärtsbiff friterad hemlagad (beräknat)	Monosackarider	0	0
919	Falafel kikärtsbiff friterad hemlagad (beräknat)	Disackarider	1	1
919	Falafel kikärtsbiff friterad hemlagad (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
919	Falafel kikärtsbiff friterad hemlagad (beräknat)	Summa mättade fettsyror	3	1
919	Falafel kikärtsbiff friterad hemlagad (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	3
919	Falafel kikärtsbiff friterad hemlagad (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
919	Falafel kikärtsbiff friterad hemlagad (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,0	0,0
919	Falafel kikärtsbiff friterad hemlagad (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	2,2	0,7
919	Falafel kikärtsbiff friterad hemlagad (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,3	0,2
919	Falafel kikärtsbiff friterad hemlagad (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,3
919	Falafel kikärtsbiff friterad hemlagad (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
919	Falafel kikärtsbiff friterad hemlagad (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
919	Falafel kikärtsbiff friterad hemlagad (beräknat)	Oljesyra C18:1	2,5	2,9
919	Falafel kikärtsbiff friterad hemlagad (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,4	2,3
919	Falafel kikärtsbiff friterad hemlagad (beräknat)	Protein	7	7
919	Falafel kikärtsbiff friterad hemlagad (beräknat)	Vitamin E	2,1	3,0
919	Falafel kikärtsbiff friterad hemlagad (beräknat)	β-Karoten	939	298
919	Falafel kikärtsbiff friterad hemlagad (beräknat)	Vitamin A	96	27
919	Falafel kikärtsbiff friterad hemlagad (beräknat)	Salt	2	2
920	Lamm bog rå	Summa fleromättade fettsyror	0	0
920	Lamm bog rå	Summa mättade fettsyror	2	2
920	Lamm bog rå	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
920	Lamm bog rå	Protein	20	20
920	Lamm bog rå	Vitamin K	8,0	8,1
921	Lamm kotlett rå	Energi (kJ)	972	963

921	Lamm kotlett rå	Summa mättade fettsyror	8	8
921	Lamm kotlett rå	Summa fleromättade fettsyror	1	1
921	Lamm kotlett rå	Vitamin K	14,5	14,5
921	Lamm kotlett rå	Energi (kcal)	232	230
921	Lamm kotlett rå	Salt	0	0
922	Lamm lägg rå	Jod		4,5
922	Lamm lägg rå	Salt	0	0
923	Lamm rygg el. hals rå	Salt	0	0
924	Lamm stek rå	Energi (kJ)	466	452
924	Lamm stek rå	Summa fleromättade fettsyror	0	0
924	Lamm stek rå	Summa mättade fettsyror	1	1
924	Lamm stek rå	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
924	Lamm stek rå	Protein	21	21
924	Lamm stek rå	Energi (kcal)	112	108
924	Lamm stek rå	Salt	0	0
925	Lamm fårs rå fett 20%	Energi (kJ)	1033	1025
925	Lamm fårs rå fett 20%	Summa enkelomättade fettsyror	7	7
925	Lamm fårs rå fett 20%	Summa mättade fettsyror	9	9
925	Lamm fårs rå fett 20%	Summa fleromättade fettsyror	1	1
925	Lamm fårs rå fett 20%	Protein	17	17
925	Lamm fårs rå fett 20%	Vitamin K	24,5	24,5
925	Lamm fårs rå fett 20%	Energi (kcal)	247	245
925	Lamm fårs rå fett 20%	Salt	0	0
926	Lamm tunnbringa rå	Jod		4,5
957	Nöt rostbiff rå	Salt	0	0
958	Nöt rulle rimmad rå	Summa mättade fettsyror	1	1
958	Nöt rulle rimmad rå	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
958	Nöt rulle rimmad rå	Jod		0,0
958	Nöt rulle rimmad rå	Salt	0	0
959	Nöt ytterlår rå	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
959	Nöt ytterlår rå	Summa mättade fettsyror	1	1
959	Nöt ytterlår rå	Summa fleromättade fettsyror	0	0
959	Nöt ytterlår rå	Jod		2,7
959	Nöt ytterlår rå	Salt	0	0
960	Nöt entrecôte rå	Summa mättade fettsyror	3	3
960	Nöt entrecôte rå	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
960	Nöt entrecôte rå	Protein	22	22
960	Nöt entrecôte rå	Vitamin K	3,3	3,3
960	Nöt entrecôte rå	Salt	0	0
961	Nöt grytbitar rå	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
961	Nöt grytbitar rå	Summa mättade fettsyror	3	3
961	Nöt grytbitar rå	Summa fleromättade fettsyror	0	0
961	Nöt grytbitar rå	Protein	21	21
961	Nöt grytbitar rå	Vitamin K	4,8	4,8
961	Nöt grytbitar rå	Salt	0	0
962	Nöt kött hackebiff rå frysvara	Summa fleromättade fettsyror	0	0
962	Nöt kött hackebiff rå frysvara	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
962	Nöt kött hackebiff rå frysvara	Jod		2,7
962	Nöt kött hackebiff rå frysvara	Salt	0	0
963	Nöt fårs rå fett 15%	Summa enkelomättade fettsyror	7	7

963	Nöt färs rå fett 15%	Summa fleromättade fettsyror	1	1
963	Nöt färs rå fett 15%	Protein	19	19
963	Nöt färs rå fett 15%	Vitamin K	8,2	8,2
963	Nöt färs rå fett 15%	Salt	0	0
965	Ren stek rå	Energi (kJ)	453	451
965	Ren stek rå	Summa mättade fettsyror	1	1
965	Ren stek rå	Summa enkelomättade fettsyror	0	1
965	Ren stek rå	Protein	23	23
965	Ren stek rå	Salt	0	0
966	Ren bog rå	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
966	Ren bog rå	Summa mättade fettsyror	1	1
966	Ren bog rå	Summa fleromättade fettsyror	0	0
966	Ren bog rå	Protein	23	23
966	Ren bog rå	Salt	0	0
967	Ren skav rå frysvara	Summa mättade fettsyror	2	2
967	Ren skav rå frysvara	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
967	Ren skav rå frysvara	Protein	20	20
967	Ren skav rå frysvara	Vitamin K	1,0	1,0
967	Ren skav rå frysvara	Salt	0	0
968	Rådjur kött rå	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
968	Rådjur kött rå	Summa mättade fettsyror	1	1
968	Rådjur kött rå	Summa fleromättade fettsyror	0	0
997	Gris svål rå	Jod		0,0
997	Gris svål rå	Salt	0	0
998	Häst hamburgerkött rökt	Salt	4	4
999	Nöt saltkött rimmat kokt	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
999	Nöt saltkött rimmat kokt	Summa mättade fettsyror	1	1
999	Nöt saltkött rimmat kokt	Summa fleromättade fettsyror	0	0
999	Nöt saltkött rimmat kokt	Salt	2	2
1000	Nöt kött rökt	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1000	Nöt kött rökt	Summa mättade fettsyror	1	1
1000	Nöt kött rökt	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
1000	Nöt kött rökt	Salt	4	4
1001	Ren stek varmrökt	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
1001	Ren stek varmrökt	Summa mättade fettsyror	1	1
1001	Ren stek varmrökt	Summa fleromättade fettsyror	0	1
1001	Ren stek varmrökt	Protein	23	23
1001	Ren stek varmrökt	Vitamin K	0,4	0,4
1002	Ren kött torkat	Vitamin K	0,4	0,4
1003	Gris bacon rå	Summa enkelomättade fettsyror	15	15
1003	Gris bacon rå	Summa mättade fettsyror	14	14
1003	Gris bacon rå	Summa fleromättade fettsyror	3	3
1003	Gris bacon rå	Salt	2	2
1004	Gris bacon stekt	Monosackarider	0	0
1004	Gris bacon stekt	Summa fleromättade fettsyror	4	4
1004	Gris bacon stekt	Salt	2	2
1005	Gris bog konserv. gelé 6-8%	Jod		0,0
1005	Gris bog konserv. gelé 6-8%	Salt	2	2
1006	Gris kassler kotlettråd rökt	Jod	5,0	0,0
1035	Kalv stek stekt (beräknat)	Salt	0	0

1036	Lamm kotlett stekt (beräknat)	Energi (kJ)	980	969
1036	Lamm kotlett stekt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	7	7
1036	Lamm kotlett stekt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1036	Lamm kotlett stekt (beräknat)	Energi (kcal)	234	231
1036	Lamm kotlett stekt (beräknat)	Avfall (skal etc.)	35	30
1036	Lamm kotlett stekt (beräknat)	Salt	0	0
1037	Lamm stek stekt (beräknat)	Energi (kJ)	513	497
1037	Lamm stek stekt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1037	Lamm stek stekt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
1037	Lamm stek stekt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
1037	Lamm stek stekt (beräknat)	Protein	24	24
1037	Lamm stek stekt (beräknat)	Avfall (skal etc.)	30	26
1037	Lamm stek stekt (beräknat)	Energi (kcal)	123	119
1037	Lamm stek stekt (beräknat)	Salt	0	0
1038	Nöt högre kokt m. salt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
1038	Nöt högre kokt m. salt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	4	4
1038	Nöt högre kokt m. salt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	1
1038	Nöt högre kokt m. salt (beräknat)	Protein	26	26
1038	Nöt högre kokt m. salt (beräknat)	Avfall (skal etc.)	13	10
1038	Nöt högre kokt m. salt (beräknat)	Salt	1	1
1039	Nöt stek el. grystek kokt m. salt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1039	Nöt stek el. grystek kokt m. salt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
1039	Nöt stek el. grystek kokt m. salt (beräknat)	Avfall (skal etc.)	18	14
1039	Nöt stek el. grystek kokt m. salt (beräknat)	Salt	1	1
1042	Nöt oxbringa rimmad kokt u. salt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	7	8
1042	Nöt oxbringa rimmad kokt u. salt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	9	9
1042	Nöt oxbringa rimmad kokt u. salt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1042	Nöt oxbringa rimmad kokt u. salt (beräknat)	Avfall (skal etc.)	46	37
1042	Nöt oxbringa rimmad kokt u. salt (beräknat)	Salt	4	4
1043	Oxrullad nöt stekt (beräknat)	Energi (kJ)	578	571
1043	Oxrullad nöt stekt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1043	Oxrullad nöt stekt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
1043	Oxrullad nöt stekt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
1043	Oxrullad nöt stekt (beräknat)	Protein	24	24
1043	Oxrullad nöt stekt (beräknat)	Avfall (skal etc.)	9	8
1043	Oxrullad nöt stekt (beräknat)	Energi (kcal)	138	137
1043	Oxrullad nöt stekt (beräknat)	Salt	1	1
1044	Nöt rostbiff ugnsstekt (beräknat)	Energi (kJ)	607	587
1044	Nöt rostbiff ugnsstekt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
1044	Nöt rostbiff ugnsstekt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
1044	Nöt rostbiff ugnsstekt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1044	Nöt rostbiff ugnsstekt (beräknat)	Protein	26	26
1044	Nöt rostbiff ugnsstekt (beräknat)	Energi (kcal)	146	141
1044	Nöt rostbiff ugnsstekt (beräknat)	Avfall (skal etc.)	12	10
1044	Nöt rostbiff ugnsstekt (beräknat)	Salt	0	1
1045	Gris revbensspjäll ugnsstekt grillat (beräknat)	Summa mättade fettsyror	9	9
1045	Gris revbensspjäll ugnsstekt grillat (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	12	12
1081	Gryta renskavsgryta (beräknat)	EPA (C20:5)	0,0	0,0
1081	Gryta renskavsgryta (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
1081	Gryta renskavsgryta (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,2	0,2

1081	Gryta renskavsgryta (beräknat)	Socker totalt	7	7
1081	Gryta renskavsgryta (beräknat)	Folat	8	8
1081	Gryta renskavsgryta (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
1081	Gryta renskavsgryta (beräknat)	Vitamin B12	0,5	0,5
1081	Gryta renskavsgryta (beräknat)	Magnesium	14,4	14,4
1081	Gryta renskavsgryta (beräknat)	Kalium	150	150
1081	Gryta renskavsgryta (beräknat)	Kalcium	22,1	23,1
1081	Gryta renskavsgryta (beräknat)	Järn	1,3	1,3
1081	Gryta renskavsgryta (beräknat)	Jod	55,1	55,2
1081	Gryta renskavsgryta (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,4	0,5
1081	Gryta renskavsgryta (beräknat)	Oljesyra C18:1	2,2	2,2
1081	Gryta renskavsgryta (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
1081	Gryta renskavsgryta (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1081	Gryta renskavsgryta (beräknat)	Fosfor	96	97
1081	Gryta renskavsgryta (beräknat)	Fett	7,9	7,6
1081	Gryta renskavsgryta (beräknat)	Fibrer	1	1
1081	Gryta renskavsgryta (beräknat)	Protein	8	8
1081	Gryta renskavsgryta (beräknat)	β-Karoten	127	123
1081	Gryta renskavsgryta (beräknat)	Vitamin E	0,7	0,7
1081	Gryta renskavsgryta (beräknat)	Vitamin D	0,3	0,3
1081	Gryta renskavsgryta (beräknat)	Kolhydrater	9	9
1081	Gryta renskavsgryta (beräknat)	Vatten	72	72
1081	Gryta renskavsgryta (beräknat)	Avfall (skal etc.)	2	2
1081	Gryta renskavsgryta (beräknat)	Energi (kcal)	140	138
1081	Gryta renskavsgryta (beräknat)	Aska	3	3
1081	Gryta renskavsgryta (beräknat)	Retinol	51	47
1081	Gryta renskavsgryta (beräknat)	Vitamin A	62	57
1081	Gryta renskavsgryta (beräknat)	Zink	1,88	1,88
1081	Gryta renskavsgryta (beräknat)	Selen	5,1	5,1
1081	Gryta renskavsgryta (beräknat)	Natrium	892	892
1081	Gryta renskavsgryta (beräknat)	Fritt socker	5	5
1081	Gryta renskavsgryta (beräknat)	Tillsatt socker	5	5
1081	Gryta renskavsgryta (beräknat)	Salt	2	2
1081	Gryta renskavsgryta (beräknat)	Niacin	2,9	2,9
1081	Gryta renskavsgryta (beräknat)	Vitamin C	1	1
1081	Gryta renskavsgryta (beräknat)	Riboflavin	0,2	0,2
1081	Gryta renskavsgryta (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
1081	Gryta renskavsgryta (beräknat)	Niacinekvivalenter	4,4	4,4
1082	Skinksås (beräknat)	Energi (kJ)	501	496
1082	Skinksås (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
1082	Skinksås (beräknat)	Kolesterol	25	24
1082	Skinksås (beräknat)	Disackarider	4	4
1082	Skinksås (beräknat)	Monosackarider	0	0
1082	Skinksås (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
1082	Skinksås (beräknat)	Summa mättade fettsyror	3	2
1082	Skinksås (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1082	Skinksås (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,2	0,2
1082	Skinksås (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,1	0,1
1082	Skinksås (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,4	0,3
1082	Skinksås (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,3	1,2

1082	Skinksås (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,5	0,4
1082	Skinksås (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,3	0,2
1082	Skinksås (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
700	Havredryck fett 1,5% berikad	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
700	Havredryck fett 1,5% berikad	Summa mättade fettsyror	0	0
700	Havredryck fett 1,5% berikad	Summa fleromättade fettsyror	0	1
700	Havredryck fett 1,5% berikad	Protein	1	1
700	Havredryck fett 1,5% berikad	Salt	0	0
702	Havregryn fullkorn	Disackarider	1	1
702	Havregryn fullkorn	Summa fleromättade fettsyror	3	3
702	Havregryn fullkorn	Summa mättade fettsyror	1	1
702	Havregryn fullkorn	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
702	Havregryn fullkorn	Vitamin K	2,2	2,2
703	Fiberhavregryn fullkorn havre m. vetekli	Disackarider	1	1
703	Fiberhavregryn fullkorn havre m. vetekli	Summa mättade fettsyror	1	1
703	Fiberhavregryn fullkorn havre m. vetekli	Summa fleromättade fettsyror	3	3
733	Pannkaka tunn lättmjölk (beräknat)	Monosackarider	0	0
733	Pannkaka tunn lättmjölk (beräknat)	Energi (kJ)	650	654
733	Pannkaka tunn lättmjölk (beräknat)	Disackarider	4	4
733	Pannkaka tunn lättmjölk (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
733	Pannkaka tunn lättmjölk (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
733	Pannkaka tunn lättmjölk (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	2
733	Pannkaka tunn lättmjölk (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
733	Pannkaka tunn lättmjölk (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
733	Pannkaka tunn lättmjölk (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,1	0,1
733	Pannkaka tunn lättmjölk (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,7	0,7
733	Pannkaka tunn lättmjölk (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,2	0,2
733	Pannkaka tunn lättmjölk (beräknat)	Socker totalt	4	4
733	Pannkaka tunn lättmjölk (beräknat)	Jod	37,7	37,7
733	Pannkaka tunn lättmjölk (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
733	Pannkaka tunn lättmjölk (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
733	Pannkaka tunn lättmjölk (beräknat)	Oljesyra C18:1	2,9	2,9
733	Pannkaka tunn lättmjölk (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,1	1,2
733	Pannkaka tunn lättmjölk (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,3	0,3
733	Pannkaka tunn lättmjölk (beräknat)	Protein	7	7
733	Pannkaka tunn lättmjölk (beräknat)	Fett	6,3	6,4
733	Pannkaka tunn lättmjölk (beräknat)	Fosfor	139	139
733	Pannkaka tunn lättmjölk (beräknat)	Vitamin D	1,5	1,5
733	Pannkaka tunn lättmjölk (beräknat)	Vitamin E	2,0	2,1
733	Pannkaka tunn lättmjölk (beräknat)	β-Karoten	12	9
733	Pannkaka tunn lättmjölk (beräknat)	Aska	1	1
733	Pannkaka tunn lättmjölk (beräknat)	Vatten	67	67
733	Pannkaka tunn lättmjölk (beräknat)	Kolhydrater	17	17
733	Pannkaka tunn lättmjölk (beräknat)	Natrium	231	228
733	Pannkaka tunn lättmjölk (beräknat)	Vitamin A	57	51
733	Pannkaka tunn lättmjölk (beräknat)	Retinol	56	51
733	Pannkaka tunn lättmjölk (beräknat)	Salt	1	1
733	Pannkaka tunn lättmjölk (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,7	1,7
734	Ugnspannkaka lättmjölk (beräknat)	Disackarider	3	3
734	Ugnspannkaka lättmjölk (beräknat)	Energi (kJ)	629	634

734	Ugnspannkaka lättmjölk (beräknat)	Monosackarider	0	0
734	Ugnspannkaka lättmjölk (beräknat)	Energi (kcal)	150	152
734	Ugnspannkaka lättmjölk (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
734	Ugnspannkaka lättmjölk (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
734	Ugnspannkaka lättmjölk (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
734	Ugnspannkaka lättmjölk (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
734	Ugnspannkaka lättmjölk (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,3	0,3
734	Ugnspannkaka lättmjölk (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,8	0,8
734	Ugnspannkaka lättmjölk (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,0	0,0
734	Ugnspannkaka lättmjölk (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
734	Ugnspannkaka lättmjölk (beräknat)	Socker totalt	3	4
734	Ugnspannkaka lättmjölk (beräknat)	Jod	33,8	33,8
734	Ugnspannkaka lättmjölk (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,4	0,4
734	Ugnspannkaka lättmjölk (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,2	1,4
734	Ugnspannkaka lättmjölk (beräknat)	Oljesyra C18:1	3,4	3,4
734	Ugnspannkaka lättmjölk (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
734	Ugnspannkaka lättmjölk (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
734	Ugnspannkaka lättmjölk (beräknat)	Fosfor	126	126
734	Ugnspannkaka lättmjölk (beräknat)	Fett	7,0	7,2
734	Ugnspannkaka lättmjölk (beräknat)	Protein	6	6
734	Ugnspannkaka lättmjölk (beräknat)	β-Karoten	13	10
734	Ugnspannkaka lättmjölk (beräknat)	Vitamin E	2,3	2,4
734	Ugnspannkaka lättmjölk (beräknat)	Vitamin D	1,1	1,0
734	Ugnspannkaka lättmjölk (beräknat)	Kolhydrater	15	15
734	Ugnspannkaka lättmjölk (beräknat)	Vatten	70	69
734	Ugnspannkaka lättmjölk (beräknat)	Aska	1	1
734	Ugnspannkaka lättmjölk (beräknat)	Retinol	58	52
734	Ugnspannkaka lättmjölk (beräknat)	Vitamin A	59	53
734	Ugnspannkaka lättmjölk (beräknat)	Natrium	208	205
734	Ugnspannkaka lättmjölk (beräknat)	Salt	1	1
734	Ugnspannkaka lättmjölk (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,5	1,5
735	Ugnspannkaka mellanmjölk (beräknat)	Energi (kcal)	158	159
735	Ugnspannkaka mellanmjölk (beräknat)	Kolesterol	66	66
735	Ugnspannkaka mellanmjölk (beräknat)	Monosackarider	0	0
735	Ugnspannkaka mellanmjölk (beräknat)	Energi (kJ)	660	666
735	Ugnspannkaka mellanmjölk (beräknat)	Disackarider	3	3
735	Ugnspannkaka mellanmjölk (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
735	Ugnspannkaka mellanmjölk (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
735	Ugnspannkaka mellanmjölk (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
735	Ugnspannkaka mellanmjölk (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,1	0,1
735	Ugnspannkaka mellanmjölk (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
735	Ugnspannkaka mellanmjölk (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,1	0,1
735	Ugnspannkaka mellanmjölk (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,0	1,0
735	Ugnspannkaka mellanmjölk (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,3	0,3
735	Ugnspannkaka mellanmjölk (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
735	Ugnspannkaka mellanmjölk (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
735	Ugnspannkaka mellanmjölk (beräknat)	Vitamin B12	0,6	0,6
735	Ugnspannkaka mellanmjölk (beräknat)	Vitamin B6	0,0	0,0
735	Ugnspannkaka mellanmjölk (beräknat)	Folat	18	18
735	Ugnspannkaka mellanmjölk (beräknat)	Socker totalt	3	3

735	Ugnspannkaka mellanmjölk (beräknat)	Fullkorn totalt	3	3
735	Ugnspannkaka mellanmjölk (beräknat)	Jod	33,9	33,9
735	Ugnspannkaka mellanmjölk (beräknat)	Järn	0,5	0,5
735	Ugnspannkaka mellanmjölk (beräknat)	Kalcium	92,2	92,2
735	Ugnspannkaka mellanmjölk (beräknat)	Kalium	163	163
735	Ugnspannkaka mellanmjölk (beräknat)	Magnesium	15,4	15,4
735	Ugnspannkaka mellanmjölk (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
735	Ugnspannkaka mellanmjölk (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
735	Ugnspannkaka mellanmjölk (beräknat)	Oljesyra C18:1	3,6	3,6
735	Ugnspannkaka mellanmjölk (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,3	1,4
735	Ugnspannkaka mellanmjölk (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,4	0,4
735	Ugnspannkaka mellanmjölk (beräknat)	Protein	6	6
735	Ugnspannkaka mellanmjölk (beräknat)	Fibrer	1	1
735	Ugnspannkaka mellanmjölk (beräknat)	Fett	7,8	8,0
735	Ugnspannkaka mellanmjölk (beräknat)	Fosfor	125	125
735	Ugnspannkaka mellanmjölk (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
735	Ugnspannkaka mellanmjölk (beräknat)	Vitamin D	1,1	1,0
735	Ugnspannkaka mellanmjölk (beräknat)	Vitamin E	2,3	2,4
735	Ugnspannkaka mellanmjölk (beräknat)	β-Karoten	19	15
735	Ugnspannkaka mellanmjölk (beräknat)	Aska	1	1
735	Ugnspannkaka mellanmjölk (beräknat)	Vatten	69	69
735	Ugnspannkaka mellanmjölk (beräknat)	Kolhydrater	15	15
735	Ugnspannkaka mellanmjölk (beräknat)	Natrium	209	205
735	Ugnspannkaka mellanmjölk (beräknat)	Selen	6,7	6,7
735	Ugnspannkaka mellanmjölk (beräknat)	Zink	0,67	0,67
735	Ugnspannkaka mellanmjölk (beräknat)	Vitamin A	67	61
735	Ugnspannkaka mellanmjölk (beräknat)	Retinol	65	59
735	Ugnspannkaka mellanmjölk (beräknat)	Salt	1	1
735	Ugnspannkaka mellanmjölk (beräknat)	Vitamin C	1	1
735	Ugnspannkaka mellanmjölk (beräknat)	Riboflavin	0,2	0,2
735	Ugnspannkaka mellanmjölk (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,5	1,5
735	Ugnspannkaka mellanmjölk (beräknat)	Niacin	0,2	0,2
736	Våffla m. ägg (beräknat)	Disackarider	3	3
736	Våffla m. ägg (beräknat)	Energi (kJ)	1176	1196
736	Våffla m. ägg (beräknat)	Monosackarider	0	0
736	Våffla m. ägg (beräknat)	Kolesterol	41	41
736	Våffla m. ägg (beräknat)	Energi (kcal)	281	286
736	Våffla m. ägg (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,1	0,1
736	Våffla m. ägg (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	5	5
736	Våffla m. ägg (beräknat)	Summa mättade fettsyror	3	3
736	Våffla m. ägg (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	10	10
736	Våffla m. ägg (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,5	0,6
736	Våffla m. ägg (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,5	1,6
736	Våffla m. ägg (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,1	0,1
736	Våffla m. ägg (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
736	Våffla m. ägg (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
736	Våffla m. ägg (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
736	Våffla m. ägg (beräknat)	Socker totalt	3	3
736	Våffla m. ägg (beräknat)	Folat	16	16
736	Våffla m. ägg (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1

736	Våffla m. ägg (beräknat)	Vitamin B12	0,4	0,4
736	Våffla m. ägg (beräknat)	Magnesium	13,2	13,2
736	Våffla m. ägg (beräknat)	Kalium	149	149
736	Våffla m. ägg (beräknat)	Kalcium	119,6	119,6
736	Våffla m. ägg (beräknat)	Järn	0,4	0,4
736	Våffla m. ägg (beräknat)	Jod	30,8	30,7
736	Våffla m. ägg (beräknat)	Linolensyra C18:3	1,3	1,2
736	Våffla m. ägg (beräknat)	Linolsyra C18:2	3,5	4,0
736	Våffla m. ägg (beräknat)	Oljesyra C18:1	10,0	10,0
736	Våffla m. ägg (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
736	Våffla m. ägg (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,1	0,1
736	Våffla m. ägg (beräknat)	Fosfor	161	161
736	Våffla m. ägg (beräknat)	Fett	19,0	19,6
736	Våffla m. ägg (beräknat)	Fibrer	1	1
736	Våffla m. ägg (beräknat)	Protein	6	6
736	Våffla m. ägg (beräknat)	β-Karoten	43	30
736	Våffla m. ägg (beräknat)	Vitamin E	4,9	5,2
736	Våffla m. ägg (beräknat)	Vitamin D	1,8	1,6
736	Våffla m. ägg (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
736	Våffla m. ägg (beräknat)	Kolhydrater	22	22
736	Våffla m. ägg (beräknat)	Vatten	51	51
736	Våffla m. ägg (beräknat)	Aska	1	1
736	Våffla m. ägg (beräknat)	Retinol	81	59
736	Våffla m. ägg (beräknat)	Vitamin A	85	62
736	Våffla m. ägg (beräknat)	Zink	0,55	0,55
736	Våffla m. ägg (beräknat)	Selen	6,0	6,0
736	Våffla m. ägg (beräknat)	Natrium	276	264
736	Våffla m. ägg (beräknat)	Salt	1	1
736	Våffla m. ägg (beräknat)	Niacin	0,3	0,3
736	Våffla m. ägg (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,4	1,4
736	Våffla m. ägg (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
736	Våffla m. ägg (beräknat)	Vitamin C	1	1
737	Våffla u. ägg (beräknat)	Energi (kcal)	322	322
737	Våffla u. ägg (beräknat)	Kolesterol	61	57
737	Våffla u. ägg (beräknat)	Monosackarider	0	0
737	Våffla u. ägg (beräknat)	Energi (kJ)	1349	1348
737	Våffla u. ägg (beräknat)	Disackarider	2	2
737	Våffla u. ägg (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	7	7
737	Våffla u. ägg (beräknat)	Summa mättade fettsyror	15	15
737	Våffla u. ägg (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	2
737	Våffla u. ägg (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	1,6	1,5
737	Våffla u. ägg (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,8	0,8
737	Våffla u. ägg (beräknat)	Myristinsyra C14:0	2,2	2,1
737	Våffla u. ägg (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	7,5	7,5
737	Våffla u. ägg (beräknat)	Stearinsyra C18:0	2,2	2,2
737	Våffla u. ägg (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
737	Våffla u. ägg (beräknat)	Socker totalt	2	2
737	Våffla u. ägg (beräknat)	Jod	4,4	4,4
737	Våffla u. ägg (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
737	Våffla u. ägg (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,4	0,4

737	Våffla u. ägg (beräknat)	Oljesyra C18:1	5,9	6,2
737	Våffla u. ägg (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,0	1,1
737	Våffla u. ägg (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,3	0,4
737	Våffla u. ägg (beräknat)	Protein	3	3
737	Våffla u. ägg (beräknat)	Fett	24,9	24,8
737	Våffla u. ägg (beräknat)	Vitamin D	0,7	0,9
737	Våffla u. ägg (beräknat)	Vitamin E	1,1	1,3
737	Våffla u. ägg (beräknat)	β-Karoten	171	173
737	Våffla u. ägg (beräknat)	Aska	0	0
737	Våffla u. ägg (beräknat)	Vatten	49	49
737	Våffla u. ägg (beräknat)	Kolhydrater	21	21
737	Våffla u. ägg (beräknat)	Natrium	51	53
737	Våffla u. ägg (beräknat)	Vitamin A	223	225
737	Våffla u. ägg (beräknat)	Retinol	209	211
737	Våffla u. ägg (beräknat)	Salt	0	0
737	Våffla u. ägg (beräknat)	Niacinekvalenter	0,9	0,9
739	Fläskpannkaka (beräknat)	Disackarider	3	3
739	Fläskpannkaka (beräknat)	Energi (kJ)	818	822
739	Fläskpannkaka (beräknat)	Monosackarider	0	0
739	Fläskpannkaka (beräknat)	Kolesterol	70	70
739	Fläskpannkaka (beräknat)	Energi (kcal)	195	196
739	Fläskpannkaka (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,1	0,1
739	Fläskpannkaka (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
739	Fläskpannkaka (beräknat)	Summa mättade fettsyror	4	5
739	Fläskpannkaka (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	5	6
739	Fläskpannkaka (beräknat)	Stearinsyra C18:0	1,4	1,4
739	Fläskpannkaka (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	2,7	2,7
739	Fläskpannkaka (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,2	0,2
739	Fläskpannkaka (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
739	Fläskpannkaka (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
739	Fläskpannkaka (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
739	Fläskpannkaka (beräknat)	EPA (C20:5)	0,0	0,0
739	Fläskpannkaka (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
739	Fläskpannkaka (beräknat)	Fullkorn totalt	3	3
739	Fläskpannkaka (beräknat)	Socker totalt	3	3
739	Fläskpannkaka (beräknat)	Folat	15	15
739	Fläskpannkaka (beräknat)	Vitamin B12	0,6	0,6
739	Fläskpannkaka (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
739	Fläskpannkaka (beräknat)	Magnesium	16,1	16,1
739	Fläskpannkaka (beräknat)	Kalium	165	165
739	Fläskpannkaka (beräknat)	Kalcium	76,9	76,8
739	Fläskpannkaka (beräknat)	Järn	0,5	0,5
739	Fläskpannkaka (beräknat)	Jod	27,8	27,8
739	Fläskpannkaka (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,3	0,3
739	Fläskpannkaka (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,5	1,5
739	Fläskpannkaka (beräknat)	Oljesyra C18:1	5,0	5,0
739	Fläskpannkaka (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,3	0,3
739	Fläskpannkaka (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
739	Fläskpannkaka (beräknat)	Fosfor	146	146
739	Fläskpannkaka (beräknat)	Fett	12,8	12,9

739	Fläskpannkaka (beräknat)	Fibrer	1	1
739	Fläskpannkaka (beräknat)	Protein	7	7
739	Fläskpannkaka (beräknat)	β-Karoten	13	11
739	Fläskpannkaka (beräknat)	Vitamin E	1,7	1,8
739	Fläskpannkaka (beräknat)	Vitamin D	0,9	0,9
739	Fläskpannkaka (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
739	Fläskpannkaka (beräknat)	Kolhydrater	13	13
739	Fläskpannkaka (beräknat)	Vatten	65	65
739	Fläskpannkaka (beräknat)	Aska	2	2
739	Fläskpannkaka (beräknat)	Retinol	53	49
739	Fläskpannkaka (beräknat)	Vitamin A	54	50
739	Fläskpannkaka (beräknat)	Zink	1,32	1,32
739	Fläskpannkaka (beräknat)	Selen	7,0	7,0
739	Fläskpannkaka (beräknat)	Natrium	425	423
739	Fläskpannkaka (beräknat)	Salt	1	1
739	Fläskpannkaka (beräknat)	Niacin	0,6	0,6
739	Fläskpannkaka (beräknat)	Niacinekvivalenter	2,2	2,2
739	Fläskpannkaka (beräknat)	Riboflavin	0,2	0,2
739	Fläskpannkaka (beräknat)	Vitamin C	1	1
740	hemlagad	Energi (kcal)	149	149
740	hemlagad	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
740	hemlagad	Summa mättade fettsyror	4	4
740	hemlagad	Summa fleromättade fettsyror	1	1
740	hemlagad	Kolhydrater	11	11
740	hemlagad	Salt	1	1
741	Räkrêpe värmd fyllning 37% frysvara	Energi (kJ)	732	731
741	Räkrêpe värmd fyllning 37% frysvara	Energi (kcal)	175	175
741	Räkrêpe värmd fyllning 37% frysvara	Summa fleromättade fettsyror	2	2
741	Räkrêpe värmd fyllning 37% frysvara	Summa mättade fettsyror	2	2
741	Räkrêpe värmd fyllning 37% frysvara	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
764	Pizza Pepperoni m. rökt korv värmd frysvara	Vitamin K	7,3	7,3
765	Pizza pan pizza m. rökt griskött värmd frysvara	Energi (kJ)	1173	1173
765	Pizza pan pizza m. rökt griskött värmd frysvara	Energi (kcal)	280	280
765	Pizza pan pizza m. rökt griskött värmd frysvara	Summa fleromättade fettsyror	2	2
765	Pizza pan pizza m. rökt griskött värmd frysvara	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
765	Pizza pan pizza m. rökt griskött värmd frysvara	Summa mättade fettsyror	6	6
765	Pizza pan pizza m. rökt griskött värmd frysvara	Kolhydrater	27	27
765	Pizza pan pizza m. rökt griskött värmd frysvara	Salt	1	1
766	Pizza pan pizza m. rökt griskött restaurang	Energi (kcal)	238	238
766	Pizza pan pizza m. rökt griskött restaurang	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
766	Pizza pan pizza m. rökt griskött restaurang	Summa mättade fettsyror	4	4
766	Pizza pan pizza m. rökt griskött restaurang	Summa fleromättade fettsyror	1	1
766	Pizza pan pizza m. rökt griskött restaurang	Jod		7,0
766	Pizza pan pizza m. rökt griskött restaurang	Kolhydrater	26	26
766	Pizza pan pizza m. rökt griskött restaurang	Salt	1	2
767	Paj m. ost skinka värmd frysvara	Energi (kJ)	1333	1333
767	Paj m. ost skinka värmd frysvara	Energi (kcal)	319	319
767	Paj m. ost skinka värmd frysvara	Summa fleromättade fettsyror	2	3
767	Paj m. ost skinka värmd frysvara	Summa mättade fettsyror	10	10
767	Paj m. ost skinka värmd frysvara	Summa enkelomättade fettsyror	7	7

767	Paj m. ost skinka värmd frysvara	Kolhydrater	20	20
767	Paj m. ost skinka värmd frysvara	Salt	1	1
768	Paj m. lax spenat (beräknat)	Energi (kcal)	177	178
768	Paj m. lax spenat (beräknat)	Kolesterol	58	56
768	Paj m. lax spenat (beräknat)	Monosackarider	0	0
768	Paj m. lax spenat (beräknat)	Energi (kJ)	743	745
768	Paj m. lax spenat (beräknat)	Disackarider	2	2
768	Paj m. lax spenat (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
768	Paj m. lax spenat (beräknat)	Summa mättade fettsyror	3	3
768	Paj m. lax spenat (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
768	Paj m. lax spenat (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,3	0,2
768	Paj m. lax spenat (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,1	0,1
768	Paj m. lax spenat (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,3	0,3
768	Paj m. lax spenat (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,8	1,8
768	Paj m. lax spenat (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,5	0,5
768	Paj m. lax spenat (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
768	Paj m. lax spenat (beräknat)	EPA (C20:5)	0,0	0,0
768	Paj m. lax spenat (beräknat)	DHA (C22:6)	0,1	0,1
768	Paj m. lax spenat (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
768	Paj m. lax spenat (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
768	Paj m. lax spenat (beräknat)	Vitamin B12	0,8	0,8
768	Paj m. lax spenat (beräknat)	Folat	31	31
768	Paj m. lax spenat (beräknat)	Socker totalt	2	2
768	Paj m. lax spenat (beräknat)	Jod	37,8	37,8
768	Paj m. lax spenat (beräknat)	Järn	0,7	0,7
768	Paj m. lax spenat (beräknat)	Kalcium	110,8	110,8
768	Paj m. lax spenat (beräknat)	Kalium	274	274
768	Paj m. lax spenat (beräknat)	Magnesium	27,0	27,0
768	Paj m. lax spenat (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
768	Paj m. lax spenat (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
768	Paj m. lax spenat (beräknat)	Oljesyra C18:1	3,6	3,8
768	Paj m. lax spenat (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,1	1,3
768	Paj m. lax spenat (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,4	0,4
768	Paj m. lax spenat (beräknat)	Protein	8	8
768	Paj m. lax spenat (beräknat)	Fibrer	1	1
768	Paj m. lax spenat (beräknat)	Fett	9,8	9,9
768	Paj m. lax spenat (beräknat)	Fosfor	168	168
768	Paj m. lax spenat (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
768	Paj m. lax spenat (beräknat)	Vitamin D	1,7	1,7
768	Paj m. lax spenat (beräknat)	Vitamin E	2,5	2,6
768	Paj m. lax spenat (beräknat)	β-Karoten	669	668
768	Paj m. lax spenat (beräknat)	Aska	2	2
768	Paj m. lax spenat (beräknat)	Vatten	65	65
768	Paj m. lax spenat (beräknat)	Kolhydrater	14	14
768	Paj m. lax spenat (beräknat)	Natrium	453	453
768	Paj m. lax spenat (beräknat)	Selen	9,1	9,1
768	Paj m. lax spenat (beräknat)	Zink	0,67	0,67
768	Paj m. lax spenat (beräknat)	Vitamin A	128	126
768	Paj m. lax spenat (beräknat)	Retinol	72	70
768	Paj m. lax spenat (beräknat)	Salt	1	1

768	Paj m. lax spenat (beräknat)	Vitamin C	6	6
768	Paj m. lax spenat (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
768	Paj m. lax spenat (beräknat)	Niacinekvivalenter	3,5	3,5
768	Paj m. lax spenat (beräknat)	Niacin	1,9	1,9
769	Pizza m. räkor musslor (beräknat)	Disackarider	1	1
769	Pizza m. räkor musslor (beräknat)	Energi (kJ)	917	917
769	Pizza m. räkor musslor (beräknat)	Monosackarider	1	1
769	Pizza m. räkor musslor (beräknat)	Energi (kcal)	219	219
769	Pizza m. räkor musslor (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
769	Pizza m. räkor musslor (beräknat)	Summa mättade fettsyror	4	4
769	Pizza m. räkor musslor (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
769	Pizza m. räkor musslor (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	2,1	2,1
769	Pizza m. räkor musslor (beräknat)	Socker totalt	2	2
769	Pizza m. räkor musslor (beräknat)	Vitamin B6	0,0	0,0
769	Pizza m. räkor musslor (beräknat)	Protein	10	10
769	Pizza m. räkor musslor (beräknat)	Avfall (skal etc.)	8	8
769	Pizza m. räkor musslor (beräknat)	Salt	1	1
770	Vol-au-vent m. räkstuvning (beräknat)	Energi (kcal)	253	249
770	Vol-au-vent m. räkstuvning (beräknat)	Kolesterol	62	56
770	Vol-au-vent m. räkstuvning (beräknat)	Monosackarider	0	0
770	Vol-au-vent m. räkstuvning (beräknat)	Energi (kJ)	1058	1043
770	Vol-au-vent m. räkstuvning (beräknat)	Disackarider	7	8
770	Vol-au-vent m. räkstuvning (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
770	Vol-au-vent m. räkstuvning (beräknat)	Summa mättade fettsyror	7	6
770	Vol-au-vent m. räkstuvning (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
770	Vol-au-vent m. räkstuvning (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,6	0,4
770	Vol-au-vent m. räkstuvning (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,3	0,3
770	Vol-au-vent m. räkstuvning (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,8	0,6
770	Vol-au-vent m. räkstuvning (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	3,6	3,4
770	Vol-au-vent m. räkstuvning (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,9	0,8
770	Vol-au-vent m. räkstuvning (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
770	Vol-au-vent m. räkstuvning (beräknat)	EPA (C20:5)	0,0	0,0
770	Vol-au-vent m. räkstuvning (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
770	Vol-au-vent m. räkstuvning (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
770	Vol-au-vent m. räkstuvning (beräknat)	Vitamin B6	0,0	0,0
770	Vol-au-vent m. räkstuvning (beräknat)	Vitamin B12	0,8	0,8
770	Vol-au-vent m. räkstuvning (beräknat)	Folat	10	10
770	Vol-au-vent m. räkstuvning (beräknat)	Socker totalt	8	8
770	Vol-au-vent m. räkstuvning (beräknat)	Jod	40,8	40,8
770	Vol-au-vent m. räkstuvning (beräknat)	Järn	0,3	0,3
770	Vol-au-vent m. räkstuvning (beräknat)	Kalcium	23,2	23,8
770	Vol-au-vent m. räkstuvning (beräknat)	Kalium	78	79
770	Vol-au-vent m. räkstuvning (beräknat)	Magnesium	14,8	14,9
770	Vol-au-vent m. räkstuvning (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
770	Vol-au-vent m. räkstuvning (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,2	0,1
770	Vol-au-vent m. räkstuvning (beräknat)	Oljesyra C18:1	4,8	5,1
770	Vol-au-vent m. räkstuvning (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,4	1,6
770	Vol-au-vent m. räkstuvning (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,5	0,5
770	Vol-au-vent m. räkstuvning (beräknat)	Protein	6	6
770	Vol-au-vent m. räkstuvning (beräknat)	Fibrer	1	1

770	Vol-au-vent m. räkstuvning (beräknat)	Fett	14,5	14,0
770	Vol-au-vent m. räkstuvning (beräknat)	Fosfor	71	72
770	Vol-au-vent m. räkstuvning (beräknat)	Tiamin	0,0	0,0
770	Vol-au-vent m. räkstuvning (beräknat)	Vitamin D	0,7	0,8
770	Vol-au-vent m. räkstuvning (beräknat)	Vitamin E	2,5	2,7
770	Vol-au-vent m. räkstuvning (beräknat)	β-Karoten	95	90
770	Vol-au-vent m. räkstuvning (beräknat)	Aska	2	2
770	Vol-au-vent m. räkstuvning (beräknat)	Vatten	52	53
770	Vol-au-vent m. räkstuvning (beräknat)	Kolhydrater	24	24
770	Vol-au-vent m. räkstuvning (beräknat)	Natrium	546	548
770	Vol-au-vent m. räkstuvning (beräknat)	Selen	7,9	7,9
770	Vol-au-vent m. räkstuvning (beräknat)	Zink	0,44	0,45
770	Vol-au-vent m. räkstuvning (beräknat)	Vitamin A	117	112
770	Vol-au-vent m. räkstuvning (beräknat)	Retinol	110	105
770	Vol-au-vent m. räkstuvning (beräknat)	Salt	1	1
770	Vol-au-vent m. räkstuvning (beräknat)	Fritt socker	7	7
770	Vol-au-vent m. räkstuvning (beräknat)	Vitamin C	2	2
770	Vol-au-vent m. räkstuvning (beräknat)	Riboflavin	0,0	0,0
770	Vol-au-vent m. räkstuvning (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,6	1,7
770	Vol-au-vent m. räkstuvning (beräknat)	Niacin	0,5	0,5
771	Paj m. skaldjur värmd frysvara	Energi (kJ)	1282	1282
771	Paj m. skaldjur värmd frysvara	Energi (kcal)	306	306
771	Paj m. skaldjur värmd frysvara	Summa fleromättade fettsyror	2	2
771	Paj m. skaldjur värmd frysvara	Summa mättade fettsyror	10	10
771	Paj m. skaldjur värmd frysvara	Summa enkelomättade fettsyror	7	7
771	Paj m. skaldjur värmd frysvara	Kolhydrater	22	22
793	Matmuffins grov fullkorn m. getost fårost broccoli spenat saltorkade tomater	Protein	9	10
793	Matmuffins grov fullkorn m. getost fårost broccoli spenat saltorkade tomater	Vitamin A	94	94
793	Matmuffins grov fullkorn m. getost fårost broccoli spenat saltorkade tomater	Salt	2	2
795	hårdost (beräknat)	Monosackarider	3	3
795	hårdost (beräknat)	Energi (kJ)	638	638
795	hårdost (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
795	hårdost (beräknat)	Summa mättade fettsyror	4	4
795	hårdost (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
795	hårdost (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	2,1	2,1
795	hårdost (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
795	hårdost (beräknat)	Jod	32,6	31,6
795	hårdost (beräknat)	Protein	11	11
795	hårdost (beräknat)	Energi (kcal)	152	152
795	hårdost (beräknat)	Avfall (skal etc.)	0	0
795	hårdost (beräknat)	Salt	2	2
796	(beräknat)	Disackarider	2	2
796	(beräknat)	Energi (kJ)	982	982
796	(beräknat)	Monosackarider	0	0
796	(beräknat)	Kolesterol	75	69
796	(beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,8	0,6
796	(beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
796	(beräknat)	Summa mättade fettsyror	8	7

796	(beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
796	(beräknat)	Stearinsyra C18:0	1,1	1,0
796	(beräknat)	Palmitinsyra C16:0	4,1	4,1
796	(beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,9	0,7
796	(beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,4	0,4
796	(beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
796	(beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
796	(beräknat)	Linolensyra C18:3	0,4	0,5
796	(beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
796	(beräknat)	Fullkorn totalt	4	4
796	(beräknat)	Socker totalt	2	2
796	(beräknat)	Folat	16	16
796	(beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
796	(beräknat)	Vitamin B12	0,6	0,6
796	(beräknat)	Magnesium	18,8	18,8
796	(beräknat)	Kalium	153	153
796	(beräknat)	Kalcium	138,4	138,4
796	(beräknat)	Järn	0,6	0,6
796	(beräknat)	Jod	30,0	29,3
796	(beräknat)	Linolsyra C18:2	1,3	1,5
796	(beräknat)	Oljesyra C18:1	4,9	5,3
796	(beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,2	0,1
796	(beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
796	(beräknat)	Fosfor	169	169
796	(beräknat)	Fett	15,6	15,6
796	(beräknat)	Fibrer	1	1
796	(beräknat)	Protein	10	10
796	(beräknat)	β-Karoten	68	69
796	(beräknat)	Vitamin E	2,0	2,3
796	(beräknat)	Vitamin D	1,1	1,3
796	(beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
796	(beräknat)	Kolhydrater	13	13
796	(beräknat)	Vatten	58	58
796	(beräknat)	Energi (kcal)	235	235
796	(beräknat)	Aska	2	2
796	(beräknat)	Retinol	143	144
796	(beräknat)	Vitamin A	149	150
796	(beräknat)	Zink	1,33	1,33
796	(beräknat)	Selen	6,8	6,8
796	(beräknat)	Natrium	515	517
796	(beräknat)	Salt	1	1
796	(beräknat)	Niacin	0,6	0,6
796	(beräknat)	Niacinekvivalenter	2,7	2,7
796	(beräknat)	Riboflavin	0,2	0,2
796	(beräknat)	Vitamin C	1	1
797	Smörgåstårta el. landgång (beräknat)	Monosackarider	1	1
797	Smörgåstårta el. landgång (beräknat)	Energi (kJ)	995	995
797	Smörgåstårta el. landgång (beräknat)	Disackarider	2	2
797	Smörgåstårta el. landgång (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	8	8
797	Smörgåstårta el. landgång (beräknat)	Summa mättade fettsyror	5	5

797	Smörgåstårta el. landgång (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
797	Smörgåstårta el. landgång (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
797	Smörgåstårta el. landgång (beräknat)	Socker totalt	2	2
797	Smörgåstårta el. landgång (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,6	1,6
797	Smörgåstårta el. landgång (beräknat)	Protein	9	9
797	Smörgåstårta el. landgång (beräknat)	Energi (kcal)	238	237
797	Smörgåstårta el. landgång (beräknat)	Kolhydrater	15	15
797	Smörgåstårta el. landgång (beräknat)	Vitamin A	69	69
797	Smörgåstårta el. landgång (beräknat)	Salt	1	1
804	Råris kokt m. salt	Energi (kJ)	448	448
804	Råris kokt m. salt	Jod		22,0
804	Råris kokt m. salt	Energi (kcal)	107	107
814	restaurang	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
814	restaurang	Summa mättade fettsyror	0	0
814	restaurang	Summa fleromättade fettsyror	0	0
848	Pasta fullkorn okokt	Salt	0	0
852	Pasta färsk m. ägg	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
852	Pasta färsk m. ägg	Summa mättade fettsyror	0	0
852	Pasta färsk m. ägg	Summa fleromättade fettsyror	0	0
852	Pasta färsk m. ägg	Jod		8,0
852	Pasta färsk m. ägg	Protein	5	5
852	Pasta färsk m. ägg	Salt	1	1
853	Stuvade makaroner (beräknat)	Disackarider	4	4
853	Stuvade makaroner (beräknat)	Energi (kJ)	519	519
853	Stuvade makaroner (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
853	Stuvade makaroner (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
853	Stuvade makaroner (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
853	Stuvade makaroner (beräknat)	Protein	5	5
853	Stuvade makaroner (beräknat)	Energi (kcal)	124	124
853	Stuvade makaroner (beräknat)	Salt	1	1
856	Pastagrätäng makaronipudding (beräknat)	Kolesterol	47	47
856	Pastagrätäng makaronipudding (beräknat)	Monosackarider	0	0
856	Pastagrätäng makaronipudding (beräknat)	Energi (kJ)	544	539
856	Pastagrätäng makaronipudding (beräknat)	Disackarider	2	2
856	Pastagrätäng makaronipudding (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
856	Pastagrätäng makaronipudding (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
856	Pastagrätäng makaronipudding (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	0
856	Pastagrätäng makaronipudding (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,2	0,2
856	Pastagrätäng makaronipudding (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,1	0,1
856	Pastagrätäng makaronipudding (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,2	0,2
856	Pastagrätäng makaronipudding (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,1	1,1
856	Pastagrätäng makaronipudding (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,4	0,4
856	Pastagrätäng makaronipudding (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
856	Pastagrätäng makaronipudding (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
856	Pastagrätäng makaronipudding (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
856	Pastagrätäng makaronipudding (beräknat)	EPA (C20:5)	0,0	0,0
856	Pastagrätäng makaronipudding (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
856	Pastagrätäng makaronipudding (beräknat)	Vitamin B12	0,5	0,4
856	Pastagrätäng makaronipudding (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
856	Pastagrätäng makaronipudding (beräknat)	Folat	13	13

856	Pastagratäng makaronipudding (beräknat)	Socker totalt	2	2
856	Pastagratäng makaronipudding (beräknat)	Jod	40,8	40,7
856	Pastagratäng makaronipudding (beräknat)	Järn	0,5	0,5
856	Pastagratäng makaronipudding (beräknat)	Kalcium	86,6	86,6
856	Pastagratäng makaronipudding (beräknat)	Kalium	114	115
856	Pastagratäng makaronipudding (beräknat)	Magnesium	16,0	15,9
856	Pastagratäng makaronipudding (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
856	Pastagratäng makaronipudding (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
856	Pastagratäng makaronipudding (beräknat)	Oljesyra C18:1	1,5	1,4
856	Pastagratäng makaronipudding (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,4	0,4
856	Pastagratäng makaronipudding (beräknat)	Protein	8	8
856	Pastagratäng makaronipudding (beräknat)	Fibrer	1	1
856	Pastagratäng makaronipudding (beräknat)	Fett	4,7	4,6
856	Pastagratäng makaronipudding (beräknat)	Fosfor	120	120
856	Pastagratäng makaronipudding (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
856	Pastagratäng makaronipudding (beräknat)	Vitamin D	0,5	0,5
856	Pastagratäng makaronipudding (beräknat)	Vitamin E	0,8	0,8
856	Pastagratäng makaronipudding (beräknat)	β-Karoten	24	24
856	Pastagratäng makaronipudding (beräknat)	Aska	2	2
856	Pastagratäng makaronipudding (beräknat)	Energi (kcal)	130	129
856	Pastagratäng makaronipudding (beräknat)	Vatten	71	71
856	Pastagratäng makaronipudding (beräknat)	Kolhydrater	13	13
856	Pastagratäng makaronipudding (beräknat)	Natrium	476	471
856	Pastagratäng makaronipudding (beräknat)	Selen	4,0	4,1
856	Pastagratäng makaronipudding (beräknat)	Zink	0,97	0,94
856	Pastagratäng makaronipudding (beräknat)	Vitamin A	44	44
856	Pastagratäng makaronipudding (beräknat)	Retinol	42	42
856	Pastagratäng makaronipudding (beräknat)	Salt	1	1
856	Pastagratäng makaronipudding (beräknat)	Tillsatt socker	0	0
856	Pastagratäng makaronipudding (beräknat)	Fritt socker	0	0
856	Pastagratäng makaronipudding (beräknat)	Vitamin C	1	2
856	Pastagratäng makaronipudding (beräknat)	Riboflavin	0,2	0,2
856	Pastagratäng makaronipudding (beräknat)	Niacinekvivalenter	2,4	2,4
856	Pastagratäng makaronipudding (beräknat)	Niacin	0,8	0,8
858	Spagetti m. köttfärssås (beräknat)	Disackarider	1	1
858	Spagetti m. köttfärssås (beräknat)	Energi (kJ)	535	537
858	Spagetti m. köttfärssås (beräknat)	Monosackarider	1	1
858	Spagetti m. köttfärssås (beräknat)	Kolesterol	11	11
858	Spagetti m. köttfärssås (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
858	Spagetti m. köttfärssås (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
858	Spagetti m. köttfärssås (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
858	Spagetti m. köttfärssås (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
858	Spagetti m. köttfärssås (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,3	0,3
858	Spagetti m. köttfärssås (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,6	0,6
858	Spagetti m. köttfärssås (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,1	0,1
858	Spagetti m. köttfärssås (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
858	Spagetti m. köttfärssås (beräknat)	EPA (C20:5)	0,0	0,0
858	Spagetti m. köttfärssås (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
858	Spagetti m. köttfärssås (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
858	Spagetti m. köttfärssås (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0

858	Spagetti m. köttfärssås (beräknat)	Socker totalt	2	2
858	Spagetti m. köttfärssås (beräknat)	Folat	7	7
858	Spagetti m. köttfärssås (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
858	Spagetti m. köttfärssås (beräknat)	Vitamin B12	0,2	0,2
858	Spagetti m. köttfärssås (beräknat)	Magnesium	17,9	17,9
858	Spagetti m. köttfärssås (beräknat)	Kalium	118	118
858	Spagetti m. köttfärssås (beräknat)	Kalcium	13,8	13,8
858	Spagetti m. köttfärssås (beräknat)	Järn	0,8	0,8
858	Spagetti m. köttfärssås (beräknat)	Jod	24,3	24,3
858	Spagetti m. köttfärssås (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,4	0,4
858	Spagetti m. köttfärssås (beräknat)	Oljesyra C18:1	1,3	1,3
858	Spagetti m. köttfärssås (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
858	Spagetti m. köttfärssås (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
858	Spagetti m. köttfärssås (beräknat)	Fosfor	71	71
858	Spagetti m. köttfärssås (beräknat)	Fett	3,3	3,3
858	Spagetti m. köttfärssås (beräknat)	Fibrer	2	2
858	Spagetti m. köttfärssås (beräknat)	Protein	7	7
858	Spagetti m. köttfärssås (beräknat)	β-Karoten	107	107
858	Spagetti m. köttfärssås (beräknat)	Vitamin E	0,8	0,8
858	Spagetti m. köttfärssås (beräknat)	Vitamin D	0,1	0,1
858	Spagetti m. köttfärssås (beräknat)	Tiamin	0,0	0,0
858	Spagetti m. köttfärssås (beräknat)	Kolhydrater	17	17
858	Spagetti m. köttfärssås (beräknat)	Vatten	70	70
858	Spagetti m. köttfärssås (beräknat)	Avfall (skal etc.)	1	0
858	Spagetti m. köttfärssås (beräknat)	Energi (kcal)	128	128
858	Spagetti m. köttfärssås (beräknat)	Aska	1	1
858	Spagetti m. köttfärssås (beräknat)	Retinol	4	3
858	Spagetti m. köttfärssås (beräknat)	Vitamin A	14	13
858	Spagetti m. köttfärssås (beräknat)	Zink	1,16	1,16
858	Spagetti m. köttfärssås (beräknat)	Selen	1,0	1,0
858	Spagetti m. köttfärssås (beräknat)	Natrium	432	431
858	Spagetti m. köttfärssås (beräknat)	Fritt socker	0	0
858	Spagetti m. köttfärssås (beräknat)	Tillsatt socker	0	0
858	Spagetti m. köttfärssås (beräknat)	Salt	1	1
858	Spagetti m. köttfärssås (beräknat)	Niacin	1,4	1,4
858	Spagetti m. köttfärssås (beräknat)	Niacinekvivalenter	2,6	2,6
858	Spagetti m. köttfärssås (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
858	Spagetti m. köttfärssås (beräknat)	Vitamin C	2	2
861	Ravioli m. sås frysvara el. konserv.	Salt	1	1
862	Tortellini m. kött	Summa fleromättade fettsyror	1	1
862	Tortellini m. kött	Summa mättade fettsyror	1	2
862	Tortellini m. kött	Protein	6	6
862	Tortellini m. kött	Salt	1	1
866	Lasagne m. spenat chèvre veg. (beräknat)	Kolesterol	16	17
866	Lasagne m. spenat chèvre veg. (beräknat)	Monosackarider	1	1
866	Lasagne m. spenat chèvre veg. (beräknat)	Energi (kJ)	601	602
866	Lasagne m. spenat chèvre veg. (beräknat)	Disackarider	2	2
866	Lasagne m. spenat chèvre veg. (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
866	Lasagne m. spenat chèvre veg. (beräknat)	Summa mättade fettsyror	4	4
866	Lasagne m. spenat chèvre veg. (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1

866	Lasagne m. spenat chèvre veg. (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,6	0,6
866	Lasagne m. spenat chèvre veg. (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,2	0,2
866	Lasagne m. spenat chèvre veg. (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,5	0,5
866	Lasagne m. spenat chèvre veg. (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,5	1,5
866	Lasagne m. spenat chèvre veg. (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,6	0,6
866	Lasagne m. spenat chèvre veg. (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
866	Lasagne m. spenat chèvre veg. (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
866	Lasagne m. spenat chèvre veg. (beräknat)	Vitamin B12	0,2	0,2
866	Lasagne m. spenat chèvre veg. (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
866	Lasagne m. spenat chèvre veg. (beräknat)	Folat	25	25
866	Lasagne m. spenat chèvre veg. (beräknat)	Socker totalt	3	3
866	Lasagne m. spenat chèvre veg. (beräknat)	Jod	60,0	59,9
866	Lasagne m. spenat chèvre veg. (beräknat)	Järn	0,7	0,7
866	Lasagne m. spenat chèvre veg. (beräknat)	Kalcium	110,7	110,7
866	Lasagne m. spenat chèvre veg. (beräknat)	Kalium	219	219
866	Lasagne m. spenat chèvre veg. (beräknat)	Magnesium	24,8	24,8
866	Lasagne m. spenat chèvre veg. (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
866	Lasagne m. spenat chèvre veg. (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
866	Lasagne m. spenat chèvre veg. (beräknat)	Oljesyra C18:1	2,1	2,1
866	Lasagne m. spenat chèvre veg. (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,7	0,7
866	Lasagne m. spenat chèvre veg. (beräknat)	Protein	7	7
866	Lasagne m. spenat chèvre veg. (beräknat)	Fibrer	2	2
866	Lasagne m. spenat chèvre veg. (beräknat)	Fett	7,1	7,1
866	Lasagne m. spenat chèvre veg. (beräknat)	Fosfor	113	113
866	Lasagne m. spenat chèvre veg. (beräknat)	Tiamin	0,0	0,0
866	Lasagne m. spenat chèvre veg. (beräknat)	Vitamin D	0,4	0,4
866	Lasagne m. spenat chèvre veg. (beräknat)	Vitamin E	1,2	1,2
866	Lasagne m. spenat chèvre veg. (beräknat)	β-Karoten	727	727
866	Lasagne m. spenat chèvre veg. (beräknat)	Aska	2	2
866	Lasagne m. spenat chèvre veg. (beräknat)	Energi (kcal)	143	144
866	Lasagne m. spenat chèvre veg. (beräknat)	Vatten	70	70
866	Lasagne m. spenat chèvre veg. (beräknat)	Kolhydrater	12	12
866	Lasagne m. spenat chèvre veg. (beräknat)	Natrium	576	576
866	Lasagne m. spenat chèvre veg. (beräknat)	Selen	2,5	2,5
866	Lasagne m. spenat chèvre veg. (beräknat)	Zink	0,65	0,65
866	Lasagne m. spenat chèvre veg. (beräknat)	Vitamin A	109	110
866	Lasagne m. spenat chèvre veg. (beräknat)	Retinol	49	49
866	Lasagne m. spenat chèvre veg. (beräknat)	Salt	1	1
866	Lasagne m. spenat chèvre veg. (beräknat)	Tillsatt socker	0	0
866	Lasagne m. spenat chèvre veg. (beräknat)	Fritt socker	0	0
866	Lasagne m. spenat chèvre veg. (beräknat)	Vitamin C	3	3
866	Lasagne m. spenat chèvre veg. (beräknat)	Riboflavin	0,2	0,2
866	Lasagne m. spenat chèvre veg. (beräknat)	Niacinekvalenter	1,9	1,9
866	Lasagne m. spenat chèvre veg. (beräknat)	Niacin	0,5	0,5
867	Pastagratäng makaronipudding veg. (beräknat)	Disackarider	2	2
867	Pastagratäng makaronipudding veg. (beräknat)	Energi (kJ)	515	516
867	Pastagratäng makaronipudding veg. (beräknat)	Monosackarider	0	0
867	Pastagratäng makaronipudding veg. (beräknat)	Kolesterol	45	45
867	Pastagratäng makaronipudding veg. (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,2	0,2
867	Pastagratäng makaronipudding veg. (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0

867	Pastagrätäng makaronipudding veg. (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
867	Pastagrätäng makaronipudding veg. (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
867	Pastagrätäng makaronipudding veg. (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,3	0,3
867	Pastagrätäng makaronipudding veg. (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,9	0,9
867	Pastagrätäng makaronipudding veg. (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,2	0,2
867	Pastagrätäng makaronipudding veg. (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,1	0,1
867	Pastagrätäng makaronipudding veg. (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
867	Pastagrätäng makaronipudding veg. (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
867	Pastagrätäng makaronipudding veg. (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
867	Pastagrätäng makaronipudding veg. (beräknat)	Socker totalt	2	2
867	Pastagrätäng makaronipudding veg. (beräknat)	Folat	14	14
867	Pastagrätäng makaronipudding veg. (beräknat)	Vitamin B6	0,0	0,0
867	Pastagrätäng makaronipudding veg. (beräknat)	Vitamin B12	0,4	0,4
867	Pastagrätäng makaronipudding veg. (beräknat)	Magnesium	15,6	15,6
867	Pastagrätäng makaronipudding veg. (beräknat)	Kalium	102	102
867	Pastagrätäng makaronipudding veg. (beräknat)	Kalcium	97,1	97,1
867	Pastagrätäng makaronipudding veg. (beräknat)	Järn	0,5	0,5
867	Pastagrätäng makaronipudding veg. (beräknat)	Jod	46,3	46,3
867	Pastagrätäng makaronipudding veg. (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,4	0,4
867	Pastagrätäng makaronipudding veg. (beräknat)	Oljesyra C18:1	1,1	1,1
867	Pastagrätäng makaronipudding veg. (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
867	Pastagrätäng makaronipudding veg. (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
867	Pastagrätäng makaronipudding veg. (beräknat)	Fosfor	112	112
867	Pastagrätäng makaronipudding veg. (beräknat)	Fett	3,9	3,9
867	Pastagrätäng makaronipudding veg. (beräknat)	Fibrer	1	1
867	Pastagrätäng makaronipudding veg. (beräknat)	Protein	6	6
904	Ärtsoppa veg. (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
904	Ärtsoppa veg. (beräknat)	Protein	5	5
904	Ärtsoppa veg. (beräknat)	Avfall (skal etc.)	1	1
904	Ärtsoppa veg. (beräknat)	Kolhydrater	12	12
904	Ärtsoppa veg. (beräknat)	Salt	1	1
905	Tofu fast	Salt	0	0
908	Miso sojaböns pasta fermenterad	Salt	11	11
909	Sojasås	Salt	15	15
910	Sojasås söt	Disackarider	23	23
910	Sojasås söt	Socker totalt	34	35
910	Sojasås söt	Vitamin A	5	5
911	Korv veg. sojakorv konserv. fett 15%	Jod		0,0
911	Korv veg. sojakorv konserv. fett 15%	Salt	0	0
912	Glass sojaglass mjölkfri fett 11%	Summa fleromättade fettsyror	3	3
912	Glass sojaglass mjölkfri fett 11%	Summa mättade fettsyror	4	4
912	Glass sojaglass mjölkfri fett 11%	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
912	Glass sojaglass mjölkfri fett 11%	Salt	0	0
915	Sojabönsbiff stekt (beräknat)	Energi (kJ)	749	755
915	Sojabönsbiff stekt (beräknat)	Disackarider	1	1
915	Sojabönsbiff stekt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
915	Sojabönsbiff stekt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
915	Sojabönsbiff stekt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	3	3
915	Sojabönsbiff stekt (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
915	Sojabönsbiff stekt (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0

915	Sojabönsbiff stekt (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,0	0,0
915	Sojabönsbiff stekt (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,8	0,8
915	Sojabönsbiff stekt (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,3	0,3
915	Sojabönsbiff stekt (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,6	0,6
915	Sojabönsbiff stekt (beräknat)	Socker totalt	2	2
915	Sojabönsbiff stekt (beräknat)	Jod	88,0	88,0
915	Sojabönsbiff stekt (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
915	Sojabönsbiff stekt (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
915	Sojabönsbiff stekt (beräknat)	Oljesyra C18:1	4,0	4,0
915	Sojabönsbiff stekt (beräknat)	Linolsyra C18:2	2,4	2,6
915	Sojabönsbiff stekt (beräknat)	Protein	7	7
915	Sojabönsbiff stekt (beräknat)	Fett	9,0	9,2
915	Sojabönsbiff stekt (beräknat)	Fosfor	127	127
915	Sojabönsbiff stekt (beräknat)	Vitamin D	0,7	0,6
915	Sojabönsbiff stekt (beräknat)	Vitamin E	2,1	2,3
915	Sojabönsbiff stekt (beräknat)	β-Karoten	21	17
915	Sojabönsbiff stekt (beräknat)	Aska	3	3
915	Sojabönsbiff stekt (beräknat)	Energi (kcal)	179	180
915	Sojabönsbiff stekt (beräknat)	Avfall (skal etc.)	2	2
915	Sojabönsbiff stekt (beräknat)	Vatten	62	62
915	Sojabönsbiff stekt (beräknat)	Kolhydrater	16	16
915	Sojabönsbiff stekt (beräknat)	Natrium	695	691
915	Sojabönsbiff stekt (beräknat)	Vitamin A	43	36
915	Sojabönsbiff stekt (beräknat)	Retinol	42	34
915	Sojabönsbiff stekt (beräknat)	Salt	2	2
915	Sojabönsbiff stekt (beräknat)	Niacinekvivalenter	2,4	2,4
947	Nöt oxbringa rå	Salt	0	0
948	Nöt oxbringa rimmad rå	Summa enkelomättade fettsyror	6	6
948	Nöt oxbringa rimmad rå	Summa mättade fettsyror	7	7
948	Nöt oxbringa rimmad rå	Summa fleromättade fettsyror	1	1
948	Nöt oxbringa rimmad rå	Salt	3	3
949	Nöt oxfilé rå	Summa fleromättade fettsyror	0	0
949	Nöt oxfilé rå	Summa mättade fettsyror	2	2
949	Nöt oxfilé rå	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
949	Nöt oxfilé rå	Protein	22	22
949	Nöt oxfilé rå	Salt	0	0
950	Nöt fransyska rå	Summa mättade fettsyror	2	2
950	Nöt fransyska rå	Summa fleromättade fettsyror	0	0
950	Nöt fransyska rå	Salt	0	0
951	Nöt färs rå fett 10%	Summa fleromättade fettsyror	1	1
951	Nöt färs rå fett 10%	Summa mättade fettsyror	5	5
951	Nöt färs rå fett 10%	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
951	Nöt färs rå fett 10%	Protein	20	20
951	Nöt färs rå fett 10%	Vitamin K	8,1	8,1
951	Nöt färs rå fett 10%	Salt	0	0
953	Nöt högrek rå fett bortskuret	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
953	Nöt högrek rå fett bortskuret	Summa mättade fettsyror	3	3
953	Nöt högrek rå fett bortskuret	Summa fleromättade fettsyror	0	0
953	Nöt högrek rå fett bortskuret	Protein	21	21
953	Nöt högrek rå fett bortskuret	Vitamin K	4,8	4,8

953	Nöt högrev rå fett bortskuret	Salt	0	0
954	Nöt innanlår rå	Energi (kJ)	478	464
954	Nöt innanlår rå	Summa fleromättade fettsyror	0	0
954	Nöt innanlår rå	Summa mättade fettsyror	1	1
954	Nöt innanlår rå	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
954	Nöt innanlår rå	Protein	24	24
954	Nöt innanlår rå	Energi (kcal)	114	111
954	Nöt innanlår rå	Salt	0	0
955	Nöt lägg rå	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
955	Nöt lägg rå	Summa mättade fettsyror	1	1
955	Nöt lägg rå	Summa fleromättade fettsyror	0	0
955	Nöt lägg rå	Jod		2,7
955	Nöt lägg rå	Salt	0	0
956	Nöt bog el. mörgpipa rå	Summa fleromättade fettsyror	0	0
956	Nöt bog el. mörgpipa rå	Summa mättade fettsyror	2	2
956	Nöt bog el. mörgpipa rå	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
956	Nöt bog el. mörgpipa rå	Salt	0	0
957	Nöt rostbiff rå	Energi (kJ)	521	504
957	Nöt rostbiff rå	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
957	Nöt rostbiff rå	Summa mättade fettsyror	1	1
957	Nöt rostbiff rå	Summa fleromättade fettsyror	0	0
957	Nöt rostbiff rå	Protein	23	23
957	Nöt rostbiff rå	Vitamin K	3,6	3,6
957	Nöt rostbiff rå	Energi (kcal)	125	121
986	Gris stekfläsk sida skiva rå m. svål	Salt	0	0
987	Gris flintastek rå m. svål	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
987	Gris flintastek rå m. svål	Summa mättade fettsyror	6	6
987	Gris flintastek rå m. svål	Summa fleromättade fettsyror	1	1
987	Gris flintastek rå m. svål	Jod		0,0
987	Gris flintastek rå m. svål	Salt	0	0
988	Gris skinka innanlår rå	Summa fleromättade fettsyror	0	0
988	Gris skinka innanlår rå	Summa mättade fettsyror	1	1
988	Gris skinka innanlår rå	Salt	0	0
989	Gris skinka fransyska rå	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
989	Gris skinka fransyska rå	Summa mättade fettsyror	1	1
989	Gris skinka fransyska rå	Summa fleromättade fettsyror	0	0
989	Gris skinka fransyska rå	Salt	0	0
990	Gris skinka ytterlår rå	Summa fleromättade fettsyror	1	1
990	Gris skinka ytterlår rå	Summa mättade fettsyror	2	2
990	Gris skinka ytterlår rå	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
990	Gris skinka ytterlår rå	Salt	0	0
991	Gris sidfläsk el. stekfläsk skivor rimmat rå	Summa enkelomättade fettsyror	14	14
991	Gris sidfläsk el. stekfläsk skivor rimmat rå	Summa mättade fettsyror	15	15
991	Gris sidfläsk el. stekfläsk skivor rimmat rå	Summa fleromättade fettsyror	4	4
992	Gris färs rå fett 8%	Summa fleromättade fettsyror	1	1
992	Gris färs rå fett 8%	Summa mättade fettsyror	3	3
992	Gris färs rå fett 8%	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
992	Gris färs rå fett 8%	Salt	0	0
995	Älg skav rå frysvara	Salt	0	0
996	Nöt oxsvans rå fett bortskuret	Summa fleromättade fettsyror	0	0

996	Nöt oxsvans rå fett bortskuret	Summa mättade fettsyror	5	5
996	Nöt oxsvans rå fett bortskuret	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
996	Nöt oxsvans rå fett bortskuret	Jod		2,7
996	Nöt oxsvans rå fett bortskuret	Salt	0	0
1027	Gris lägg kokt m. salt u. svål (beräknat)	Avfall (skal etc.)	77	64
1027	Gris lägg kokt m. salt u. svål (beräknat)	Salt	1	1
1028	Gris kött grillat (beräknat)	Kolesterol	67	67
1028	Gris kött grillat (beräknat)	Energi (kJ)	765	751
1028	Gris kött grillat (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
1028	Gris kött grillat (beräknat)	Summa mättade fettsyror	4	4
1028	Gris kött grillat (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1028	Gris kött grillat (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
1028	Gris kött grillat (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
1028	Gris kött grillat (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,2	0,2
1028	Gris kött grillat (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	2,6	2,5
1028	Gris kött grillat (beräknat)	Stearinsyra C18:0	1,5	1,5
1028	Gris kött grillat (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,0	0,0
1028	Gris kött grillat (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
1028	Gris kött grillat (beräknat)	EPA (C20:5)	0,0	0,0
1028	Gris kött grillat (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
1028	Gris kött grillat (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
1028	Gris kött grillat (beräknat)	Vitamin B12	0,6	0,6
1028	Gris kött grillat (beräknat)	Vitamin B6	0,5	0,6
1028	Gris kött grillat (beräknat)	Folat	4	5
1028	Gris kött grillat (beräknat)	Jod	13,0	13,5
1028	Gris kött grillat (beräknat)	Järn	1,5	1,7
1028	Gris kött grillat (beräknat)	Kalcium	10,5	9,8
1028	Gris kött grillat (beräknat)	Kalium	300	311
1028	Gris kött grillat (beräknat)	Magnesium	29,1	32,0
1028	Gris kött grillat (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1028	Gris kött grillat (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,3	0,3
1028	Gris kött grillat (beräknat)	Oljesyra C18:1	3,7	3,6
1028	Gris kött grillat (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,9	0,8
1028	Gris kött grillat (beräknat)	Protein	23	23
1028	Gris kött grillat (beräknat)	Fett	10,3	9,9
1028	Gris kött grillat (beräknat)	Fosfor	211	229
1028	Gris kött grillat (beräknat)	Vitamin D	0,6	0,6
1028	Gris kött grillat (beräknat)	Vitamin E	0,5	0,5
1028	Gris kött grillat (beräknat)	Aska	2	2
1028	Gris kött grillat (beräknat)	Energi (kcal)	183	179
1028	Gris kött grillat (beräknat)	Avfall (skal etc.)	22	22
1028	Gris kött grillat (beräknat)	Vatten	66	66
1028	Gris kött grillat (beräknat)	Natrium	174	178
1028	Gris kött grillat (beräknat)	Selen	11,8	12,2
1028	Gris kött grillat (beräknat)	Zink	2,86	2,90
1028	Gris kött grillat (beräknat)	Vitamin A	11	11
1028	Gris kött grillat (beräknat)	Retinol	11	11
1028	Gris kött grillat (beräknat)	Salt	0	0
1028	Gris kött grillat (beräknat)	Niacinekvivalenter	12,1	12,8
1028	Gris kött grillat (beräknat)	Tiamin	0,7	0,8

1028	Gris kött grillat (beräknat)	Riboflavin	0,3	0,3
1028	Gris kött grillat (beräknat)	Niacin	7,9	8,6
1029	Rullsylta (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
1029	Rullsylta (beräknat)	Summa mättade fettsyror	8	8
1029	Rullsylta (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	8	8
1029	Rullsylta (beräknat)	Salt	4	4
1030	Gris fötter kokta m. salt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	6	6
1030	Gris fötter kokta m. salt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	6	6
1030	Gris fötter kokta m. salt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
1030	Gris fötter kokta m. salt (beräknat)	Avfall (skal etc.)	104	89
1030	Gris fötter kokta m. salt (beräknat)	Salt	1	1
1031	Hare stek stekt (beräknat)	Jod		13,1
1031	Hare stek stekt (beräknat)	Salt	0	0
1032	Kalv filé stekt (beräknat)	Salt	0	0
1033	Kalv kotlett stekt (beräknat)	Avfall (skal etc.)	23	20
1033	Kalv kotlett stekt (beräknat)	Salt	1	1
1034	Kalv kött kokt m. salt (beräknat)	Jod		27,3
1034	Kalv kött kokt m. salt (beräknat)	Avfall (skal etc.)	28	22
1034	Kalv kött kokt m. salt (beräknat)	Salt	1	1
1035	Kalv stek stekt (beräknat)	Jod		18,8
1035	Kalv stek stekt (beräknat)	Avfall (skal etc.)	13	11
1065	Fläskkotlett panerad stekt (beräknat)	Natrium	560	556
1065	Fläskkotlett panerad stekt (beräknat)	Salt	1	1
1065	Fläskkotlett panerad stekt (beräknat)	Niacinekvivalenter	8,7	8,7
1066	Schnitzel gris stekt (beräknat)	Energi (kJ)	839	845
1066	Schnitzel gris stekt (beräknat)	Disackarider	0	0
1066	Schnitzel gris stekt (beräknat)	Monosackarider	0	0
1066	Schnitzel gris stekt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
1066	Schnitzel gris stekt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
1066	Schnitzel gris stekt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
1066	Schnitzel gris stekt (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
1066	Schnitzel gris stekt (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
1066	Schnitzel gris stekt (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,1	0,1
1066	Schnitzel gris stekt (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,2	1,2
1066	Schnitzel gris stekt (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,6	0,6
1066	Schnitzel gris stekt (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,5	0,5
1066	Schnitzel gris stekt (beräknat)	Socker totalt	0	0
1066	Schnitzel gris stekt (beräknat)	Jod	60,9	60,9
1066	Schnitzel gris stekt (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1066	Schnitzel gris stekt (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
1066	Schnitzel gris stekt (beräknat)	Oljesyra C18:1	5,1	5,1
1066	Schnitzel gris stekt (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,6	1,8
1066	Schnitzel gris stekt (beräknat)	Protein	20	20
1066	Schnitzel gris stekt (beräknat)	Fett	10,1	10,3
1066	Schnitzel gris stekt (beräknat)	Fosfor	190	190
1066	Schnitzel gris stekt (beräknat)	Vitamin D	1,0	0,9
1066	Schnitzel gris stekt (beräknat)	Vitamin E	2,4	2,6
1066	Schnitzel gris stekt (beräknat)	β-Karoten	12	8
1066	Schnitzel gris stekt (beräknat)	Aska	3	3
1066	Schnitzel gris stekt (beräknat)	Energi (kcal)	200	202

1066	Schnitzel gris stekt (beräknat)	Vatten	60	59
1066	Schnitzel gris stekt (beräknat)	Kolhydrater	7	7
1066	Schnitzel gris stekt (beräknat)	Natrium	573	569
724	Frukostflingor vetekli fullkorn berikad	Disackarider	17	17
724	Frukostflingor vetekli fullkorn berikad	Energi (kJ)	1523	1523
724	Frukostflingor vetekli fullkorn berikad	Energi (kcal)	364	364
724	Frukostflingor vetekli fullkorn berikad	Summa fleromättade fettsyror	1	1
724	Frukostflingor vetekli fullkorn berikad	Summa mättade fettsyror	0	0
724	Frukostflingor vetekli fullkorn berikad	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
724	Frukostflingor vetekli fullkorn berikad	Socker totalt	23	23
724	Frukostflingor vetekli fullkorn berikad	Protein	10	10
724	Frukostflingor vetekli fullkorn berikad	Vitamin A	0	1
725	Frukostflingor fullkorn typ Specialflingor	Monosackarider	1	1
725	Frukostflingor fullkorn typ Specialflingor	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
725	Frukostflingor fullkorn typ Specialflingor	Summa mättade fettsyror	0	0
725	Frukostflingor fullkorn typ Specialflingor	Summa fleromättade fettsyror	1	1
725	Frukostflingor fullkorn typ Specialflingor	Protein	9	9
725	Frukostflingor fullkorn typ Specialflingor	Vitamin K	0,9	0,9
725	Frukostflingor fullkorn typ Specialflingor	Salt	1	1
727	Frukostflingor majs m. socker berikad	Vitamin B6	0,0	0,0
728	ringar	Summa fleromättade fettsyror	1	1
728	ringar	Summa mättade fettsyror	0	0
728	ringar	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
728	ringar	Protein	8	8
728	ringar	Salt	2	2
731	Pannkaka tunn hemlagad	Disackarider	6	6
731	Pannkaka tunn hemlagad	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
731	Pannkaka tunn hemlagad	Summa mättade fettsyror	1	1
731	Pannkaka tunn hemlagad	Summa fleromättade fettsyror	1	1
731	Pannkaka tunn hemlagad	Protein	7	7
731	Pannkaka tunn hemlagad	Vitamin K	7,1	7,1
731	Pannkaka tunn hemlagad	Salt	1	1
732	Fattiga riddare (beräknat)	Disackarider	12	12
732	Fattiga riddare (beräknat)	Energi (kJ)	1134	1145
732	Fattiga riddare (beräknat)	Monosackarider	1	1
732	Fattiga riddare (beräknat)	Kolesterol	69	69
732	Fattiga riddare (beräknat)	Energi (kcal)	271	273
732	Fattiga riddare (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
732	Fattiga riddare (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	3	3
732	Fattiga riddare (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
732	Fattiga riddare (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	7	7
732	Fattiga riddare (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,4	0,4
732	Fattiga riddare (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,1	1,1
732	Fattiga riddare (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,1	0,1
732	Fattiga riddare (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
732	Fattiga riddare (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
732	Fattiga riddare (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
732	Fattiga riddare (beräknat)	Socker totalt	12	12
732	Fattiga riddare (beräknat)	Folat	31	31
732	Fattiga riddare (beräknat)	Vitamin B6	0,0	0,0

732	Fattiga riddare (beräknat)	Vitamin B12	0,4	0,4
732	Fattiga riddare (beräknat)	Magnesium	13,6	13,6
732	Fattiga riddare (beräknat)	Kalium	122	122
732	Fattiga riddare (beräknat)	Kalcium	55,7	55,7
732	Fattiga riddare (beräknat)	Järn	0,7	0,7
732	Fattiga riddare (beräknat)	Jod	11,8	11,8
732	Fattiga riddare (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,8	0,7
732	Fattiga riddare (beräknat)	Linolsyra C18:2	2,2	2,5
732	Fattiga riddare (beräknat)	Oljesyra C18:1	6,4	6,5
732	Fattiga riddare (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
732	Fattiga riddare (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,1	0,1
732	Fattiga riddare (beräknat)	Fosfor	96	96
732	Fattiga riddare (beräknat)	Fett	12,7	13,0
732	Fattiga riddare (beräknat)	Fibrer	2	2
732	Fattiga riddare (beräknat)	Protein	7	7
732	Fattiga riddare (beräknat)	β-Karoten	21	14
732	Fattiga riddare (beräknat)	Vitamin E	3,7	3,9
732	Fattiga riddare (beräknat)	Vitamin D	1,3	1,2
732	Fattiga riddare (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
732	Fattiga riddare (beräknat)	Kolhydrater	31	31
732	Fattiga riddare (beräknat)	Vatten	46	46
732	Fattiga riddare (beräknat)	Aska	1	1
732	Fattiga riddare (beräknat)	Retinol	75	63
732	Fattiga riddare (beräknat)	Vitamin A	77	64
732	Fattiga riddare (beräknat)	Zink	0,67	0,67
732	Fattiga riddare (beräknat)	Selen	5,9	5,9
732	Fattiga riddare (beräknat)	Natrium	259	253
732	Fattiga riddare (beräknat)	Fritt socker	11	11
732	Fattiga riddare (beräknat)	Tillsatt socker	11	11
732	Fattiga riddare (beräknat)	Salt	1	1
732	Fattiga riddare (beräknat)	Niacin	0,5	0,5
732	Fattiga riddare (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,9	1,9
732	Fattiga riddare (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
732	Fattiga riddare (beräknat)	Vitamin C	0	0
733	Pannkaka tunn lättmjölk (beräknat)	Energi (kcal)	156	157
757	Paj m. kyckling bacon (beräknat)	Salt	1	1
757	Paj m. kyckling bacon (beräknat)	Niacinekvivalenter	5,6	5,6
758	Pirog m. köttfärs (beräknat)	Energi (kcal)	243	243
758	Pirog m. köttfärs (beräknat)	Kolesterol	37	33
758	Pirog m. köttfärs (beräknat)	Monosackarider	2	2
758	Pirog m. köttfärs (beräknat)	Energi (kJ)	1019	1016
758	Pirog m. köttfärs (beräknat)	Disackarider	1	1
758	Pirog m. köttfärs (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	6	6
758	Pirog m. köttfärs (beräknat)	Summa mättade fettsyror	4	4
758	Pirog m. köttfärs (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
758	Pirog m. köttfärs (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,2	0,1
758	Pirog m. köttfärs (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,1	0,1
758	Pirog m. köttfärs (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,3	0,2
758	Pirog m. köttfärs (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	2,4	2,4
758	Pirog m. köttfärs (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,8	0,8

758	Pirog m. köttfärs (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
758	Pirog m. köttfärs (beräknat)	EPA (C20:5)	0,0	0,0
758	Pirog m. köttfärs (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
758	Pirog m. köttfärs (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
758	Pirog m. köttfärs (beräknat)	Vitamin B6	0,2	0,2
758	Pirog m. köttfärs (beräknat)	Vitamin B12	0,4	0,4
758	Pirog m. köttfärs (beräknat)	Folat	22	22
758	Pirog m. köttfärs (beräknat)	Socker totalt	3	3
758	Pirog m. köttfärs (beräknat)	Fullkorn totalt	5	5
758	Pirog m. köttfärs (beräknat)	Jod	49,8	49,6
758	Pirog m. köttfärs (beräknat)	Järn	1,6	1,6
758	Pirog m. köttfärs (beräknat)	Kalcium	43,5	43,3
758	Pirog m. köttfärs (beräknat)	Kalium	303	303
758	Pirog m. köttfärs (beräknat)	Magnesium	31,2	31,1
758	Pirog m. köttfärs (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
758	Pirog m. köttfärs (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,2	0,2
758	Pirog m. köttfärs (beräknat)	Oljesyra C18:1	5,5	5,6
758	Pirog m. köttfärs (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,7	1,8
758	Pirog m. köttfärs (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,4	0,4
758	Pirog m. köttfärs (beräknat)	Protein	10	10
758	Pirog m. köttfärs (beräknat)	Fibrer	4	4
758	Pirog m. köttfärs (beräknat)	Fett	13,1	13,1
758	Pirog m. köttfärs (beräknat)	Fosfor	133	133
758	Pirog m. köttfärs (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
758	Pirog m. köttfärs (beräknat)	Vitamin D	0,4	0,5
758	Pirog m. köttfärs (beräknat)	Vitamin E	3,5	3,6
758	Pirog m. köttfärs (beräknat)	β-Karoten	184	182
758	Pirog m. köttfärs (beräknat)	Aska	3	3
758	Pirog m. köttfärs (beräknat)	Vatten	51	51
758	Pirog m. köttfärs (beräknat)	Kolhydrater	20	20
758	Pirog m. köttfärs (beräknat)	Natrium	684	682
758	Pirog m. köttfärs (beräknat)	Selen	5,1	5,1
758	Pirog m. köttfärs (beräknat)	Zink	2,15	2,14
758	Pirog m. köttfärs (beräknat)	Vitamin A	68	66
758	Pirog m. köttfärs (beräknat)	Retinol	52	50
758	Pirog m. köttfärs (beräknat)	Salt	2	2
758	Pirog m. köttfärs (beräknat)	Tillsatt socker	0	0
758	Pirog m. köttfärs (beräknat)	Fritt socker	0	0
758	Pirog m. köttfärs (beräknat)	Vitamin C	4	4
758	Pirog m. köttfärs (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
758	Pirog m. köttfärs (beräknat)	Niacinekvivalenter	3,7	3,7
758	Pirog m. köttfärs (beräknat)	Niacin	2,0	2,0
759	(beräknat)	Disackarider	1	1
759	(beräknat)	Energi (kJ)	804	804
759	(beräknat)	Monosackarider	2	2
759	(beräknat)	Energi (kcal)	192	192
759	(beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
759	(beräknat)	Summa mättade fettsyror	3	3
759	(beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
759	(beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,6	1,6

759	(beräknat)	Socker totalt	3	3
759	(beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
759	(beräknat)	Jod	34,2	33,9
759	(beräknat)	Protein	9	9
759	(beräknat)	Avfall (skal etc.)	1	1
759	(beräknat)	Salt	1	1
760	Paj m. köttfärs värmd frysvara	Energi (kcal)	344	344
760	Paj m. köttfärs värmd frysvara	Energi (kJ)	1439	1439
760	Paj m. köttfärs värmd frysvara	Summa enkelomättade fettsyror	9	9
760	Paj m. köttfärs värmd frysvara	Summa mättade fettsyror	9	9
760	Paj m. köttfärs värmd frysvara	Summa fleromättade fettsyror	3	3
760	Paj m. köttfärs värmd frysvara	Kolhydrater	26	26
760	Paj m. köttfärs värmd frysvara	Salt	1	1
761	Pirog m. kött värmd frysvara	Energi (kJ)	1233	1233
761	Pirog m. kött värmd frysvara	Energi (kcal)	295	295
761	Pirog m. kött värmd frysvara	Summa fleromättade fettsyror	2	2
761	Pirog m. kött värmd frysvara	Summa mättade fettsyror	5	5
761	Pirog m. kött värmd frysvara	Summa enkelomättade fettsyror	6	6
761	Pirog m. kött värmd frysvara	Salt	1	1
762	frysvara	Energi (kcal)	248	248
762	frysvara	Energi (kJ)	1040	1040
762	frysvara	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
762	frysvara	Summa mättade fettsyror	5	6
762	frysvara	Summa fleromättade fettsyror	1	1
762	frysvara	Kolhydrater	27	27
762	frysvara	Salt	1	1
763	restaurang	Energi (kJ)	1118	1118
763	restaurang	Energi (kcal)	267	267
763	restaurang	Summa fleromättade fettsyror	2	2
763	restaurang	Summa mättade fettsyror	6	6
763	restaurang	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
763	restaurang	Kolhydrater	25	25
763	restaurang	Salt	2	2
764	Pizza Pepperoni m. rökt korv värmd frysvara	Monosackarider	1	1
764	Pizza Pepperoni m. rökt korv värmd frysvara	Disackarider	5	5
785	Wrap vetetortilla m. ris köttfärs majs ost	Vitamin A	24	24
785	Wrap vetetortilla m. ris köttfärs majs ost	Salt	1	1
786	Wrap vetetortilla fajitas m. kyckling gräddfil sallad	Monosackarider	3	3
786	Wrap vetetortilla fajitas m. kyckling gräddfil sallad	Disackarider	1	1
786	Wrap vetetortilla fajitas m. kyckling gräddfil sallad	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
786	Wrap vetetortilla fajitas m. kyckling gräddfil sallad	Summa mättade fettsyror	2	2
786	Wrap vetetortilla fajitas m. kyckling gräddfil sallad	Summa fleromättade fettsyror	1	1
786	Wrap vetetortilla fajitas m. kyckling gräddfil sallad	Protein	6	6
786	Wrap vetetortilla fajitas m. kyckling gräddfil sallad	Vitamin A	60	60
786	Wrap vetetortilla fajitas m. kyckling gräddfil sallad	Salt	1	1
787	Wrap vetetortilla enchilada m. köttfärs majschips ost sallad paprika tomat tomatås	Disackarider	0	0
787	Wrap vetetortilla enchilada m. köttfärs majschips ost sallad paprika tomat tomatås	Monosackarider	3	3
787	Wrap vetetortilla enchilada m. köttfärs majschips ost sallad paprika tomat tomatås	Summa fleromättade fettsyror	1	1

787	Wrap vetetortilla enchilada m. köttfärs majschips ost sallad paprika tomat tomatås	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
787	Wrap vetetortilla enchilada m. köttfärs majschips ost sallad paprika tomat tomatås	Socker totalt	3	3
787	Wrap vetetortilla enchilada m. köttfärs majschips ost sallad paprika tomat tomatås	Protein	7	7
787	Wrap vetetortilla enchilada m. köttfärs majschips ost sallad paprika tomat tomatås	Vitamin A	42	43
787	Wrap vetetortilla enchilada m. köttfärs majschips ost sallad paprika tomat tomatås	Salt	1	1
788	Falafel m. pitabröd sallad sesamsås pepperoni	Monosackarider	1	1
788	Falafel m. pitabröd sallad sesamsås pepperoni	Disackarider	1	1
788	Falafel m. pitabröd sallad sesamsås pepperoni	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
788	Falafel m. pitabröd sallad sesamsås pepperoni	Summa mättade fettsyror	1	1
788	Falafel m. pitabröd sallad sesamsås pepperoni	Summa fleromättade fettsyror	1	1
788	Falafel m. pitabröd sallad sesamsås pepperoni	Socker totalt	2	2
788	Falafel m. pitabröd sallad sesamsås pepperoni	Protein	5	5
788	Falafel m. pitabröd sallad sesamsås pepperoni	Vitamin A	9	16
788	Falafel m. pitabröd sallad sesamsås pepperoni	Salt	1	1
789	hemlagad	Energi (kJ)	1199	1198
789	hemlagad	Summa fleromättade fettsyror	3	3
789	hemlagad	Summa mättade fettsyror	9	9
789	hemlagad	Summa enkelomättade fettsyror	7	7
789	hemlagad	Kolhydrater	15	15
789	hemlagad	Energi (kcal)	286	286
789	hemlagad	Salt	1	1
792	vitlöksdressing	Disackarider	0	0
792	vitlöksdressing	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
792	vitlöksdressing	Summa mättade fettsyror	3	3
792	vitlöksdressing	Summa fleromättade fettsyror	1	1
792	vitlöksdressing	Socker totalt	1	1
792	vitlöksdressing	Protein	5	5
792	vitlöksdressing	Vitamin A	29	29
792	vitlöksdressing	Salt	1	1
793	Matmuffins grov fullkorn m. getost fårost broccoli spenat soltorkade tomater	Disackarider	3	3
793	Matmuffins grov fullkorn m. getost fårost broccoli spenat soltorkade tomater	Monosackarider	1	1
793	Matmuffins grov fullkorn m. getost fårost broccoli spenat soltorkade tomater	Summa fleromättade fettsyror	3	4
793	Matmuffins grov fullkorn m. getost fårost broccoli spenat soltorkade tomater	Summa mättade fettsyror	4	4
793	Matmuffins grov fullkorn m. getost fårost broccoli spenat soltorkade tomater	Summa enkelomättade fettsyror	8	8
838	Ris à la Malta m. grädde fett 40% (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
838	Ris à la Malta m. grädde fett 40% (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
838	Ris à la Malta m. grädde fett 40% (beräknat)	Socker totalt	7	7
838	Ris à la Malta m. grädde fett 40% (beräknat)	Folat	8	8
838	Ris à la Malta m. grädde fett 40% (beräknat)	Vitamin B6	0,0	0,0
838	Ris à la Malta m. grädde fett 40% (beräknat)	Vitamin B12	0,4	0,4
838	Ris à la Malta m. grädde fett 40% (beräknat)	Magnesium	10,1	10,1
838	Ris à la Malta m. grädde fett 40% (beräknat)	Kalium	110	110
838	Ris à la Malta m. grädde fett 40% (beräknat)	Kalcium	77,4	77,4
838	Ris à la Malta m. grädde fett 40% (beräknat)	Järn	0,0	0,0

838	Ris à la Malta m. grädde fett 40% (beräknat)	Jod	22,5	22,5
838	Ris à la Malta m. grädde fett 40% (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,2	0,2
838	Ris à la Malta m. grädde fett 40% (beräknat)	Oljesyra C18:1	1,4	1,5
838	Ris à la Malta m. grädde fett 40% (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
838	Ris à la Malta m. grädde fett 40% (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
838	Ris à la Malta m. grädde fett 40% (beräknat)	Fosfor	76	76
838	Ris à la Malta m. grädde fett 40% (beräknat)	Fett	6,3	6,3
838	Ris à la Malta m. grädde fett 40% (beräknat)	Fibrer	0	0
838	Ris à la Malta m. grädde fett 40% (beräknat)	Protein	3	3
838	Ris à la Malta m. grädde fett 40% (beräknat)	β-Karoten	45	45
838	Ris à la Malta m. grädde fett 40% (beräknat)	Vitamin E	0,2	0,2
838	Ris à la Malta m. grädde fett 40% (beräknat)	Vitamin D	0,7	0,7
838	Ris à la Malta m. grädde fett 40% (beräknat)	Tiamin	0,0	0,0
838	Ris à la Malta m. grädde fett 40% (beräknat)	Kolhydrater	16	16
838	Ris à la Malta m. grädde fett 40% (beräknat)	Vatten	74	74
838	Ris à la Malta m. grädde fett 40% (beräknat)	Energi (kcal)	131	132
838	Ris à la Malta m. grädde fett 40% (beräknat)	Aska	1	1
838	Ris à la Malta m. grädde fett 40% (beräknat)	Retinol	53	54
838	Ris à la Malta m. grädde fett 40% (beräknat)	Vitamin A	57	58
838	Ris à la Malta m. grädde fett 40% (beräknat)	Zink	0,40	0,40
838	Ris à la Malta m. grädde fett 40% (beräknat)	Selen	1,1	1,1
838	Ris à la Malta m. grädde fett 40% (beräknat)	Natrium	146	146
838	Ris à la Malta m. grädde fett 40% (beräknat)	Salt	0	0
838	Ris à la Malta m. grädde fett 40% (beräknat)	Niacin	0,2	0,2
838	Ris à la Malta m. grädde fett 40% (beräknat)	Niacinekvivalenter	0,8	0,8
838	Ris à la Malta m. grädde fett 40% (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
838	Ris à la Malta m. grädde fett 40% (beräknat)	Vitamin C	0	0
839	Risgrynskaka risgrynspudding (beräknat)	Kolesterol	54	51
839	Risgrynskaka risgrynspudding (beräknat)	Monosackarider	0	0
839	Risgrynskaka risgrynspudding (beräknat)	Energi (kJ)	612	596
839	Risgrynskaka risgrynspudding (beräknat)	Disackarider	7	7
839	Risgrynskaka risgrynspudding (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
839	Risgrynskaka risgrynspudding (beräknat)	Summa mättade fettsyror	4	4
839	Risgrynskaka risgrynspudding (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
839	Risgrynskaka risgrynspudding (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,4	0,3
839	Risgrynskaka risgrynspudding (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,2	0,2
839	Risgrynskaka risgrynspudding (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,6	0,5
839	Risgrynskaka risgrynspudding (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	2,3	2,1
839	Risgrynskaka risgrynspudding (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,7	0,6
839	Risgrynskaka risgrynspudding (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
839	Risgrynskaka risgrynspudding (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
839	Risgrynskaka risgrynspudding (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
839	Risgrynskaka risgrynspudding (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
839	Risgrynskaka risgrynspudding (beräknat)	Vitamin B12	0,4	0,5
839	Risgrynskaka risgrynspudding (beräknat)	Vitamin B6	0,0	0,0
839	Risgrynskaka risgrynspudding (beräknat)	Folat	10	10
839	Risgrynskaka risgrynspudding (beräknat)	Socker totalt	7	7
839	Risgrynskaka risgrynspudding (beräknat)	Jod	25,4	25,5
839	Risgrynskaka risgrynspudding (beräknat)	Järn	0,2	0,2
839	Risgrynskaka risgrynspudding (beräknat)	Kalcium	77,2	77,7

839	Risgrynskaka risgrynspudding (beräknat)	Kalium	116	116
839	Risgrynskaka risgrynspudding (beräknat)	Magnesium	10,6	10,6
839	Risgrynskaka risgrynspudding (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
839	Risgrynskaka risgrynspudding (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
839	Risgrynskaka risgrynspudding (beräknat)	Oljesyra C18:1	2,2	2,2
839	Risgrynskaka risgrynspudding (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,4	0,5
839	Risgrynskaka risgrynspudding (beräknat)	Protein	4	4
839	Risgrynskaka risgrynspudding (beräknat)	Fibrer	0	0
839	Risgrynskaka risgrynspudding (beräknat)	Fett	8,0	7,5
839	Risgrynskaka risgrynspudding (beräknat)	Fosfor	90	91
839	Risgrynskaka risgrynspudding (beräknat)	Tiamin	0,0	0,0
839	Risgrynskaka risgrynspudding (beräknat)	Vitamin D	0,9	1,0
839	Risgrynskaka risgrynspudding (beräknat)	Vitamin E	1,0	1,0
839	Risgrynskaka risgrynspudding (beräknat)	β-Karoten	45	41
839	Risgrynskaka risgrynspudding (beräknat)	Aska	1	1
839	Risgrynskaka risgrynspudding (beräknat)	Energi (kcal)	146	142
839	Risgrynskaka risgrynspudding (beräknat)	Avfall (skal etc.)	1	1
839	Risgrynskaka risgrynspudding (beräknat)	Vatten	72	73
839	Risgrynskaka risgrynspudding (beräknat)	Kolhydrater	15	15
839	Risgrynskaka risgrynspudding (beräknat)	Natrium	163	164
839	Risgrynskaka risgrynspudding (beräknat)	Selen	3,5	3,5
839	Risgrynskaka risgrynspudding (beräknat)	Zink	0,51	0,51
839	Risgrynskaka risgrynspudding (beräknat)	Vitamin A	88	85
839	Risgrynskaka risgrynspudding (beräknat)	Retinol	84	81
839	Risgrynskaka risgrynspudding (beräknat)	Salt	0	0
839	Risgrynskaka risgrynspudding (beräknat)	Tillsatt socker	4	4
839	Risgrynskaka risgrynspudding (beräknat)	Fritt socker	4	4
839	Risgrynskaka risgrynspudding (beräknat)	Vitamin C	0	0
839	Risgrynskaka risgrynspudding (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
839	Risgrynskaka risgrynspudding (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,1	1,1
839	Risgrynskaka risgrynspudding (beräknat)	Niacin	0,2	0,2
840	Rismål fett 6%	Disackarider	10	10
840	Rismål fett 6%	Monosackarider	2	2
840	Rismål fett 6%	Summa fleromättade fettsyror	0	0
840	Rismål fett 6%	Summa mättade fettsyror	4	4
840	Rismål fett 6%	Protein	3	3
840	Rismål fett 6%	Vitamin A	49	49
840	Rismål fett 6%	Salt	0	0
841	Rismål lätt fett 1,5%	Monosackarider	1	1
841	Rismål lätt fett 1,5%	Disackarider	7	7
841	Rismål lätt fett 1,5%	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
841	Rismål lätt fett 1,5%	Summa mättade fettsyror	1	1
841	Rismål lätt fett 1,5%	Summa fleromättade fettsyror	0	0
841	Rismål lätt fett 1,5%	Protein	2	2
841	Rismål lätt fett 1,5%	Salt	0	0
842	Paella (beräknat)	Disackarider	0	0
842	Paella (beräknat)	Energi (kJ)	614	614
842	Paella (beräknat)	Monosackarider	0	1
842	Paella (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
842	Paella (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2

842	Paella (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
842	Paella (beräknat)	Protein	11	11
842	Paella (beräknat)	Energi (kcal)	146	146
842	Paella (beräknat)	Salt	1	1
844	Nudelsoppa m. risnudlar curry sesamolja	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
844	Nudelsoppa m. risnudlar curry sesamolja	Summa mättade fettsyror	0	0
844	Nudelsoppa m. risnudlar curry sesamolja	Summa fleromättade fettsyror	0	0
844	Nudelsoppa m. risnudlar curry sesamolja	Protein	1	1
844	Nudelsoppa m. risnudlar curry sesamolja	Salt	1	1
845	Pasta okokt	Energi (kJ)	1504	1498
845	Pasta okokt	Jod		1,0
845	Pasta okokt	Fett	1,2	1,3
845	Pasta okokt	Fibrer	3	4
845	Pasta okokt	Protein	13	12
845	Pasta okokt	Kolhydrater	72	72
845	Pasta okokt	Energi (kcal)	360	358
845	Pasta okokt	Salt	0	0
845	Pasta okokt	Niacinekvivalenter	3,8	3,7
846	Pasta kokt u. salt	Jod		1,0
848	Pasta fullkorn okokt	Jod		1,0
890	Vignabönor svartögda bönor torkade kokta u. salt	Salt	0	0
891	Gröna el. gula ärtor torkade	Salt	0	0
897	Ärtsoppa m. fläsk hemlagad	Jod		9,4
897	Ärtsoppa m. fläsk hemlagad	Salt	1	1
898	Gryta chili con carne (beräknat)	Disackarider	1	1
898	Gryta chili con carne (beräknat)	Energi (kJ)	429	432
898	Gryta chili con carne (beräknat)	Monosackarider	2	2
898	Gryta chili con carne (beräknat)	Kolesterol	12	12
898	Gryta chili con carne (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
898	Gryta chili con carne (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
898	Gryta chili con carne (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
898	Gryta chili con carne (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
898	Gryta chili con carne (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,4	0,4
898	Gryta chili con carne (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,6	0,7
898	Gryta chili con carne (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,1	0,1
898	Gryta chili con carne (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
898	Gryta chili con carne (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
898	Gryta chili con carne (beräknat)	EPA (C20:5)	0,0	0,0
898	Gryta chili con carne (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
898	Gryta chili con carne (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,2	0,2
898	Gryta chili con carne (beräknat)	Socker totalt	2	2
898	Gryta chili con carne (beräknat)	Folat	14	14
898	Gryta chili con carne (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
898	Gryta chili con carne (beräknat)	Vitamin B12	0,2	0,2
898	Gryta chili con carne (beräknat)	Magnesium	21,6	21,6
898	Gryta chili con carne (beräknat)	Kalium	179	179
898	Gryta chili con carne (beräknat)	Kalcium	33,7	33,7
898	Gryta chili con carne (beräknat)	Järn	1,2	1,2
898	Gryta chili con carne (beräknat)	Jod	20,5	20,5
898	Gryta chili con carne (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,4	0,4

898	Gryta chili con carne (beräknat)	Oljesyra C18:1	1,6	1,6
898	Gryta chili con carne (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
898	Gryta chili con carne (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
898	Gryta chili con carne (beräknat)	Fosfor	80	80
898	Gryta chili con carne (beräknat)	Fett	3,9	3,9
898	Gryta chili con carne (beräknat)	Fibrer	3	3
898	Gryta chili con carne (beräknat)	Protein	8	8
898	Gryta chili con carne (beräknat)	β-Karoten	135	134
898	Gryta chili con carne (beräknat)	Vitamin E	1,0	1,0
898	Gryta chili con carne (beräknat)	Vitamin D	0,1	0,1
898	Gryta chili con carne (beräknat)	Tiamin	0,0	0,0
898	Gryta chili con carne (beräknat)	Kolhydrater	8	8
898	Gryta chili con carne (beräknat)	Vatten	76	76
898	Gryta chili con carne (beräknat)	Avfall (skal etc.)	2	2
898	Gryta chili con carne (beräknat)	Energi (kcal)	102	103
898	Gryta chili con carne (beräknat)	Aska	2	2
898	Gryta chili con carne (beräknat)	Retinol	6	4
898	Gryta chili con carne (beräknat)	Vitamin A	17	16
898	Gryta chili con carne (beräknat)	Zink	1,32	1,32
898	Gryta chili con carne (beräknat)	Selen	1,1	1,1
898	Gryta chili con carne (beräknat)	Natrium	370	369
898	Gryta chili con carne (beräknat)	Fritt socker	0	0
898	Gryta chili con carne (beräknat)	Tillsatt socker	0	0
898	Gryta chili con carne (beräknat)	Salt	1	1
898	Gryta chili con carne (beräknat)	Niacinekvivalenter	2,6	2,6
898	Gryta chili con carne (beräknat)	Vitamin C	8	8
898	Gryta chili con carne (beräknat)	Niacin	1,3	1,3
898	Gryta chili con carne (beräknat)	Riboflavin	0,0	0,0
900	Ärtsoppa fläsk tillagad konserv. m. vatten	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
900	Ärtsoppa fläsk tillagad konserv. m. vatten	Summa mättade fettsyror	1	1
900	Ärtsoppa fläsk tillagad konserv. m. vatten	Summa fleromättade fettsyror	0	0
900	Ärtsoppa fläsk tillagad konserv. m. vatten	Kolhydrater	7	7
900	Ärtsoppa fläsk tillagad konserv. m. vatten	Salt	1	1
901	Vita bönor m. tomat-sås konserv.	Summa fleromättade fettsyror	0	0
901	Vita bönor m. tomat-sås konserv.	Summa mättade fettsyror	0	0
901	Vita bönor m. tomat-sås konserv.	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
901	Vita bönor m. tomat-sås konserv.	Protein	5	5
901	Vita bönor m. tomat-sås konserv.	Salt	1	1
902	Bönsoppa vita bönor m. tomat veg. (beräknat)	Energi (kJ)	213	215
902	Bönsoppa vita bönor m. tomat veg. (beräknat)	Disackarider	1	1
902	Bönsoppa vita bönor m. tomat veg. (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
902	Bönsoppa vita bönor m. tomat veg. (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
902	Bönsoppa vita bönor m. tomat veg. (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	1
902	Bönsoppa vita bönor m. tomat veg. (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
902	Bönsoppa vita bönor m. tomat veg. (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
902	Bönsoppa vita bönor m. tomat veg. (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,0	0,0
902	Bönsoppa vita bönor m. tomat veg. (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,1	0,1
902	Bönsoppa vita bönor m. tomat veg. (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,1	0,1
902	Bönsoppa vita bönor m. tomat veg. (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,2	0,2
902	Bönsoppa vita bönor m. tomat veg. (beräknat)	Socker totalt	2	2

902	Bönsoppa vita bönor m. tomat veg. (beräknat)	Jod	6,6	6,6
902	Bönsoppa vita bönor m. tomat veg. (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
902	Bönsoppa vita bönor m. tomat veg. (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
902	Bönsoppa vita bönor m. tomat veg. (beräknat)	Oljesyra C18:1	0,8	0,8
902	Bönsoppa vita bönor m. tomat veg. (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,3	0,4
902	Bönsoppa vita bönor m. tomat veg. (beräknat)	Protein	2	2
902	Bönsoppa vita bönor m. tomat veg. (beräknat)	Fett	1,7	1,7
902	Bönsoppa vita bönor m. tomat veg. (beräknat)	Fosfor	45	45
902	Bönsoppa vita bönor m. tomat veg. (beräknat)	Vitamin D	0,1	0,1
902	Bönsoppa vita bönor m. tomat veg. (beräknat)	Vitamin E	0,7	0,8
902	Bönsoppa vita bönor m. tomat veg. (beräknat)	β-Karoten	132	131
902	Bönsoppa vita bönor m. tomat veg. (beräknat)	Aska	1	1
902	Bönsoppa vita bönor m. tomat veg. (beräknat)	Energi (kcal)	51	51
902	Bönsoppa vita bönor m. tomat veg. (beräknat)	Avfall (skal etc.)	2	2
902	Bönsoppa vita bönor m. tomat veg. (beräknat)	Vatten	87	87
902	Bönsoppa vita bönor m. tomat veg. (beräknat)	Kolhydrater	5	5
902	Bönsoppa vita bönor m. tomat veg. (beräknat)	Natrium	232	231
902	Bönsoppa vita bönor m. tomat veg. (beräknat)	Vitamin A	15	13
902	Bönsoppa vita bönor m. tomat veg. (beräknat)	Retinol	4	2
902	Bönsoppa vita bönor m. tomat veg. (beräknat)	Salt	1	1
902	Bönsoppa vita bönor m. tomat veg. (beräknat)	Niacinekvivalenter	0,8	0,8
903	Linssoppa veg. (beräknat)	Disackarider	1	1
903	Linssoppa veg. (beräknat)	Energi (kJ)	263	264
903	Linssoppa veg. (beräknat)	Monosackarider	1	1
903	Linssoppa veg. (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
903	Linssoppa veg. (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
903	Linssoppa veg. (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
903	Linssoppa veg. (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
903	Linssoppa veg. (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,0	0,0
903	Linssoppa veg. (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,1	0,1
903	Linssoppa veg. (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,0	0,0
903	Linssoppa veg. (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
903	Linssoppa veg. (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
903	Linssoppa veg. (beräknat)	Socker totalt	1	1
903	Linssoppa veg. (beräknat)	Jod	28,4	28,4
903	Linssoppa veg. (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,2	0,2
903	Linssoppa veg. (beräknat)	Oljesyra C18:1	0,4	0,4
903	Linssoppa veg. (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
903	Linssoppa veg. (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
903	Linssoppa veg. (beräknat)	Fosfor	54	54
903	Linssoppa veg. (beräknat)	Fett	0,9	1,0
903	Linssoppa veg. (beräknat)	Protein	4	4
903	Linssoppa veg. (beräknat)	β-Karoten	597	597
903	Linssoppa veg. (beräknat)	Vitamin E	0,3	0,3
903	Linssoppa veg. (beräknat)	Vitamin D	0,0	0,0
903	Linssoppa veg. (beräknat)	Kolhydrater	8	8
903	Linssoppa veg. (beräknat)	Vatten	82	82
903	Linssoppa veg. (beräknat)	Avfall (skal etc.)	2	2
903	Linssoppa veg. (beräknat)	Energi (kcal)	63	63
903	Linssoppa veg. (beräknat)	Aska	1	1

903	Linssoppa veg. (beräknat)	Retinol	2	1
903	Linssoppa veg. (beräknat)	Vitamin A	60	59
903	Linssoppa veg. (beräknat)	Natrium	408	408
903	Linssoppa veg. (beräknat)	Salt	1	1
903	Linssoppa veg. (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,1	1,1
904	Ärtsoppa veg. (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
904	Ärtsoppa veg. (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
937	Kalv fransyska rå	Jod		2,7
937	Kalv fransyska rå	Salt	0	0
938	Kalv innanlår rå	Jod		2,7
938	Kalv innanlår rå	Salt	0	0
939	Kalv kotlett rå	Salt	0	0
940	Kalv lägg rå	Jod		2,7
940	Kalv lägg rå	Salt	0	0
941	Kalv ytterlår rå	Jod		2,7
941	Kalv ytterlår rå	Salt	0	0
942	Kalv tunnbringa rå	Salt	0	0
943	Kalv högreå rå	Jod		2,7
943	Kalv högreå rå	Salt	0	0
944	Kanin kött rå	Jod	0,0	2,0
944	Kanin kött rå	Salt	0	0
945	Nöt clubstek biff rå m. ben	Summa fleromättade fettsyror	0	0
945	Nöt clubstek biff rå m. ben	Summa mättade fettsyror	4	4
945	Nöt clubstek biff rå m. ben	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
945	Nöt clubstek biff rå m. ben	Jod		2,7
945	Nöt clubstek biff rå m. ben	Salt	0	0
946	Nöt ryggbiff rå	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
946	Nöt ryggbiff rå	Summa mättade fettsyror	2	2
946	Nöt ryggbiff rå	Summa fleromättade fettsyror	0	0
946	Nöt ryggbiff rå	Salt	0	0
947	Nöt oxbringa rå	Summa fleromättade fettsyror	1	1
947	Nöt oxbringa rå	Summa mättade fettsyror	7	7
947	Nöt oxbringa rå	Summa enkelomättade fettsyror	6	6
977	Gris grytbitar rå	Salt	0	0
978	Gris fläskkarré rå	Summa mättade fettsyror	5	5
978	Gris fläskkarré rå	Summa fleromättade fettsyror	1	1
978	Gris fläskkarré rå	Salt	0	0
980	Gris färs rå fett 20%	Summa fleromättade fettsyror	2	2
980	Gris färs rå fett 20%	Summa mättade fettsyror	9	9
980	Gris färs rå fett 20%	Summa enkelomättade fettsyror	8	8
980	Gris färs rå fett 20%	Salt	0	0
981	Gris bogbladsstek rå	Salt	0	0
982	Gris fläskkotlett rå fett bortskuret	Summa fleromättade fettsyror	0	0
982	Gris fläskkotlett rå fett bortskuret	Summa mättade fettsyror	1	1
982	Gris fläskkotlett rå fett bortskuret	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
982	Gris fläskkotlett rå fett bortskuret	Salt	0	0
983	Gris fläskkotlett rå fettkant 2 mm	Summa enkelomättade fettsyror	2	3
983	Gris fläskkotlett rå fettkant 2 mm	Summa mättade fettsyror	3	3
983	Gris fläskkotlett rå fettkant 2 mm	Summa fleromättade fettsyror	1	1
983	Gris fläskkotlett rå fettkant 2 mm	Salt	0	0

984	Gris lägg putsad rå u. svål	Summa fleromättade fettsyror	1	1
984	Gris lägg putsad rå u. svål	Summa mättade fettsyror	2	2
984	Gris lägg putsad rå u. svål	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
984	Gris lägg putsad rå u. svål	Salt	0	0
985	Gris sidfläsk bit rå m. svål	Salt	0	0
1017	Nöt entrecôte stekt (beräknat)	Protein	25	25
1017	Nöt entrecôte stekt (beräknat)	Avfall (skal etc.)	12	10
1017	Nöt entrecôte stekt (beräknat)	Salt	1	1
1018	Gris bog stekt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1018	Gris bog stekt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	4	4
1018	Gris bog stekt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
1018	Gris bog stekt (beräknat)	Salt	0	0
1019	Gris kött kokt m. salt (beräknat)	Kolesterol	67	67
1019	Gris kött kokt m. salt (beräknat)	Energi (kJ)	763	749
1019	Gris kött kokt m. salt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
1019	Gris kött kokt m. salt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	4	4
1019	Gris kött kokt m. salt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1019	Gris kött kokt m. salt (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
1019	Gris kött kokt m. salt (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
1019	Gris kött kokt m. salt (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,2	0,2
1019	Gris kött kokt m. salt (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	2,6	2,5
1019	Gris kött kokt m. salt (beräknat)	Stearinsyra C18:0	1,5	1,5
1019	Gris kött kokt m. salt (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,0	0,0
1019	Gris kött kokt m. salt (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
1019	Gris kött kokt m. salt (beräknat)	EPA (C20:5)	0,0	0,0
1019	Gris kött kokt m. salt (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
1019	Gris kött kokt m. salt (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
1019	Gris kött kokt m. salt (beräknat)	Vitamin B12	0,4	0,4
1019	Gris kött kokt m. salt (beräknat)	Vitamin B6	0,3	0,3
1019	Gris kött kokt m. salt (beräknat)	Folat	3	4
1019	Gris kött kokt m. salt (beräknat)	Jod	25,0	25,5
1019	Gris kött kokt m. salt (beräknat)	Järn	1,5	1,7
1019	Gris kött kokt m. salt (beräknat)	Kalcium	10,9	10,1
1019	Gris kött kokt m. salt (beräknat)	Kalium	239	249
1019	Gris kött kokt m. salt (beräknat)	Magnesium	29,1	32,0
1019	Gris kött kokt m. salt (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1019	Gris kött kokt m. salt (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,3	0,3
1019	Gris kött kokt m. salt (beräknat)	Oljesyra C18:1	3,7	3,6
1019	Gris kött kokt m. salt (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,9	0,8
1019	Gris kött kokt m. salt (beräknat)	Protein	23	23
1019	Gris kött kokt m. salt (beräknat)	Fett	10,2	9,8
1019	Gris kött kokt m. salt (beräknat)	Fosfor	211	229
1019	Gris kött kokt m. salt (beräknat)	Vitamin D	0,5	0,5
1019	Gris kött kokt m. salt (beräknat)	Vitamin E	0,5	0,5
1019	Gris kött kokt m. salt (beräknat)	Aska	2	2
1019	Gris kött kokt m. salt (beräknat)	Energi (kcal)	182	179
1019	Gris kött kokt m. salt (beräknat)	Avfall (skal etc.)	22	22
1019	Gris kött kokt m. salt (beräknat)	Vatten	65	66
1019	Gris kött kokt m. salt (beräknat)	Natrium	268	272
1019	Gris kött kokt m. salt (beräknat)	Selen	11,8	12,1

1019	Gris kött kokt m. salt (beräknat)	Zink	2,86	2,89
1019	Gris kött kokt m. salt (beräknat)	Vitamin A	11	11
1019	Gris kött kokt m. salt (beräknat)	Retinol	11	11
1019	Gris kött kokt m. salt (beräknat)	Salt	1	1
1019	Gris kött kokt m. salt (beräknat)	Niacinekvivalenter	12,0	12,8
1019	Gris kött kokt m. salt (beräknat)	Tiamin	0,5	0,5
1019	Gris kött kokt m. salt (beräknat)	Riboflavin	0,2	0,3
1019	Gris kött kokt m. salt (beräknat)	Niacin	7,9	8,6
1022	Gris fläskben kokt m. salt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
1022	Gris fläskben kokt m. salt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	7	7
1022	Gris fläskben kokt m. salt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	7	7
1022	Gris fläskben kokt m. salt (beräknat)	Jod		48,9
1022	Gris fläskben kokt m. salt (beräknat)	Avfall (skal etc.)	81	69
1022	Gris fläskben kokt m. salt (beräknat)	Salt	1	1
1023	Gris fläskfilé skiva stekt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
1023	Gris fläskfilé skiva stekt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
1023	Gris fläskfilé skiva stekt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1023	Gris fläskfilé skiva stekt (beräknat)	Salt	0	0
1024	Gris fläskkarré skiva stekt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1024	Gris fläskkarré skiva stekt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	6	6
1024	Gris fläskkarré skiva stekt (beräknat)	Avfall (skal etc.)	41	35
1024	Gris fläskkarré skiva stekt (beräknat)	Salt	0	0
1025	Gris fläskkotlett stekt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	6	6
1025	Gris fläskkotlett stekt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	6	6
1025	Gris fläskkotlett stekt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
1025	Gris fläskkotlett stekt (beräknat)	Avfall (skal etc.)	29	25
1025	Gris fläskkotlett stekt (beräknat)	Salt	0	0
1027	Gris lägg kokt m. salt u. svål (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1027	Gris lägg kokt m. salt u. svål (beräknat)	Summa mättade fettsyror	3	3
1027	Gris lägg kokt m. salt u. svål (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	2
1057	Nöt stek stekt u. sky frysvara	Salt	1	1
1058	Nöt rostbiff tillagad ugnstrostad u. salt	Jod		2,7
1058	Nöt rostbiff tillagad ugnstrostad u. salt	Salt	0	0
1059	Gris revbensspjäll tillagad u. sky	Summa enkelomättade fettsyror	11	11
1059	Gris revbensspjäll tillagad u. sky	Summa mättade fettsyror	10	10
1045	Gris revbensspjäll ugnstekt grillat (beräknat)	Avfall (skal etc.)	28	28
1045	Gris revbensspjäll ugnstekt grillat (beräknat)	Salt	1	1
1047	Rådjur kött ugnstekt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
1047	Rådjur kött ugnstekt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
1047	Rådjur kött ugnstekt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1047	Rådjur kött ugnstekt (beräknat)	Protein	29	29
1047	Rådjur kött ugnstekt (beräknat)	Avfall (skal etc.)	29	24
1047	Rådjur kött ugnstekt (beräknat)	Salt	0	0
1048	Ren kött kokt m. salt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1048	Ren kött kokt m. salt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
1048	Ren kött kokt m. salt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
1048	Ren kött kokt m. salt (beräknat)	Protein	28	28
1048	Ren kött kokt m. salt (beräknat)	Salt	1	1
1049	Ren kött ugnstekt (beräknat)	Energi (kJ)	555	553
1049	Ren kött ugnstekt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1

1049	Ren kött ugnstek (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
1049	Ren kött ugnstek (beräknat)	Protein	28	28
1049	Ren kött ugnstek (beräknat)	Avfall (skal etc.)	32	26
1049	Ren kött ugnstek (beräknat)	Salt	0	0
1050	Älg stek ugnstek el. grillad (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1050	Älg stek ugnstek el. grillad (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	0
1050	Älg stek ugnstek el. grillad (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	0
1050	Älg stek ugnstek el. grillad (beräknat)	Protein	27	27
1050	Älg stek ugnstek el. grillad (beräknat)	Salt	0	0
1055	Gris fläskkarré tillagad u. sky	Summa enkelomättade fettsyror	8	8
1055	Gris fläskkarré tillagad u. sky	Summa mättade fettsyror	7	7
1055	Gris fläskkarré tillagad u. sky	Summa fleromättade fettsyror	2	2
1055	Gris fläskkarré tillagad u. sky	Salt	0	0
1056	Gris skinkstek stekt u. sky frysvara	Energi (kJ)	687	687
1056	Gris skinkstek stekt u. sky frysvara	Jod		0,0
1056	Gris skinkstek stekt u. sky frysvara	Energi (kcal)	164	164
1056	Gris skinkstek stekt u. sky frysvara	Salt	1	1
1057	Nöt stek stekt u. sky frysvara	Jod		2,7
1091	Nasi Goreng gris tillagad på restaurang	Salt	1	1
1094	Frikassé kalv frysvara	Salt	1	1
1095	Gryta kalops nöt frysvara	Jod		1,8
1095	Gryta kalops nöt frysvara	Salt	1	1
1096	Köttsooppa nöt tillagad konserv. m. vatten	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1096	Köttsooppa nöt tillagad konserv. m. vatten	Summa mättade fettsyror	0	0
1096	Köttsooppa nöt tillagad konserv. m. vatten	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
1096	Köttsooppa nöt tillagad konserv. m. vatten	Kolhydrater	1	1
1096	Köttsooppa nöt tillagad konserv. m. vatten	Salt	1	1
1099	Kycklingburgare rå fett ca 7% frysvara	Jod		0,0
1100	Köttbullar kyckling stekta fett 12% frysvara	Salt	2	2
1101	Hamburgare nöt rå frysvara	Jod		0,0
1102	Köttbullar frysvara	Monosackarider	0	1
1102	Köttbullar frysvara	Disackarider	1	0
1102	Köttbullar frysvara	Kolesterol	59	40
1102	Köttbullar frysvara	DHA (C22:6)	0,0	0,0
1102	Köttbullar frysvara	Energi (kJ)	891	909
1102	Köttbullar frysvara	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1102	Köttbullar frysvara	Summa mättade fettsyror	6	6
1102	Köttbullar frysvara	Summa enkelomättade fettsyror	7	8
1102	Köttbullar frysvara	Stearinsyra C18:0	1,8	1,9
1102	Köttbullar frysvara	Palmitinsyra C16:0	3,7	3,4
1102	Köttbullar frysvara	Myristinsyra C14:0	0,4	0,3
1102	Köttbullar frysvara	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
1102	Köttbullar frysvara	DPA (C22:5)	0,0	0,0
1102	Köttbullar frysvara	EPA (C20:5)	0,0	0,0
1102	Köttbullar frysvara	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
1102	Köttbullar frysvara	Socker totalt	1	1
1102	Köttbullar frysvara	Folat	7	6
1102	Köttbullar frysvara	Vitamin B6	0,4	0,2
1102	Köttbullar frysvara	Vitamin B12	1,4	0,5
1102	Köttbullar frysvara	Magnesium	14,0	16,0

1102	Köttbullar frysvara	Kalium	305	290
1102	Köttbullar frysvara	Kalcium	29,0	14,0
1102	Köttbullar frysvara	Järn	1,4	0,9
1102	Köttbullar frysvara	Jod		1,7
1102	Köttbullar frysvara	Linolsyra C18:2	0,6	1,1
1102	Köttbullar frysvara	Oljesyra C18:1	5,9	7,1
1102	Köttbullar frysvara	Palmitoljesyra C16:1	0,7	0,5
1102	Köttbullar frysvara	Fett	14,9	15,6
1102	Köttbullar frysvara	Fibrer	0	2
1102	Köttbullar frysvara	Protein	13	12
1102	Köttbullar frysvara	Vitamin K		2,0
1102	Köttbullar frysvara	β-Karoten	8	6
1102	Köttbullar frysvara	Vitamin E	0,3	1,6
1102	Köttbullar frysvara	Vitamin D	0,3	0,0
1102	Köttbullar frysvara	Vatten	62	62
1102	Köttbullar frysvara	Energi (kcal)	213	217
1102	Köttbullar frysvara	Aska	3	2
1102	Köttbullar frysvara	Retinol	20	0
1102	Köttbullar frysvara	Vitamin A	21	1
1102	Köttbullar frysvara	Zink	2,00	1,76
1102	Köttbullar frysvara	Selen	3,0	9,6
1102	Köttbullar frysvara	Salt	2	2
1102	Köttbullar frysvara	Niacin	2,9	2,9
1102	Köttbullar frysvara	Vitamin C	0	1
1102	Köttbullar frysvara	Riboflavin	0,1	1,0
1102	Köttbullar frysvara	Tiamin	0,7	0,2
1102	Köttbullar frysvara	Niacinekvivalenter	5,4	5,1
1103	Pannbiff rå frysvara	Jod		7,0
1130	Parisersmörgås (beräknat)	Disackarider	2	2
1130	Parisersmörgås (beräknat)	Kolesterol	105	104
1130	Parisersmörgås (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
1130	Parisersmörgås (beräknat)	Energi (kJ)	743	771
1130	Parisersmörgås (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
1130	Parisersmörgås (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1130	Parisersmörgås (beräknat)	Summa mättade fettsyror	3	3
1130	Parisersmörgås (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
1130	Parisersmörgås (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,8	1,0
1130	Parisersmörgås (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,7	1,9
1130	Parisersmörgås (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,1	0,1
1130	Parisersmörgås (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
1130	Parisersmörgås (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
1130	Parisersmörgås (beräknat)	EPA (C20:5)	0,0	0,0
1130	Parisersmörgås (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
1130	Parisersmörgås (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,2	0,2
1130	Parisersmörgås (beräknat)	Socker totalt	3	3
1130	Parisersmörgås (beräknat)	Folat	27	27
1130	Parisersmörgås (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
1130	Parisersmörgås (beräknat)	Vitamin B12	0,7	0,7
1130	Parisersmörgås (beräknat)	Magnesium	18,6	18,6
1130	Parisersmörgås (beräknat)	Kalium	204	203

1130	Parisersmörgås (beräknat)	Kalcium	36,5	36,4
1130	Parisersmörgås (beräknat)	Järn	1,1	1,1
1130	Parisersmörgås (beräknat)	Jod	50,0	49,9
1130	Parisersmörgås (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,9	1,0
1130	Parisersmörgås (beräknat)	Oljesyra C18:1	3,4	3,7
1130	Parisersmörgås (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,2	0,3
1130	Parisersmörgås (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1130	Parisersmörgås (beräknat)	Fosfor	135	134
1130	Parisersmörgås (beräknat)	Fett	8,6	9,4
1130	Parisersmörgås (beräknat)	Fibrer	1	1
1130	Parisersmörgås (beräknat)	Protein	12	11
1130	Parisersmörgås (beräknat)	β-Karoten	10	9
1130	Parisersmörgås (beräknat)	Vitamin E	2,0	2,0
1130	Parisersmörgås (beräknat)	Vitamin D	1,0	1,0
1130	Parisersmörgås (beräknat)	Kolhydrater	13	13
1130	Parisersmörgås (beräknat)	Vatten	64	63
1130	Parisersmörgås (beräknat)	Energi (kcal)	177	184
1130	Parisersmörgås (beräknat)	Aska	2	2
1130	Parisersmörgås (beräknat)	Retinol	65	64
1130	Parisersmörgås (beräknat)	Vitamin A	66	65
1130	Parisersmörgås (beräknat)	Zink	1,86	1,86
1130	Parisersmörgås (beräknat)	Selen	8,1	8,1
1130	Parisersmörgås (beräknat)	Natrium	477	475
1130	Parisersmörgås (beräknat)	Fritt socker	2	2
1130	Parisersmörgås (beräknat)	Tillsatt socker	2	2
1130	Parisersmörgås (beräknat)	Salt	1	1
1130	Parisersmörgås (beräknat)	Niacin	1,8	1,8
1130	Parisersmörgås (beräknat)	Vitamin C	2	2
1130	Parisersmörgås (beräknat)	Riboflavin	0,2	0,2
1130	Parisersmörgås (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
1130	Parisersmörgås (beräknat)	Niacinekvivalenter	4,1	4,0
1131	Pannbiff älg stekt (beräknat)	Energi (kJ)	475	475
1131	Pannbiff älg stekt (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
1131	Pannbiff älg stekt (beräknat)	Kolesterol	69	69
1131	Pannbiff älg stekt (beräknat)	Disackarider	1	1
1131	Pannbiff älg stekt (beräknat)	Monosackarider	0	0
1131	Pannbiff älg stekt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
1131	Pannbiff älg stekt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
1131	Pannbiff älg stekt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1131	Pannbiff älg stekt (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
1131	Pannbiff älg stekt (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
1131	Pannbiff älg stekt (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,0	0,0
1131	Pannbiff älg stekt (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,4	0,4
1131	Pannbiff älg stekt (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,3	0,3
1131	Pannbiff älg stekt (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,0	0,0
1131	Pannbiff älg stekt (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
1131	Pannbiff älg stekt (beräknat)	EPA (C20:5)	0,0	0,0
1131	Pannbiff älg stekt (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
1131	Pannbiff älg stekt (beräknat)	Vitamin B12	1,9	1,9
1131	Pannbiff älg stekt (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1

1131	Pannbiff älg stekt (beräknat)	Folat	10	10
1131	Pannbiff älg stekt (beräknat)	Socker totalt	1	1
1131	Pannbiff älg stekt (beräknat)	Fullkorn totalt	1	1
1131	Pannbiff älg stekt (beräknat)	Jod	83,3	83,3
1131	Pannbiff älg stekt (beräknat)	Järn	2,4	2,4
1131	Pannbiff älg stekt (beräknat)	Kalcium	31,0	31,0
1131	Pannbiff älg stekt (beräknat)	Kalium	227	227
1131	Pannbiff älg stekt (beräknat)	Magnesium	20,9	20,9
1131	Pannbiff älg stekt (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1131	Pannbiff älg stekt (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
1131	Pannbiff älg stekt (beräknat)	Oljesyra C18:1	0,9	0,9
1131	Pannbiff älg stekt (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,3	0,3
1131	Pannbiff älg stekt (beräknat)	Protein	18	18
1131	Pannbiff älg stekt (beräknat)	Fibrer	0	0
1131	Pannbiff älg stekt (beräknat)	Fett	2,6	2,6
1131	Pannbiff älg stekt (beräknat)	Fosfor	171	171
1131	Pannbiff älg stekt (beräknat)	Vitamin D	0,4	0,4
1131	Pannbiff älg stekt (beräknat)	Vitamin E	1,1	1,1
1131	Pannbiff älg stekt (beräknat)	β-Karoten	2	2
1131	Pannbiff älg stekt (beräknat)	Aska	3	3
1131	Pannbiff älg stekt (beräknat)	Energi (kcal)	113	114
1131	Pannbiff älg stekt (beräknat)	Vatten	72	72
1131	Pannbiff älg stekt (beräknat)	Kolhydrater	4	4
1131	Pannbiff älg stekt (beräknat)	Natrium	686	686
1131	Pannbiff älg stekt (beräknat)	Selen	7,5	7,5
1131	Pannbiff älg stekt (beräknat)	Zink	5,06	5,06
1131	Pannbiff älg stekt (beräknat)	Vitamin A	27	27
1131	Pannbiff älg stekt (beräknat)	Retinol	27	27
1131	Pannbiff älg stekt (beräknat)	Salt	2	2
1131	Pannbiff älg stekt (beräknat)	Tillsatt socker	0	0
1131	Pannbiff älg stekt (beräknat)	Fritt socker	0	0
1131	Pannbiff älg stekt (beräknat)	Niacinekvivalenter	6,9	6,9
1131	Pannbiff älg stekt (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
1131	Pannbiff älg stekt (beräknat)	Riboflavin	0,2	0,2
1131	Pannbiff älg stekt (beräknat)	Vitamin C	0	0
1131	Pannbiff älg stekt (beräknat)	Niacin	3,5	3,5
1132	Köttfärssås älg (beräknat)	Monosackarider	3	3
1132	Köttfärssås älg (beräknat)	Disackarider	1	1
1132	Köttfärssås älg (beräknat)	Energi (kJ)	342	344
1132	Köttfärssås älg (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
1132	Köttfärssås älg (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1132	Köttfärssås älg (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
1132	Köttfärssås älg (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
1132	Köttfärssås älg (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,2	0,2
1132	Köttfärssås älg (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,2	0,2
1132	Köttfärssås älg (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,0	0,0
1132	Köttfärssås älg (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
1132	Köttfärssås älg (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
1132	Köttfärssås älg (beräknat)	Socker totalt	3	3
1132	Köttfärssås älg (beräknat)	Jod	25,6	25,6

1132	Köttfärssås älg (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,4	0,5
1132	Köttfärssås älg (beräknat)	Oljesyra C18:1	1,1	1,1
1132	Köttfärssås älg (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
1132	Köttfärssås älg (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1132	Köttfärssås älg (beräknat)	Fosfor	96	96
1132	Köttfärssås älg (beräknat)	Fett	2,4	2,5
1132	Köttfärssås älg (beräknat)	Protein	10	10
1132	Köttfärssås älg (beräknat)	β-Karoten	214	213
1132	Köttfärssås älg (beräknat)	Vitamin E	1,6	1,6
1132	Köttfärssås älg (beräknat)	Vitamin D	0,1	0,1
1132	Köttfärssås älg (beräknat)	Kolhydrater	4	4
1132	Köttfärssås älg (beräknat)	Vatten	80	80
1132	Köttfärssås älg (beräknat)	Avfall (skal etc.)	1	1
1132	Köttfärssås älg (beräknat)	Energi (kcal)	82	82
1132	Köttfärssås älg (beräknat)	Aska	3	3
1132	Köttfärssås älg (beräknat)	Retinol	8	6
1132	Köttfärssås älg (beräknat)	Vitamin A	27	24
1132	Köttfärssås älg (beräknat)	Natrium	706	705
1132	Köttfärssås älg (beräknat)	Salt	2	2
1132	Köttfärssås älg (beräknat)	Niacinekvivalenter	4,3	4,3
1135	(beräknat)	Energi (kJ)	615	616
1135	(beräknat)	Kolesterol	27	27
1135	(beräknat)	Disackarider	0	0
1135	(beräknat)	Monosackarider	1	1
1135	(beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
1135	(beräknat)	Summa mättade fettsyror	4	4
1135	(beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1135	(beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,4	0,4
1135	(beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,1	0,1
1135	(beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,5	0,5
1135	(beräknat)	Palmitinsyra C16:0	2,0	2,0
1135	(beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,9	1,0
1135	(beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
1135	(beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
1135	(beräknat)	EPA (C20:5)	0,0	0,0
1135	(beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
1135	(beräknat)	Vitamin B12	0,3	0,3
1135	(beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
1135	(beräknat)	Folat	24	24
1135	(beräknat)	Socker totalt	2	2
1135	(beräknat)	Jod	23,5	23,5
1135	(beräknat)	Järn	0,8	0,8
1135	(beräknat)	Kalcium	60,1	60,1
1135	(beräknat)	Kalium	185	185
1135	(beräknat)	Magnesium	17,2	17,2
1135	(beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1135	(beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,2	0,2
1135	(beräknat)	Oljesyra C18:1	3,9	3,9
1135	(beräknat)	Linolsyra C18:2	0,6	0,7
1135	(beräknat)	Protein	8	8

1135	(beräknat)	Fett	9,7	9,8
1135	(beräknat)	Fosfor	97	97
1135	(beräknat)	Vitamin D	0,1	0,1
1135	(beräknat)	Vitamin E	1,8	1,8
1135	(beräknat)	β-Karoten	217	216
1135	(beräknat)	Aska	1	1
1135	(beräknat)	Energi (kcal)	147	147
1135	(beräknat)	Vatten	74	73
1135	(beräknat)	Kolhydrater	7	7
1135	(beräknat)	Natrium	325	324
1135	(beräknat)	Selen	2,3	2,3
1135	(beräknat)	Zink	1,69	1,69
1135	(beräknat)	Vitamin A	56	55
1135	(beräknat)	Retinol	38	36
1135	(beräknat)	Salt	1	1
1135	(beräknat)	Tillsatt socker	0	0
1135	(beräknat)	Fritt socker	0	0
1135	(beräknat)	Niacinekvivalenter	3,0	3,0
1135	(beräknat)	Tiamin	0,0	0,0
1135	(beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
1135	(beräknat)	Vitamin C	17	17
1135	(beräknat)	Niacin	1,5	1,5
1137	Gryta biff m. bambuskott tillagad på restaurang	Disackarider	1	1
1137	Gryta biff m. bambuskott tillagad på restaurang	Monosackarider	0	0
1137	Gryta biff m. bambuskott tillagad på restaurang	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
1137	Gryta biff m. bambuskott tillagad på restaurang	Summa mättade fettsyror	1	1
1137	Gryta biff m. bambuskott tillagad på restaurang	Summa fleromättade fettsyror	2	2
1137	Gryta biff m. bambuskott tillagad på restaurang	Protein	8	8
1137	Gryta biff m. bambuskott tillagad på restaurang	Vitamin A	3	6
1137	Gryta biff m. bambuskott tillagad på restaurang	Salt	2	2
1138	Hamburgare nöt stekt frysvara	Monosackarider	1	1
1138	Hamburgare nöt stekt frysvara	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1138	Hamburgare nöt stekt frysvara	Summa mättade fettsyror	9	9
1138	Hamburgare nöt stekt frysvara	Summa enkelomättade fettsyror	9	9
1138	Hamburgare nöt stekt frysvara	Vitamin K	12,7	12,7
1142	Kålpudding m. vitkål köttfärs	Jod		51,9
1173	Kyckling bröstfilé rå u. skinn	Salt	0	0
1174	Kyckling lår rå u. skinn	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
1174	Kyckling lår rå u. skinn	Summa mättade fettsyror	1	1
1174	Kyckling lår rå u. skinn	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1174	Kyckling lår rå u. skinn	Salt	0	0
1175	Kyckling delar marinerade m. skinn	Summa fleromättade fettsyror	2	2
1175	Kyckling delar marinerade m. skinn	Summa mättade fettsyror	4	4
1175	Kyckling delar marinerade m. skinn	Summa enkelomättade fettsyror	6	6
1175	Kyckling delar marinerade m. skinn	Jod		0,0
1176	Struts filé rå	Energi (kJ)	455	455
1176	Struts filé rå	Monosackarider	0	0
1176	Struts filé rå	Summa mättade fettsyror	0	0
1176	Struts filé rå	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1176	Struts filé rå	Energi (kcal)	109	109

1176	Struts filé rå	Vitamin A	12	13
1176	Struts filé rå	Salt	0	0
1177	Struts filé stekt	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1177	Struts filé stekt	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
1177	Struts filé stekt	Vitamin A	38	38
1177	Struts filé stekt	Salt	0	0
1178	Kalkon kokt	Energi (kJ)	581	581
1178	Kalkon kokt	Energi (kcal)	139	139
1178	Kalkon kokt	Salt	1	1
1180	Duva m. skinn stekt m. salt (beräknat)	Avfall (skal etc.)	28	23
1180	Duva m. skinn stekt m. salt (beräknat)	Salt	1	1
1181	Kyckling kokt m. salt (beräknat)	Salt	1	1
1182	Kyckling grillad m. skinn (beräknat)	Summa mättade fettsyror	4	4
1182	Kyckling grillad m. skinn (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	7	7
1182	Kyckling grillad m. skinn (beräknat)	Avfall (skal etc.)	4	3
1213	Köttbuljong pasta el. pulver lågsalt storhushåll	Jod		5,0
1213	Köttbuljong pasta el. pulver lågsalt storhushåll	Energi (kcal)	239	239
1214	Skinkbuljong pasta el. pulver storhushåll	Jod		6,0
1214	Skinkbuljong pasta el. pulver storhushåll	Salt	48	48
1215	Hönsbuljong pasta el. pulver lågsalt storhushåll	Jod		4,0
1215	Hönsbuljong pasta el. pulver lågsalt storhushåll	Salt	35	35
1218	Köttbuljong konserv. ätf.	Salt	0	1
1219	Gelatinblad el. gelatinpulver	Salt	0	0
1257	Lake rå	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1257	Lake rå	Protein	17	17
1257	Lake rå	Energi (kcal)	71	71
1257	Lake rå	Salt	0	0
1258	Rödspätta rå	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1258	Rödspätta rå	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
1258	Rödspätta rå	Summa mättade fettsyror	0	0
1258	Rödspätta rå	Protein	21	21
1258	Rödspätta rå	Salt	0	0
1259	Sik rå	Summa mättade fettsyror	0	0
1259	Sik rå	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
1259	Sik rå	Protein	21	21
1260	Makrill rå	Energi (kJ)	1248	1214
1260	Makrill rå	Energi (kcal)	298	290
1260	Makrill rå	Salt	0	0
1261	Regnbågslax odlad rå	Summa mättade fettsyror	0	0
1261	Regnbågslax odlad rå	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
1261	Regnbågslax odlad rå	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1261	Regnbågslax odlad rå	Protein	18	18
1261	Regnbågslax odlad rå	Vitamin K	2,4	2,4
1261	Regnbågslax odlad rå	Salt	0	0
1262	Gädda rå	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
1262	Gädda rå	Summa mättade fettsyror	0	0
1262	Gädda rå	Protein	20	20
1262	Gädda rå	Salt	0	0
1263	Gös rå	Summa mättade fettsyror	0	0
1263	Gös rå	Summa enkelomättade fettsyror	0	0

1263	Gös rå	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1263	Gös rå	Protein	20	20
1263	Gös rå	Salt	0	0
1265	Ansjovis skarpill konserv.	Salt	7	7
1266	Böckling varmrökt	Summa mättade fettsyror	4	4
1266	Böckling varmrökt	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
1266	Böckling varmrökt	Summa fleromättade fettsyror	4	4
1266	Böckling varmrökt	Jod	30,0	16,0
1266	Böckling varmrökt	Salt	2	2
1267	Fisk torkad	Jod		155,0
1269	Lax kallrökt	Summa mättade fettsyror	1	1
1269	Lax kallrökt	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
1269	Lax kallrökt	Summa fleromättade fettsyror	3	3
1269	Lax kallrökt	Vitamin K	5,2	5,2
1299	Saltsill panerad stekt hemlagad	Salt	3	3
1300	Strömmingsflundra panerad stekt hemlagad	Energi (kJ)	1041	1041
1300	Strömmingsflundra panerad stekt hemlagad	Jod		66,2
1300	Strömmingsflundra panerad stekt hemlagad	Energi (kcal)	249	249
1301	Torsk filé panerad stekt hemlagad	Salt	2	2
1302	Ål inkokt hemlagad	Jod		60,0
1302	Ål inkokt hemlagad	Salt	0	1
1303	Ål ugnstek hemlagad	Salt	1	1
1304	Abborre kokt m. salt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1304	Abborre kokt m. salt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
1304	Abborre kokt m. salt (beräknat)	Protein	32	32
1304	Abborre kokt m. salt (beräknat)	Avfall (skal etc.)	98	60
1304	Abborre kokt m. salt (beräknat)	Salt	1	1
1305	Abborre filé panerad stekt (beräknat)	Energi (kJ)	809	816
1305	Abborre filé panerad stekt (beräknat)	Disackarider	0	0
1305	Abborre filé panerad stekt (beräknat)	Monosackarider	0	0
1305	Abborre filé panerad stekt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
1305	Abborre filé panerad stekt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
1305	Abborre filé panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
1305	Abborre filé panerad stekt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
1305	Abborre filé panerad stekt (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
1305	Abborre filé panerad stekt (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,0	0,0
1305	Abborre filé panerad stekt (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,7	0,7
1305	Abborre filé panerad stekt (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,2	0,2
1305	Abborre filé panerad stekt (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,5	0,5
1305	Abborre filé panerad stekt (beräknat)	Socker totalt	0	0
1305	Abborre filé panerad stekt (beräknat)	Fosfor	255	255
1305	Abborre filé panerad stekt (beräknat)	Jod	77,4	77,4
1305	Abborre filé panerad stekt (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1305	Abborre filé panerad stekt (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
1305	Abborre filé panerad stekt (beräknat)	Oljesyra C18:1	4,4	4,4
1305	Abborre filé panerad stekt (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,5	1,7
1305	Abborre filé panerad stekt (beräknat)	Kolhydrater	6	6
1305	Abborre filé panerad stekt (beräknat)	Protein	22	22
1305	Abborre filé panerad stekt (beräknat)	Fett	8,6	8,8
1305	Abborre filé panerad stekt (beräknat)	Vitamin D	19,3	19,2

1305	Abborre filé panerad stekt (beräknat)	Retinol	57	48
1305	Abborre filé panerad stekt (beräknat)	β-Karoten	14	9
1305	Abborre filé panerad stekt (beräknat)	Vitamin E	3,0	3,2
1305	Abborre filé panerad stekt (beräknat)	Aska	3	3
1305	Abborre filé panerad stekt (beräknat)	Energi (kcal)	193	195
1305	Abborre filé panerad stekt (beräknat)	Vatten	60	59
1305	Abborre filé panerad stekt (beräknat)	Natrium	599	594
1305	Abborre filé panerad stekt (beräknat)	Vitamin A	58	48
1305	Abborre filé panerad stekt (beräknat)	Salt	1	2
1305	Abborre filé panerad stekt (beräknat)	Niacinekvivalenter	9,7	9,7
1306	Fisk friterad (beräknat)	Monosackarider	0	0
1306	Fisk friterad (beräknat)	Disackarider	0	0
1306	Fisk friterad (beräknat)	Kolesterol	37	38
1306	Fisk friterad (beräknat)	DHA (C22:6)	0,2	0,2
1306	Fisk friterad (beräknat)	Energi (kJ)	877	889
1306	Fisk friterad (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	5	5
1306	Fisk friterad (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
1306	Fisk friterad (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
1306	Fisk friterad (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,3	0,3
1306	Fisk friterad (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,9	1,0
1306	Fisk friterad (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,1	0,1
1306	Fisk friterad (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
1306	Fisk friterad (beräknat)	EPA (C20:5)	0,1	0,1
1306	Fisk friterad (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
1306	Fisk friterad (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,2	0,3
1306	Fisk friterad (beräknat)	Socker totalt	0	0
1306	Fisk friterad (beräknat)	Folat	8	8
1306	Fisk friterad (beräknat)	Vitamin B6	0,2	0,2
1306	Fisk friterad (beräknat)	Vitamin B12	1,5	1,5
1306	Fisk friterad (beräknat)	Kalium	248	243
1306	Fisk friterad (beräknat)	Järn	0,3	0,2
1306	Fisk friterad (beräknat)	Kalcium	14,8	13,7
1306	Fisk friterad (beräknat)	Jod		105,9
1306	Fisk friterad (beräknat)	Fosfor	178	176
1306	Fisk friterad (beräknat)	Linolsyra C18:2	4,3	4,3
1306	Fisk friterad (beräknat)	Oljesyra C18:1	3,3	3,5
1306	Fisk friterad (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
1306	Fisk friterad (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1306	Fisk friterad (beräknat)	Fett	11,0	11,3
1306	Fisk friterad (beräknat)	Alkohol	0,0	0,0
1306	Fisk friterad (beräknat)	Fibrer	1	1
1306	Fisk friterad (beräknat)	Protein	15	16
1306	Fisk friterad (beräknat)	Kolhydrater	12	12
1306	Fisk friterad (beräknat)	Vitamin E	4,4	4,6
1306	Fisk friterad (beräknat)	β-Karoten	1	1
1306	Fisk friterad (beräknat)	Retinol	3	5
1306	Fisk friterad (beräknat)	Vitamin D	2,7	2,8
1306	Fisk friterad (beräknat)	Vatten	59	59
1306	Fisk friterad (beräknat)	Avfall (skal etc.)	19	18
1306	Fisk friterad (beräknat)	Energi (kcal)	210	212

1306	Fisk friterad (beräknat)	Aska	2	2
1306	Fisk friterad (beräknat)	Vitamin A	3	5
1306	Fisk friterad (beräknat)	Selen	18,2	17,5
1306	Fisk friterad (beräknat)	Zink	0,43	0,40
1306	Fisk friterad (beräknat)	Natrium	500	499
1306	Fisk friterad (beräknat)	Magnesium	24,4	24,2
1306	Fisk friterad (beräknat)	Fritt socker	0	0
1306	Fisk friterad (beräknat)	Tillsatt socker	0	0
1306	Fisk friterad (beräknat)	Salt	1	1
1306	Fisk friterad (beräknat)	Niacin	3,7	3,9
1306	Fisk friterad (beräknat)	Vitamin C	1	1
1306	Fisk friterad (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
1306	Fisk friterad (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
1306	Fisk friterad (beräknat)	Niacinekvivalenter	6,4	6,6
1332	Kräftströmming (beräknat)	Energi (kJ)	436	436
1332	Kräftströmming (beräknat)	Protein	17	16
1332	Kräftströmming (beräknat)	Avfall (skal etc.)	38	31
1332	Kräftströmming (beräknat)	Energi (kcal)	104	104
1332	Kräftströmming (beräknat)	Salt	2	2
1333	Strömming filé stekt m. salt (beräknat)	Energi (kJ)	510	510
1333	Strömming filé stekt m. salt (beräknat)	Energi (kcal)	122	122
1333	Strömming filé stekt m. salt (beräknat)	Avfall (skal etc.)	51	42
1334	Tonfisk stekt m. salt (beräknat)	Avfall (skal etc.)	48	40
1335	Torsk filé kokt m. salt (beräknat)	Energi (kJ)	545	546
1335	Torsk filé kokt m. salt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
1335	Torsk filé kokt m. salt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
1335	Torsk filé kokt m. salt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1335	Torsk filé kokt m. salt (beräknat)	Protein	30	30
1335	Torsk filé kokt m. salt (beräknat)	Energi (kcal)	130	130
1335	Torsk filé kokt m. salt (beräknat)	Avfall (skal etc.)	57	34
1335	Torsk filé kokt m. salt (beräknat)	Salt	1	1
1336	Torsk panerad stekt (beräknat)	Monosackarider	0	0
1336	Torsk panerad stekt (beräknat)	Disackarider	0	0
1336	Torsk panerad stekt (beräknat)	Energi (kJ)	784	792
1336	Torsk panerad stekt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
1336	Torsk panerad stekt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
1336	Torsk panerad stekt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
1336	Torsk panerad stekt (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,2	0,2
1336	Torsk panerad stekt (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,7	0,7
1336	Torsk panerad stekt (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,0	0,0
1336	Torsk panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
1336	Torsk panerad stekt (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
1336	Torsk panerad stekt (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,5	0,5
1336	Torsk panerad stekt (beräknat)	Socker totalt	0	0
1336	Torsk panerad stekt (beräknat)	Jod	255,8	255,8
1336	Torsk panerad stekt (beräknat)	Fosfor	255	255
1336	Torsk panerad stekt (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,6	1,7
1336	Torsk panerad stekt (beräknat)	Oljesyra C18:1	4,4	4,4
1336	Torsk panerad stekt (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
1336	Torsk panerad stekt (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0

1336	Torsk panerad stekt (beräknat)	Fett	8,6	8,8
1336	Torsk panerad stekt (beräknat)	Protein	21	21
1336	Torsk panerad stekt (beräknat)	Kolhydrater	6	6
1336	Torsk panerad stekt (beräknat)	Vitamin E	3,0	3,1
1336	Torsk panerad stekt (beräknat)	β-Karoten	14	9
1336	Torsk panerad stekt (beräknat)	Retinol	44	34
1336	Torsk panerad stekt (beräknat)	Vitamin D	2,3	2,2
1336	Torsk panerad stekt (beräknat)	Vatten	62	62
1336	Torsk panerad stekt (beräknat)	Energi (kcal)	187	189
1336	Torsk panerad stekt (beräknat)	Aska	3	3
1336	Torsk panerad stekt (beräknat)	Vitamin A	45	35
1336	Torsk panerad stekt (beräknat)	Natrium	632	627
1336	Torsk panerad stekt (beräknat)	Salt	2	2
1336	Torsk panerad stekt (beräknat)	Niacinekvivalenter	6,2	6,2
1337	Torsk stekt (beräknat)	Energi (kJ)	454	455
1337	Torsk stekt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
1337	Torsk stekt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
1337	Torsk stekt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1337	Torsk stekt (beräknat)	Protein	25	25
1337	Torsk stekt (beräknat)	Energi (kcal)	109	108
1337	Torsk stekt (beräknat)	Avfall (skal etc.)	47	34
1337	Torsk stekt (beräknat)	Salt	1	1
1338	Vitling kokt m. salt (beräknat)	Jod		509,6
1338	Vitling kokt m. salt (beräknat)	Avfall (skal etc.)	86	52
1338	Vitling kokt m. salt (beräknat)	Salt	1	1
1339	Vitling filé panerad stekt (beräknat)	Energi (kJ)	786	794
1339	Vitling filé panerad stekt (beräknat)	Disackarider	0	0
1339	Vitling filé panerad stekt (beräknat)	Monosackarider	0	0
1339	Vitling filé panerad stekt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
1339	Vitling filé panerad stekt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
1339	Vitling filé panerad stekt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
1339	Vitling filé panerad stekt (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
1339	Vitling filé panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
1339	Vitling filé panerad stekt (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,0	0,0
1339	Vitling filé panerad stekt (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,7	0,7
1339	Vitling filé panerad stekt (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,2	0,2
1339	Vitling filé panerad stekt (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,5	0,5
1339	Vitling filé panerad stekt (beräknat)	Socker totalt	0	0
1339	Vitling filé panerad stekt (beräknat)	Fosfor	219	219
1339	Vitling filé panerad stekt (beräknat)	Jod		355,7
1339	Vitling filé panerad stekt (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1339	Vitling filé panerad stekt (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
1339	Vitling filé panerad stekt (beräknat)	Oljesyra C18:1	4,4	4,4
1339	Vitling filé panerad stekt (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,5	1,7
1339	Vitling filé panerad stekt (beräknat)	Kolhydrater	6	6
1339	Vitling filé panerad stekt (beräknat)	Protein	21	21
1339	Vitling filé panerad stekt (beräknat)	Fett	8,7	8,9
1339	Vitling filé panerad stekt (beräknat)	Vitamin D	1,3	1,2
1339	Vitling filé panerad stekt (beräknat)	Retinol	44	35
1339	Vitling filé panerad stekt (beräknat)	β-Karoten	14	9

1339	Vitling filé panerad stekt (beräknat)	Vitamin E	2,5	2,7
1372	Fiskgratäng m. potatismos dillsås tillagad frysvara	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
1372	Fiskgratäng m. potatismos dillsås tillagad frysvara	Kolhydrater	11	11
1372	Fiskgratäng m. potatismos dillsås tillagad frysvara	Salt	1	1
1373	Laxpaté	Monosackarider	0	0
1373	Laxpaté	Disackarider	1	1
1373	Laxpaté	Summa fleromättade fettsyror	5	5
1373	Laxpaté	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
1373	Laxpaté	Summa mättade fettsyror	8	8
1373	Laxpaté	Protein	13	13
1373	Laxpaté	Vitamin A	117	117
1373	Laxpaté	Salt	1	1
1374	Fiskgratäng m. potatismos räksås tillagad frysvara	Summa mättade fettsyror	2	2
1374	Fiskgratäng m. potatismos räksås tillagad frysvara	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
1374	Fiskgratäng m. potatismos räksås tillagad frysvara	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1374	Fiskgratäng m. potatismos räksås tillagad frysvara	Kolhydrater	11	11
1374	Fiskgratäng m. potatismos räksås tillagad frysvara	Salt	1	1
1375	Sushi olika sorter 7 bitar	Monosackarider	0	0
1375	Sushi olika sorter 7 bitar	Disackarider	2	2
1375	Sushi olika sorter 7 bitar	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1375	Sushi olika sorter 7 bitar	Summa enkelomättade fettsyror	0	1
1375	Sushi olika sorter 7 bitar	Summa mättade fettsyror	0	0
1375	Sushi olika sorter 7 bitar	Protein	6	6
1082	Skinksås (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
1082	Skinksås (beräknat)	Vitamin B12	0,5	0,5
1082	Skinksås (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
1082	Skinksås (beräknat)	Folat	11	11
1082	Skinksås (beräknat)	Socker totalt	4	4
1082	Skinksås (beräknat)	Jod	37,0	36,3
1082	Skinksås (beräknat)	Järn	0,2	0,2
1082	Skinksås (beräknat)	Kalcium	104,2	104,5
1082	Skinksås (beräknat)	Kalium	194	194
1082	Skinksås (beräknat)	Magnesium	16,0	16,0
1082	Skinksås (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1082	Skinksås (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
1082	Skinksås (beräknat)	Oljesyra C18:1	2,6	2,5
1082	Skinksås (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,7	0,8
1082	Skinksås (beräknat)	Protein	8	8
1082	Skinksås (beräknat)	Fibrer	0	0
1082	Skinksås (beräknat)	Fett	6,7	6,6
1082	Skinksås (beräknat)	Fosfor	163	163
1082	Skinksås (beräknat)	Vitamin D	1,0	1,0
1082	Skinksås (beräknat)	Vitamin E	0,9	1,0
1082	Skinksås (beräknat)	β-Karoten	54	50
1082	Skinksås (beräknat)	Aska	3	2
1082	Skinksås (beräknat)	Energi (kcal)	120	118
1082	Skinksås (beräknat)	Vatten	76	76
1082	Skinksås (beräknat)	Kolhydrater	6	6
1082	Skinksås (beräknat)	Natrium	676	675
1082	Skinksås (beräknat)	Selen	3,9	3,9

1082	Skinksås (beräknat)	Zink	1,07	1,07
1082	Skinksås (beräknat)	Vitamin A	42	35
1082	Skinksås (beräknat)	Retinol	37	31
1082	Skinksås (beräknat)	Salt	2	2
1082	Skinksås (beräknat)	Tillsatt socker	0	0
1082	Skinksås (beräknat)	Fritt socker	0	0
1082	Skinksås (beräknat)	Niacinekvivalenter	3,1	3,1
1082	Skinksås (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
1082	Skinksås (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,2
1082	Skinksås (beräknat)	Vitamin C	1	1
1082	Skinksås (beräknat)	Niacin	1,4	1,4
1083	Gryta kalops nöt hemlagad (beräknat)	Monosackarider	1	1
1083	Gryta kalops nöt hemlagad (beräknat)	Disackarider	1	1
1083	Gryta kalops nöt hemlagad (beräknat)	Kolesterol	21	20
1083	Gryta kalops nöt hemlagad (beräknat)	Energi (kJ)	320	322
1083	Gryta kalops nöt hemlagad (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
1083	Gryta kalops nöt hemlagad (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	1
1083	Gryta kalops nöt hemlagad (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
1083	Gryta kalops nöt hemlagad (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
1083	Gryta kalops nöt hemlagad (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,4	0,4
1083	Gryta kalops nöt hemlagad (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,8	0,7
1083	Gryta kalops nöt hemlagad (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,1	0,1
1083	Gryta kalops nöt hemlagad (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
1083	Gryta kalops nöt hemlagad (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
1083	Gryta kalops nöt hemlagad (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
1083	Gryta kalops nöt hemlagad (beräknat)	Socker totalt	2	2
1083	Gryta kalops nöt hemlagad (beräknat)	Jod	33,0	33,0
1083	Gryta kalops nöt hemlagad (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,3	0,4
1083	Gryta kalops nöt hemlagad (beräknat)	Oljesyra C18:1	1,5	1,5
1083	Gryta kalops nöt hemlagad (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
1083	Gryta kalops nöt hemlagad (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1083	Gryta kalops nöt hemlagad (beräknat)	Fosfor	65	65
1083	Gryta kalops nöt hemlagad (beräknat)	Fett	3,8	3,8
1083	Gryta kalops nöt hemlagad (beräknat)	Protein	7	7
1083	Gryta kalops nöt hemlagad (beräknat)	β-Karoten	1390	1390
1083	Gryta kalops nöt hemlagad (beräknat)	Vitamin E	0,7	0,7
1083	Gryta kalops nöt hemlagad (beräknat)	Vitamin D	0,1	0,2
1083	Gryta kalops nöt hemlagad (beräknat)	Kolhydrater	3	3
1083	Gryta kalops nöt hemlagad (beräknat)	Vatten	84	84
1083	Gryta kalops nöt hemlagad (beräknat)	Energi (kcal)	77	77
1083	Gryta kalops nöt hemlagad (beräknat)	Aska	1	1
1083	Gryta kalops nöt hemlagad (beräknat)	Retinol	10	9
1083	Gryta kalops nöt hemlagad (beräknat)	Vitamin A	147	146
1083	Gryta kalops nöt hemlagad (beräknat)	Natrium	283	282
1083	Gryta kalops nöt hemlagad (beräknat)	Salt	1	1
1083	Gryta kalops nöt hemlagad (beräknat)	Niacinekvivalenter	3,0	3,0
1087	Biff stroganoff nöt frysvara	Jod		4,1
1087	Biff stroganoff nöt frysvara	Salt	2	2
1088	Gryta dillkött nöt m. sås frysvara	Salt	1	1
1089	Kinesisk rätt gris friterat m. grönsaker	Kolhydrater	18	18

1089	Kinesisk rätt gris friterat m. grönsaker	Salt	1	1
1090	Gryta chop suey fläskfilé tillagad på restaurang	Monosackarider	1	1
1090	Gryta chop suey fläskfilé tillagad på restaurang	Summa fleromättade fettsyror	2	2
1090	Gryta chop suey fläskfilé tillagad på restaurang	Socker totalt	2	2
1090	Gryta chop suey fläskfilé tillagad på restaurang	Protein	7	7
1090	Gryta chop suey fläskfilé tillagad på restaurang	Vitamin A	79	82
1090	Gryta chop suey fläskfilé tillagad på restaurang	Salt	1	1
1091	Nasi Goreng gris tillagad på restaurang	Disackarider	1	1
1091	Nasi Goreng gris tillagad på restaurang	Monosackarider	0	1
1091	Nasi Goreng gris tillagad på restaurang	Summa mättade fettsyror	1	1
1091	Nasi Goreng gris tillagad på restaurang	Summa fleromättade fettsyror	3	3
1091	Nasi Goreng gris tillagad på restaurang	Protein	8	8
1120	Köttbullar gris stekta (beräknat)	Selen	6,4	6,3
1120	Köttbullar gris stekta (beräknat)	Natrium	568	564
1120	Köttbullar gris stekta (beräknat)	Fritt socker	0	0
1120	Köttbullar gris stekta (beräknat)	Tillsatt socker	0	0
1120	Köttbullar gris stekta (beräknat)	Salt	1	1
1120	Köttbullar gris stekta (beräknat)	Niacin	2,7	2,7
1120	Köttbullar gris stekta (beräknat)	Vitamin C	0	0
1120	Köttbullar gris stekta (beräknat)	Riboflavin	0,2	0,2
1120	Köttbullar gris stekta (beräknat)	Tiamin	0,3	0,3
1120	Köttbullar gris stekta (beräknat)	Niacinekvivalenter	5,4	5,2
1121	Köttfärssås gris (beräknat)	Energi (kJ)	509	574
1121	Köttfärssås gris (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
1121	Köttfärssås gris (beräknat)	Kolesterol	22	22
1121	Köttfärssås gris (beräknat)	Disackarider	1	1
1121	Köttfärssås gris (beräknat)	Monosackarider	3	3
1121	Köttfärssås gris (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	4
1121	Köttfärssås gris (beräknat)	Summa mättade fettsyror	3	4
1121	Köttfärssås gris (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1121	Köttfärssås gris (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
1121	Köttfärssås gris (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
1121	Köttfärssås gris (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,1	0,2
1121	Köttfärssås gris (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,6	2,1
1121	Köttfärssås gris (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,9	1,2
1121	Köttfärssås gris (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,2	0,2
1121	Köttfärssås gris (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
1121	Köttfärssås gris (beräknat)	EPA (C20:5)	0,0	0,0
1121	Köttfärssås gris (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
1121	Köttfärssås gris (beräknat)	Vitamin B12	0,2	0,2
1121	Köttfärssås gris (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
1121	Köttfärssås gris (beräknat)	Folat	11	11
1121	Köttfärssås gris (beräknat)	Socker totalt	3	3
1121	Köttfärssås gris (beräknat)	Jod	25,9	25,8
1121	Köttfärssås gris (beräknat)	Järn	0,7	0,7
1121	Köttfärssås gris (beräknat)	Kalcium	18,5	18,4
1121	Köttfärssås gris (beräknat)	Kalium	237	236
1121	Köttfärssås gris (beräknat)	Magnesium	21,1	21,0
1121	Köttfärssås gris (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1121	Köttfärssås gris (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,2	0,3

1121	Köttfärssås gris (beräknat)	Oljesyra C18:1	3,1	3,8
1121	Köttfärssås gris (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,9	1,1
1121	Köttfärssås gris (beräknat)	Protein	8	8
1121	Köttfärssås gris (beräknat)	Fibrer	1	1
1121	Köttfärssås gris (beräknat)	Fett	7,7	9,7
1121	Köttfärssås gris (beräknat)	Fosfor	98	98
1121	Köttfärssås gris (beräknat)	Vitamin D	0,3	0,2
1121	Köttfärssås gris (beräknat)	Vitamin E	1,5	1,6
1121	Köttfärssås gris (beräknat)	β-Karoten	222	219
1121	Köttfärssås gris (beräknat)	Aska	3	3
1121	Köttfärssås gris (beräknat)	Energi (kcal)	122	137
1121	Köttfärssås gris (beräknat)	Avfall (skal etc.)	1	1
1121	Köttfärssås gris (beräknat)	Vatten	76	74
1121	Köttfärssås gris (beräknat)	Kolhydrater	5	5
1121	Köttfärssås gris (beräknat)	Natrium	732	728
1121	Köttfärssås gris (beräknat)	Selen	2,4	2,4
1121	Köttfärssås gris (beräknat)	Zink	1,25	1,25
1121	Köttfärssås gris (beräknat)	Vitamin A	29	26
1121	Köttfärssås gris (beräknat)	Retinol	9	7
1121	Köttfärssås gris (beräknat)	Salt	2	2
1121	Köttfärssås gris (beräknat)	Tillsatt socker	0	0
1121	Köttfärssås gris (beräknat)	Fritt socker	1	1
1121	Köttfärssås gris (beräknat)	Niacinekvivalenter	3,6	3,5
1121	Köttfärssås gris (beräknat)	Tiamin	0,2	0,2
1121	Köttfärssås gris (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
1121	Köttfärssås gris (beräknat)	Vitamin C	5	5
1121	Köttfärssås gris (beräknat)	Niacin	2,1	2,1
1124	Nöt färs stekt tacokryddad (beräknat)	Monosackarider	0	0
1124	Nöt färs stekt tacokryddad (beräknat)	Disackarider	0	0
1124	Nöt färs stekt tacokryddad (beräknat)	Kolesterol	64	64
1124	Nöt färs stekt tacokryddad (beräknat)	Energi (kJ)	997	1008
1124	Nöt färs stekt tacokryddad (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
1124	Nöt färs stekt tacokryddad (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
1124	Nöt färs stekt tacokryddad (beräknat)	Summa mättade fettsyror	6	6
1124	Nöt färs stekt tacokryddad (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	8	8
1124	Nöt färs stekt tacokryddad (beräknat)	Stearinsyra C18:0	1,9	1,9
1124	Nöt färs stekt tacokryddad (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	3,1	3,2
1124	Nöt färs stekt tacokryddad (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,4	0,4
1124	Nöt färs stekt tacokryddad (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
1124	Nöt färs stekt tacokryddad (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
1124	Nöt färs stekt tacokryddad (beräknat)	EPA (C20:5)	0,0	0,0
1124	Nöt färs stekt tacokryddad (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
1124	Nöt färs stekt tacokryddad (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,4	0,4
1124	Nöt färs stekt tacokryddad (beräknat)	Socker totalt	0	0
1124	Nöt färs stekt tacokryddad (beräknat)	Folat	5	5
1124	Nöt färs stekt tacokryddad (beräknat)	Vitamin B6	0,2	0,2
1124	Nöt färs stekt tacokryddad (beräknat)	Vitamin B12	0,8	0,8
1124	Nöt färs stekt tacokryddad (beräknat)	Magnesium	24,4	24,4
1124	Nöt färs stekt tacokryddad (beräknat)	Kalium	201	201
1124	Nöt färs stekt tacokryddad (beräknat)	Kalcium	11,8	11,7

1124	Nöt färs stekt tacokryddad (beräknat)	Järn	2,3	2,3
1124	Nöt färs stekt tacokryddad (beräknat)	Jod	79,5	79,5
1124	Nöt färs stekt tacokryddad (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,2	1,3
1124	Nöt färs stekt tacokryddad (beräknat)	Oljesyra C18:1	7,2	7,2
1124	Nöt färs stekt tacokryddad (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,5	0,5
1124	Nöt färs stekt tacokryddad (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1124	Nöt färs stekt tacokryddad (beräknat)	Fosfor	181	181
1124	Nöt färs stekt tacokryddad (beräknat)	Fett	16,5	16,8
1124	Nöt färs stekt tacokryddad (beräknat)	Protein	22	22
1124	Nöt färs stekt tacokryddad (beräknat)	β-Karoten	100	97
1124	Nöt färs stekt tacokryddad (beräknat)	Vitamin E	1,8	1,9
1124	Nöt färs stekt tacokryddad (beräknat)	Vitamin D	0,3	0,3
1124	Nöt färs stekt tacokryddad (beräknat)	Kolhydrater	1	1
1124	Nöt färs stekt tacokryddad (beräknat)	Vatten	57	57
1124	Nöt färs stekt tacokryddad (beräknat)	Energi (kcal)	238	241
1124	Nöt färs stekt tacokryddad (beräknat)	Aska	4	4
1124	Nöt färs stekt tacokryddad (beräknat)	Retinol	23	17
1124	Nöt färs stekt tacokryddad (beräknat)	Vitamin A	31	25
1124	Nöt färs stekt tacokryddad (beräknat)	Zink	5,41	5,41
1124	Nöt färs stekt tacokryddad (beräknat)	Selen	5,9	5,9
1124	Nöt färs stekt tacokryddad (beräknat)	Natrium	1077	1073
1124	Nöt färs stekt tacokryddad (beräknat)	Fritt socker	0	0
1124	Nöt färs stekt tacokryddad (beräknat)	Tillsatt socker	0	0
1124	Nöt färs stekt tacokryddad (beräknat)	Salt	3	3
1124	Nöt färs stekt tacokryddad (beräknat)	Niacin	4,8	4,8
1124	Nöt färs stekt tacokryddad (beräknat)	Vitamin C	0	0
1124	Nöt färs stekt tacokryddad (beräknat)	Riboflavin	0,2	0,1
1124	Nöt färs stekt tacokryddad (beräknat)	Tiamin	0,0	0,0
1124	Nöt färs stekt tacokryddad (beräknat)	Niacinekvivalenter	8,8	8,8
1125	Pannbiff lamm stekt (beräknat)	Energi (kJ)	907	902
1125	Pannbiff lamm stekt (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
1125	Pannbiff lamm stekt (beräknat)	Kolesterol	81	81
1125	Pannbiff lamm stekt (beräknat)	Disackarider	1	1
1125	Pannbiff lamm stekt (beräknat)	Monosackarider	0	0
1125	Pannbiff lamm stekt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	6	6
1125	Pannbiff lamm stekt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	7	7
1125	Pannbiff lamm stekt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1125	Pannbiff lamm stekt (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
1125	Pannbiff lamm stekt (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
1125	Pannbiff lamm stekt (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,4	0,4
1125	Pannbiff lamm stekt (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	3,0	3,0
1125	Pannbiff lamm stekt (beräknat)	Stearinsyra C18:0	2,8	2,8
1125	Pannbiff lamm stekt (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,2	0,2
1125	Pannbiff lamm stekt (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
1125	Pannbiff lamm stekt (beräknat)	EPA (C20:5)	0,0	0,0
1125	Pannbiff lamm stekt (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
1125	Pannbiff lamm stekt (beräknat)	Vitamin B12	1,1	1,1
1125	Pannbiff lamm stekt (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
1125	Pannbiff lamm stekt (beräknat)	Folat	11	11
1125	Pannbiff lamm stekt (beräknat)	Socker totalt	1	1

1125	Pannbiff lamm stekt (beräknat)	Fullkorn totalt	1	1
1125	Pannbiff lamm stekt (beräknat)	Jod	90,4	90,4
1125	Pannbiff lamm stekt (beräknat)	Järn	1,5	1,5
1125	Pannbiff lamm stekt (beräknat)	Kalcium	38,2	38,2
1125	Pannbiff lamm stekt (beräknat)	Kalium	185	185
1125	Pannbiff lamm stekt (beräknat)	Magnesium	19,7	19,7
1125	Pannbiff lamm stekt (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1125	Pannbiff lamm stekt (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,3	0,3
1125	Pannbiff lamm stekt (beräknat)	Oljesyra C18:1	5,4	5,4
1125	Pannbiff lamm stekt (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,8	0,8
1125	Pannbiff lamm stekt (beräknat)	Protein	15	15
1125	Pannbiff lamm stekt (beräknat)	Fibrer	1	1
1125	Pannbiff lamm stekt (beräknat)	Fett	15,4	15,4
1125	Pannbiff lamm stekt (beräknat)	Fosfor	154	154
1125	Pannbiff lamm stekt (beräknat)	Vitamin D	0,4	0,4
1125	Pannbiff lamm stekt (beräknat)	Vitamin E	1,0	1,0
1125	Pannbiff lamm stekt (beräknat)	β-Karoten	2	2
1125	Pannbiff lamm stekt (beräknat)	Aska	2	2
1125	Pannbiff lamm stekt (beräknat)	Energi (kcal)	217	215
1125	Pannbiff lamm stekt (beräknat)	Vatten	62	62
1125	Pannbiff lamm stekt (beräknat)	Kolhydrater	4	4
1125	Pannbiff lamm stekt (beräknat)	Natrium	740	740
1125	Pannbiff lamm stekt (beräknat)	Selen	8,7	8,7
1125	Pannbiff lamm stekt (beräknat)	Zink	3,02	3,02
1125	Pannbiff lamm stekt (beräknat)	Vitamin A	42	42
1125	Pannbiff lamm stekt (beräknat)	Retinol	42	42
1125	Pannbiff lamm stekt (beräknat)	Salt	2	2
1125	Pannbiff lamm stekt (beräknat)	Tillsatt socker	0	0
1125	Pannbiff lamm stekt (beräknat)	Fritt socker	0	0
1125	Pannbiff lamm stekt (beräknat)	Niacinekvivalenter	6,3	6,3
1125	Pannbiff lamm stekt (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
1125	Pannbiff lamm stekt (beräknat)	Riboflavin	0,2	0,2
1125	Pannbiff lamm stekt (beräknat)	Vitamin C	0	0
1125	Pannbiff lamm stekt (beräknat)	Niacin	3,5	3,5
1126	Köttfärslimpa gris ugnsstekt hemlagad (beräknat)	Monosackarider	0	0
1126	Köttfärslimpa gris ugnsstekt hemlagad (beräknat)	Disackarider	1	1
1126	Köttfärslimpa gris ugnsstekt hemlagad (beräknat)	Kolesterol	72	72
1126	Köttfärslimpa gris ugnsstekt hemlagad (beräknat)	DHA (C22:6)	0,1	0,1
1126	Köttfärslimpa gris ugnsstekt hemlagad (beräknat)	Energi (kJ)	767	878
1126	Köttfärslimpa gris ugnsstekt hemlagad (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
1126	Köttfärslimpa gris ugnsstekt hemlagad (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	2
1126	Köttfärslimpa gris ugnsstekt hemlagad (beräknat)	Summa mättade fettsyror	5	6
1126	Köttfärslimpa gris ugnsstekt hemlagad (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	5	6
1126	Köttfärslimpa gris ugnsstekt hemlagad (beräknat)	Stearinsyra C18:0	1,7	2,2
1126	Köttfärslimpa gris ugnsstekt hemlagad (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	3,0	3,9
1126	Köttfärslimpa gris ugnsstekt hemlagad (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,2	0,3
1126	Köttfärslimpa gris ugnsstekt hemlagad (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
1126	Köttfärslimpa gris ugnsstekt hemlagad (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
1126	Köttfärslimpa gris ugnsstekt hemlagad (beräknat)	EPA (C20:5)	0,0	0,0
1126	Köttfärslimpa gris ugnsstekt hemlagad (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,1

1126	Köttfärslimpa gris ugnsstekt hemlagad (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
1126	Köttfärslimpa gris ugnsstekt hemlagad (beräknat)	Fullkorn totalt	1	1
1126	Köttfärslimpa gris ugnsstekt hemlagad (beräknat)	Socker totalt	1	1
1126	Köttfärslimpa gris ugnsstekt hemlagad (beräknat)	Folat	10	10
1126	Köttfärslimpa gris ugnsstekt hemlagad (beräknat)	Vitamin B6	0,3	0,3
1126	Köttfärslimpa gris ugnsstekt hemlagad (beräknat)	Vitamin B12	0,6	0,6
1126	Köttfärslimpa gris ugnsstekt hemlagad (beräknat)	Magnesium	23,5	23,4
1126	Köttfärslimpa gris ugnsstekt hemlagad (beräknat)	Kalium	229	228
1126	Köttfärslimpa gris ugnsstekt hemlagad (beräknat)	Kalcium	33,6	33,3
1126	Köttfärslimpa gris ugnsstekt hemlagad (beräknat)	Järn	0,8	0,8
1126	Köttfärslimpa gris ugnsstekt hemlagad (beräknat)	Jod	84,2	83,5
1126	Köttfärslimpa gris ugnsstekt hemlagad (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,1	1,4
1126	Köttfärslimpa gris ugnsstekt hemlagad (beräknat)	Oljesyra C18:1	4,5	5,7
1126	Köttfärslimpa gris ugnsstekt hemlagad (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,4	0,5
1126	Köttfärslimpa gris ugnsstekt hemlagad (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1126	Köttfärslimpa gris ugnsstekt hemlagad (beräknat)	Fosfor	173	171
1126	Köttfärslimpa gris ugnsstekt hemlagad (beräknat)	Fett	12,1	15,5
1126	Köttfärslimpa gris ugnsstekt hemlagad (beräknat)	Fibrer	1	1
1126	Köttfärslimpa gris ugnsstekt hemlagad (beräknat)	Protein	14	14
1126	Köttfärslimpa gris ugnsstekt hemlagad (beräknat)	β-Karoten	2	2
1126	Köttfärslimpa gris ugnsstekt hemlagad (beräknat)	Vitamin E	0,9	0,9
1126	Köttfärslimpa gris ugnsstekt hemlagad (beräknat)	Vitamin D	0,6	0,6
1126	Köttfärslimpa gris ugnsstekt hemlagad (beräknat)	Kolhydrater	4	4
1126	Köttfärslimpa gris ugnsstekt hemlagad (beräknat)	Vatten	66	64
1126	Köttfärslimpa gris ugnsstekt hemlagad (beräknat)	Energi (kcal)	183	210
1126	Köttfärslimpa gris ugnsstekt hemlagad (beräknat)	Aska	3	3
1126	Köttfärslimpa gris ugnsstekt hemlagad (beräknat)	Retinol	29	29
1126	Köttfärslimpa gris ugnsstekt hemlagad (beräknat)	Vitamin A	30	29
1126	Köttfärslimpa gris ugnsstekt hemlagad (beräknat)	Zink	2,33	2,31
1126	Köttfärslimpa gris ugnsstekt hemlagad (beräknat)	Selen	6,5	6,5
1126	Köttfärslimpa gris ugnsstekt hemlagad (beräknat)	Natrium	703	698
1126	Köttfärslimpa gris ugnsstekt hemlagad (beräknat)	Fritt socker	0	0
1126	Köttfärslimpa gris ugnsstekt hemlagad (beräknat)	Tillsatt socker	0	0
1126	Köttfärslimpa gris ugnsstekt hemlagad (beräknat)	Salt	2	2
1126	Köttfärslimpa gris ugnsstekt hemlagad (beräknat)	Niacin	2,7	2,7
1126	Köttfärslimpa gris ugnsstekt hemlagad (beräknat)	Vitamin C	0	0
1126	Köttfärslimpa gris ugnsstekt hemlagad (beräknat)	Riboflavin	0,2	0,2
1126	Köttfärslimpa gris ugnsstekt hemlagad (beräknat)	Tiamin	0,4	0,4
1126	Köttfärslimpa gris ugnsstekt hemlagad (beräknat)	Niacinekvivalenter	5,5	5,3
1127	(beräknat)	Energi (kJ)	740	798
1127	(beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
1127	(beräknat)	Kolesterol	73	73
1127	(beräknat)	Disackarider	1	1
1127	(beräknat)	Monosackarider	0	0
1127	(beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
1127	(beräknat)	Summa mättade fettsyror	4	5
1127	(beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1127	(beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
1127	(beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
1127	(beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,2	0,3

1127	(beräknat)	Palmitinsyra C16:0	2,6	3,0
1127	(beräknat)	Stearinsyra C18:0	1,5	1,7
1127	(beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
1127	(beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
1127	(beräknat)	EPA (C20:5)	0,0	0,0
1127	(beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
1127	(beräknat)	Vitamin B12	0,8	0,8
1127	(beräknat)	Vitamin B6	0,2	0,2
1127	(beräknat)	Folat	10	10
1127	(beräknat)	Socker totalt	1	1
1127	(beräknat)	Fullkorn totalt	1	1
1127	(beräknat)	Jod	85,2	84,9
1127	(beräknat)	Järn	1,3	1,3
1127	(beräknat)	Kalcium	33,9	33,7
1127	(beräknat)	Kalium	217	216
1127	(beräknat)	Magnesium	22,0	21,9
1127	(beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1127	(beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,4	0,4
1127	(beräknat)	Oljesyra C18:1	4,1	4,8
1127	(beräknat)	Linolsyra C18:2	0,8	0,9
1127	(beräknat)	Protein	15	15
1127	(beräknat)	Fibrer	1	1
1127	(beräknat)	Fett	10,8	12,6
1127	(beräknat)	Fosfor	165	165
1127	(beräknat)	Vitamin D	0,5	0,5
1127	(beräknat)	Vitamin E	1,0	0,9
1127	(beräknat)	β-Karoten	12	12
1127	(beräknat)	Aska	3	3
1127	(beräknat)	Energi (kcal)	177	191
1127	(beräknat)	Vatten	66	65
1127	(beräknat)	Kolhydrater	4	4
1127	(beräknat)	Natrium	714	711
1127	(beräknat)	Selen	6,4	6,4
1127	(beräknat)	Zink	3,08	3,07
1127	(beräknat)	Vitamin A	31	31
1127	(beräknat)	Retinol	30	30
1127	(beräknat)	Salt	2	2
1127	(beräknat)	Tillsatt socker	0	0
1127	(beräknat)	Fritt socker	0	0
1127	(beräknat)	Niacinekvivalenter	5,9	5,8
1127	(beräknat)	Tiamin	0,2	0,2
1127	(beräknat)	Riboflavin	0,2	0,2
1127	(beräknat)	Vitamin C	0	0
1127	(beräknat)	Niacin	3,0	3,0
1128	Pannbiff nöt stekt (beräknat)	Monosackarider	0	0
1128	Pannbiff nöt stekt (beräknat)	Disackarider	1	1
1128	Pannbiff nöt stekt (beräknat)	Kolesterol	77	77
1128	Pannbiff nöt stekt (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
1128	Pannbiff nöt stekt (beräknat)	Energi (kJ)	744	748
1128	Pannbiff nöt stekt (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0

1128	Pannbiff nöt stekt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1128	Pannbiff nöt stekt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	4	4
1128	Pannbiff nöt stekt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	4	5
1128	Pannbiff nöt stekt (beräknat)	Stearinsyra C18:0	1,3	1,3
1128	Pannbiff nöt stekt (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	2,2	2,3
1128	Pannbiff nöt stekt (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,3	0,3
1128	Pannbiff nöt stekt (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
1128	Pannbiff nöt stekt (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
1128	Pannbiff nöt stekt (beräknat)	EPA (C20:5)	0,0	0,0
1128	Pannbiff nöt stekt (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
1128	Pannbiff nöt stekt (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
1128	Pannbiff nöt stekt (beräknat)	Fullkorn totalt	1	1
1128	Pannbiff nöt stekt (beräknat)	Socker totalt	1	1
1128	Pannbiff nöt stekt (beräknat)	Folat	13	13
1128	Pannbiff nöt stekt (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
1128	Pannbiff nöt stekt (beräknat)	Vitamin B12	1,1	1,1
1128	Pannbiff nöt stekt (beräknat)	Magnesium	21,3	21,3
1128	Pannbiff nöt stekt (beräknat)	Kalium	203	203
1128	Pannbiff nöt stekt (beräknat)	Kalcium	35,7	35,6
1128	Pannbiff nöt stekt (beräknat)	Järn	1,8	1,8
1128	Pannbiff nöt stekt (beräknat)	Jod	90,0	90,0
1128	Pannbiff nöt stekt (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,5	0,5
1128	Pannbiff nöt stekt (beräknat)	Oljesyra C18:1	3,9	4,0
1128	Pannbiff nöt stekt (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,4	0,4
1128	Pannbiff nöt stekt (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1128	Pannbiff nöt stekt (beräknat)	Fosfor	165	165
1128	Pannbiff nöt stekt (beräknat)	Fett	10,0	10,2
1128	Pannbiff nöt stekt (beräknat)	Fibrer	1	1
1128	Pannbiff nöt stekt (beräknat)	Protein	17	17
1128	Pannbiff nöt stekt (beräknat)	β-Karoten	23	23
1128	Pannbiff nöt stekt (beräknat)	Vitamin E	1,1	1,1
1128	Pannbiff nöt stekt (beräknat)	Vitamin D	0,5	0,5
1128	Pannbiff nöt stekt (beräknat)	Kolhydrater	4	4
1128	Pannbiff nöt stekt (beräknat)	Vatten	65	65
1128	Pannbiff nöt stekt (beräknat)	Energi (kcal)	178	179
1128	Pannbiff nöt stekt (beräknat)	Aska	3	3
1128	Pannbiff nöt stekt (beräknat)	Retinol	32	32
1128	Pannbiff nöt stekt (beräknat)	Vitamin A	34	34
1128	Pannbiff nöt stekt (beräknat)	Zink	4,00	3,99
1128	Pannbiff nöt stekt (beräknat)	Selen	6,5	6,5
1128	Pannbiff nöt stekt (beräknat)	Natrium	755	755
1128	Pannbiff nöt stekt (beräknat)	Fritt socker	0	0
1128	Pannbiff nöt stekt (beräknat)	Tillsatt socker	0	0
1128	Pannbiff nöt stekt (beräknat)	Salt	2	2
1128	Pannbiff nöt stekt (beräknat)	Niacin	3,4	3,4
1128	Pannbiff nöt stekt (beräknat)	Vitamin C	0	0
1128	Pannbiff nöt stekt (beräknat)	Riboflavin	0,2	0,2
1128	Pannbiff nöt stekt (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
1128	Pannbiff nöt stekt (beräknat)	Niacinekvivalenter	6,6	6,6
1129	Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Energi (kJ)	772	832

1129	Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
1129	Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Kolesterol	76	76
1129	Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Disackarider	1	1
1129	Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Monosackarider	0	0
1129	Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	5	6
1129	Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	5	5
1129	Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1129	Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
1129	Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
1129	Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,2	0,3
1129	Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	2,7	3,2
1129	Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Stearinsyra C18:0	1,5	1,8
1129	Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
1129	Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
1129	Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	EPA (C20:5)	0,0	0,0
1129	Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
1129	Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Vitamin B12	0,8	0,8
1129	Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
1129	Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Folat	12	12
1129	Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Socker totalt	1	1
1129	Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Fullkorn totalt	1	1
1129	Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Jod	88,9	88,5
1129	Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Järn	1,3	1,3
1129	Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Kalcium	35,4	35,2
1129	Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Kalium	215	214
1129	Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Magnesium	22,9	22,8
1129	Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1129	Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,4	0,4
1129	Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Oljesyra C18:1	4,3	5,0
1129	Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,8	1,0
1129	Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Protein	16	16
1129	Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Fibrer	1	1
1129	Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Fett	11,3	13,2
1129	Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Fosfor	173	172
1129	Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Vitamin D	0,6	0,6
1129	Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Vitamin E	1,0	1,0
1129	Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	β-Karoten	12	12
1129	Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Aska	3	3
1129	Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Energi (kcal)	184	199
1129	Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Vatten	65	64
1129	Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Kolhydrater	4	4
1129	Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Natrium	744	741
1129	Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Selen	6,7	6,6
1129	Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Zink	3,21	3,20
1129	Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Vitamin A	32	32
1129	Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Retinol	31	31
1129	Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Salt	2	2
1129	Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Tillsatt socker	0	0
1129	Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Fritt socker	0	0
1129	Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Niacinekvivalenter	6,1	6,0

1129	Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Tiamin	0,2	0,2
1129	Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Riboflavin	0,2	0,2
1129	Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Vitamin C	0	0
1129	Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Niacin	3,1	3,1
1130	Parisersmörgås (beräknat)	Monosackarider	1	1
1165	Kyckling kött rå m. skinn	Salt	0	0
1166	Kyckling bröstfilé rå m. skinn	Salt	0	0
1167	Kyckling lår rå m. skinn	Jod		2,0
1167	Kyckling lår rå m. skinn	Salt	0	0
1168	Kyckling vinge rå m. skinn	Jod		2,0
1168	Kyckling vinge rå m. skinn	Salt	0	0
1169	Ripa rå	Salt	0	0
1170	Kyckling bröstfilé färsk stekt u. skinn	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
1170	Kyckling bröstfilé färsk stekt u. skinn	Summa mättade fettsyror	1	1
1170	Kyckling bröstfilé färsk stekt u. skinn	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1170	Kyckling bröstfilé färsk stekt u. skinn	Salt	0	0
1171	Kyckling ben rå m. skinn	Jod		1,8
1171	Kyckling ben rå m. skinn	Salt	0	0
1172	rapolja	Energi (kJ)	685	685
1172	rapolja	Disackarider	0	0
1172	rapolja	Monosackarider	0	0
1172	rapolja	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
1172	rapolja	Summa mättade fettsyror	1	1
1172	rapolja	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1172	rapolja	Socker totalt	0	0
1172	rapolja	Protein	29	29
1172	rapolja	Energi (kcal)	164	164
1172	rapolja	Vitamin A	6	6
1172	rapolja	Salt	1	1
1173	Kyckling bröstfilé rå u. skinn	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1173	Kyckling bröstfilé rå u. skinn	Summa mättade fettsyror	0	0
1173	Kyckling bröstfilé rå u. skinn	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
1206	Kycklingsoppa thailändsk (beräknat)	Avfall (skal etc.)	1	1
1206	Kycklingsoppa thailändsk (beräknat)	Vitamin A	7	7
1206	Kycklingsoppa thailändsk (beräknat)	Salt	0	0
1207	Kyckling nugget friterad tillagad på restaurang	Monosackarider	0	0
1207	Kyckling nugget friterad tillagad på restaurang	Disackarider	0	0
1207	Kyckling nugget friterad tillagad på restaurang	Summa fleromättade fettsyror	2	2
1207	Kyckling nugget friterad tillagad på restaurang	Summa mättade fettsyror	2	2
1207	Kyckling nugget friterad tillagad på restaurang	Summa enkelomättade fettsyror	6	6
1207	Kyckling nugget friterad tillagad på restaurang	Socker totalt	0	0
1207	Kyckling nugget friterad tillagad på restaurang	Protein	17	17
1207	Kyckling nugget friterad tillagad på restaurang	Vitamin A	13	13
1207	Kyckling nugget friterad tillagad på restaurang	Salt	1	1
1208	mjölk	Energi (kJ)	214	214
1208	mjölk	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
1208	mjölk	Summa mättade fettsyror	1	1
1208	mjölk	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1208	mjölk	Energi (kcal)	51	51
1208	mjölk	Kolhydrater	5	5

1208	mjölk	Salt	1	1
1209	Kycklingsoppa tillagad redd pulver m. vatten	Energi (kJ)	167	167
1209	Kycklingsoppa tillagad redd pulver m. vatten	Summa mättade fettsyror	0	0
1209	Kycklingsoppa tillagad redd pulver m. vatten	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
1209	Kycklingsoppa tillagad redd pulver m. vatten	Kolhydrater	6	6
1209	Kycklingsoppa tillagad redd pulver m. vatten	Energi (kcal)	40	40
1209	Kycklingsoppa tillagad redd pulver m. vatten	Salt	1	1
1210	Kalvbuljong pasta el. pulver storhushåll	Energi (kJ)	929	929
1210	Kalvbuljong pasta el. pulver storhushåll	Jod		6,0
1210	Kalvbuljong pasta el. pulver storhushåll	Energi (kcal)	222	222
1210	Kalvbuljong pasta el. pulver storhushåll	Salt	47	47
1211	Kalvbuljong pasta el. pulver lågsalt storhushåll	Energi (kJ)	1224	1224
1211	Kalvbuljong pasta el. pulver lågsalt storhushåll	Jod		3,0
1211	Kalvbuljong pasta el. pulver lågsalt storhushåll	Energi (kcal)	292	292
1211	Kalvbuljong pasta el. pulver lågsalt storhushåll	Salt	29	29
1212	Köttbuljong pasta el. pulver storhushåll	Kolhydrater	23	23
1212	Köttbuljong pasta el. pulver storhushåll	Salt	49	49
1213	Köttbuljong pasta el. pulver lågsalt storhushåll	Energi (kJ)	1000	1000
1244	Röding rå	Vitamin K	3,5	3,5
1244	Röding rå	Energi (kcal)	152	151
1244	Röding rå	Salt	0	0
1246	Torsk rå	Energi (kJ)	328	328
1246	Torsk rå	Summa mättade fettsyror	0	0
1246	Torsk rå	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
1246	Torsk rå	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1246	Torsk rå	Protein	18	18
1246	Torsk rå	Energi (kcal)	78	78
1246	Torsk rå	Salt	0	0
1247	Vitling rå	Jod		278,0
1247	Vitling rå	Salt	0	0
1248	Ål rå	Energi (kJ)	1469	1544
1248	Ål rå	DHA (C22:6)	2,0	3,5
1248	Ål rå	Summa mättade fettsyror	8	6
1248	Ål rå	Summa enkelomättade fettsyror	14	5
1248	Ål rå	Summa fleromättade fettsyror	7	7
1248	Ål rå	Palmitinsyra C16:0	5,5	3,6
1248	Ål rå	Myristinsyra C14:0	0,9	2,0
1248	Ål rå	Stearinsyra C18:0	1,3	0,6
1248	Ål rå	Linolensyra C18:3	0,3	0,0
1248	Ål rå	Arakidonsyra C20:4	0,7	0,5
1248	Ål rå	EPA (C20:5)	1,4	2,2
1248	Ål rå	DPA (C22:5)	1,1	0,4
1248	Ål rå	Vitamin B12	4,4	3,0
1248	Ål rå	Vitamin B6	0,4	0,3
1248	Ål rå	Folat	12	15
1248	Ål rå	Fosfor	175	200
1248	Ål rå	Jod	60,0	43,0
1248	Ål rå	Kalcium	43,0	19,0
1248	Ål rå	Järn	0,4	0,7
1248	Ål rå	Kalium	205	270

1248	Ål rå	Palmitoljesyra C16:1	2,9	1,0
1248	Ål rå	Oljesyra C18:1	11,0	3,6
1248	Ål rå	Linolsyra C18:2	0,7	0,4
1248	Ål rå	Kolhydrater	0	3
1248	Ål rå	Protein	15	17
1248	Ål rå	Fett	33,0	32,5
1248	Ål rå	Vitamin D	30,0	23,0
1248	Ål rå	Retinol	2500	600
1248	Ål rå	Aska	1	1
1248	Ål rå	Energi (kcal)	351	369
1248	Ål rå	Vatten	52	46
1248	Ål rå	Magnesium	10,0	19,0
1248	Ål rå	Natrium	53	89
1248	Ål rå	Zink	2,60	0,50
1248	Ål rå	Selen	57,0	56,0
1248	Ål rå	Vitamin A	2500	600
1248	Ål rå	Salt	0	0
1248	Ål rå	Niacinekvivalenter	5,3	6,4
1248	Ål rå	Tiamin	0,1	0,2
1248	Ål rå	Riboflavin	0,2	0,0
1248	Ål rå	Vitamin C	0	2
1248	Ål rå	Niacin	2,6	3,5
1249	Öring odlad rå	Salt	0	0
1250	Pinklax rå	Summa mättade fettsyror	0	0
1250	Pinklax rå	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
1250	Pinklax rå	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1250	Pinklax rå	Protein	21	21
1250	Pinklax rå	Salt	0	0
1251	Piggvar rå	Jod		35,0
1251	Piggvar rå	Salt	0	0
1252	Sik urtagen varmrökt	Jod		11,0
1252	Sik urtagen varmrökt	Salt	3	3
1253	Abborre rå	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1253	Abborre rå	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
1253	Abborre rå	Protein	20	20
1253	Abborre rå	Salt	0	0
1255	Lax odlad Norge fjordlax rå	Summa mättade fettsyror	2	2
1255	Lax odlad Norge fjordlax rå	Summa enkelomättade fettsyror	7	7
1255	Lax odlad Norge fjordlax rå	Summa fleromättade fettsyror	4	4
1255	Lax odlad Norge fjordlax rå	Protein	20	20
1255	Lax odlad Norge fjordlax rå	Vitamin K	9,1	9,1
1255	Lax odlad Norge fjordlax rå	Salt	0	0
1256	Öring Sverige rå	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1256	Öring Sverige rå	Summa mättade fettsyror	1	1
1256	Öring Sverige rå	Salt	0	0
1257	Lake rå	Energi (kJ)	297	297
1257	Lake rå	Summa mättade fettsyror	0	0
1257	Lake rå	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
1289	Makrill filé varmrökt	Summa fleromättade fettsyror	8	8
1289	Makrill filé varmrökt	Summa enkelomättade fettsyror	11	11

1289	Makrill filé varmrökt	Summa mättade fettsyror	6	6
1289	Makrill filé varmrökt	Jod		20,0
1289	Makrill filé varmrökt	Salt	2	2
1290	Regnbågslax kallrökt	Summa mättade fettsyror	3	3
1290	Regnbågslax kallrökt	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
1290	Regnbågslax kallrökt	Summa fleromättade fettsyror	5	5
1290	Regnbågslax kallrökt	Jod		40,0
1291	Regnbågslax urtagen varmrökt	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
1291	Regnbågslax urtagen varmrökt	Summa mättade fettsyror	2	2
1291	Regnbågslax urtagen varmrökt	Jod		40,0
1291	Regnbågslax urtagen varmrökt	Salt	2	2
1292	Röding urtagen varmrökt	Summa mättade fettsyror	2	2
1292	Röding urtagen varmrökt	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
1292	Röding urtagen varmrökt	Summa fleromättade fettsyror	3	3
1292	Röding urtagen varmrökt	Jod		20,0
1292	Röding urtagen varmrökt	Salt	2	2
1293	Ål varmrökt flatrökt	Summa fleromättade fettsyror	9	9
1293	Ål varmrökt flatrökt	Summa enkelomättade fettsyror	18	18
1293	Ål varmrökt flatrökt	Summa mättade fettsyror	10	10
1293	Ål varmrökt flatrökt	Jod		60,0
1293	Ål varmrökt flatrökt	Salt	3	3
1294	Fiskpinnar stekta	Summa mättade fettsyror	1	1
1294	Fiskpinnar stekta	Summa enkelomättade fettsyror	6	6
1294	Fiskpinnar stekta	Summa fleromättade fettsyror	4	4
1294	Fiskpinnar stekta	Protein	12	12
1294	Fiskpinnar stekta	Vitamin K	8,1	8,1
1294	Fiskpinnar stekta	Salt	1	1
1296	Makrill filé i tomatsås konserv.	Summa enkelomättade fettsyror	6	6
1296	Makrill filé i tomatsås konserv.	Summa mättade fettsyror	3	3
1296	Makrill filé i tomatsås konserv.	Protein	12	12
1296	Makrill filé i tomatsås konserv.	Vitamin K	5,1	5,1
1296	Makrill filé i tomatsås konserv.	Salt	1	1
1297	Surströmming	Energi (kJ)	344	344
1297	Surströmming	Summa mättade fettsyror	1	1
1297	Surströmming	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
1297	Surströmming	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1297	Surströmming	Protein	12	12
1297	Surströmming	Vitamin K	1,6	1,6
1297	Surströmming	Energi (kcal)	82	82
1297	Surströmming	Salt	9	9
1298	Lutfisk kokt	Energi (kJ)	119	118
1298	Lutfisk kokt	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1298	Lutfisk kokt	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
1298	Lutfisk kokt	Summa mättade fettsyror	0	0
1298	Lutfisk kokt	Protein	6	6
1298	Lutfisk kokt	Energi (kcal)	28	28
1298	Lutfisk kokt	Salt	0	0
1323	Rödspätta filé panerad stekt m. salt (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
1323	Rödspätta filé panerad stekt m. salt (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
1323	Rödspätta filé panerad stekt m. salt (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,5	0,5

1323	Rödspätta filé panerad stekt m. salt (beräknat)	Socker totalt	0	0
1323	Rödspätta filé panerad stekt m. salt (beräknat)	Jod	101,5	101,5
1323	Rödspätta filé panerad stekt m. salt (beräknat)	Fosfor	219	219
1323	Rödspätta filé panerad stekt m. salt (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,5	1,7
1323	Rödspätta filé panerad stekt m. salt (beräknat)	Oljesyra C18:1	4,4	4,4
1323	Rödspätta filé panerad stekt m. salt (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
1323	Rödspätta filé panerad stekt m. salt (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1323	Rödspätta filé panerad stekt m. salt (beräknat)	Fett	8,6	8,8
1323	Rödspätta filé panerad stekt m. salt (beräknat)	Protein	24	23
1323	Rödspätta filé panerad stekt m. salt (beräknat)	Kolhydrater	6	6
1323	Rödspätta filé panerad stekt m. salt (beräknat)	Vitamin E	2,7	2,8
1323	Rödspätta filé panerad stekt m. salt (beräknat)	β-Karoten	14	9
1323	Rödspätta filé panerad stekt m. salt (beräknat)	Retinol	41	32
1323	Rödspätta filé panerad stekt m. salt (beräknat)	Vitamin D	2,4	2,3
1323	Rödspätta filé panerad stekt m. salt (beräknat)	Vatten	58	58
1323	Rödspätta filé panerad stekt m. salt (beräknat)	Energi (kcal)	198	199
1323	Rödspätta filé panerad stekt m. salt (beräknat)	Aska	3	3
1323	Rödspätta filé panerad stekt m. salt (beräknat)	Vitamin A	42	32
1323	Rödspätta filé panerad stekt m. salt (beräknat)	Natrium	665	660
1323	Rödspätta filé panerad stekt m. salt (beräknat)	Salt	2	2
1323	Rödspätta filé panerad stekt m. salt (beräknat)	Niacinekvivalenter	10,0	10,0
1324	Rödspätta filé stekt m. salt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
1324	Rödspätta filé stekt m. salt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
1324	Rödspätta filé stekt m. salt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1324	Rödspätta filé stekt m. salt (beräknat)	Protein	29	29
1324	Rödspätta filé stekt m. salt (beräknat)	Avfall (skal etc.)	67	49
1324	Rödspätta filé stekt m. salt (beräknat)	Salt	1	1
1325	Sik kokt m. salt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
1325	Sik kokt m. salt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
1325	Sik kokt m. salt (beräknat)	Protein	34	34
1325	Sik kokt m. salt (beräknat)	Avfall (skal etc.)	64	40
1326	Sik panerad stekt (beräknat)	Energi (kJ)	825	833
1326	Sik panerad stekt (beräknat)	Disackarider	0	0
1326	Sik panerad stekt (beräknat)	Monosackarider	0	0
1326	Sik panerad stekt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
1326	Sik panerad stekt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
1326	Sik panerad stekt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
1326	Sik panerad stekt (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
1326	Sik panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
1326	Sik panerad stekt (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,0	0,0
1326	Sik panerad stekt (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,7	0,7
1326	Sik panerad stekt (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,2	0,2
1326	Sik panerad stekt (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,5	0,5
1326	Sik panerad stekt (beräknat)	Socker totalt	0	0
1326	Sik panerad stekt (beräknat)	Fosfor	284	284
1326	Sik panerad stekt (beräknat)	Jod	80,1	80,1
1326	Sik panerad stekt (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1326	Sik panerad stekt (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
1326	Sik panerad stekt (beräknat)	Oljesyra C18:1	4,4	4,4
1326	Sik panerad stekt (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,5	1,7

1326	Sik panerad stekt (beräknat)	Kolhydrater	6	6
1326	Sik panerad stekt (beräknat)	Protein	23	23
1326	Sik panerad stekt (beräknat)	Fett	8,6	8,8
1326	Sik panerad stekt (beräknat)	Vitamin D	7,6	7,5
1326	Sik panerad stekt (beräknat)	Retinol	41	32
1326	Sik panerad stekt (beräknat)	β-Karoten	14	9
1326	Sik panerad stekt (beräknat)	Vitamin E	2,7	2,9
1326	Sik panerad stekt (beräknat)	Aska	3	3
1326	Sik panerad stekt (beräknat)	Energi (kcal)	197	198
1326	Sik panerad stekt (beräknat)	Vatten	58	58
1326	Sik panerad stekt (beräknat)	Natrium	606	601
1326	Sik panerad stekt (beräknat)	Vitamin A	42	32
1326	Sik panerad stekt (beräknat)	Salt	2	2
1326	Sik panerad stekt (beräknat)	Niacinekvivalenter	10,7	10,7
1328	Sill panerad stekt m. salt (beräknat)	Energi (kJ)	906	912
1328	Sill panerad stekt m. salt (beräknat)	Disackarider	0	0
1328	Sill panerad stekt m. salt (beräknat)	Monosackarider	0	0
1328	Sill panerad stekt m. salt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
1328	Sill panerad stekt m. salt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	7	7
1328	Sill panerad stekt m. salt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	4	4
1328	Sill panerad stekt m. salt (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
1328	Sill panerad stekt m. salt (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
1328	Sill panerad stekt m. salt (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,5	0,5
1328	Sill panerad stekt m. salt (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,3	1,3
1328	Sill panerad stekt m. salt (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,2	0,2
1328	Sill panerad stekt m. salt (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,6	0,6
1328	Sill panerad stekt m. salt (beräknat)	Socker totalt	0	0
1328	Sill panerad stekt m. salt (beräknat)	Fosfor	296	296
1328	Sill panerad stekt m. salt (beräknat)	Jod	156,8	156,8
1328	Sill panerad stekt m. salt (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1328	Sill panerad stekt m. salt (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,3	0,3
1328	Sill panerad stekt m. salt (beräknat)	Oljesyra C18:1	4,2	4,2
1328	Sill panerad stekt m. salt (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,4	1,6
1328	Sill panerad stekt m. salt (beräknat)	Kolhydrater	6	6
1328	Sill panerad stekt m. salt (beräknat)	Protein	17	17
1328	Sill panerad stekt m. salt (beräknat)	Fett	13,5	13,7
1328	Sill panerad stekt m. salt (beräknat)	Vitamin D	5,2	5,1
1328	Sill panerad stekt m. salt (beräknat)	Retinol	24	16
1328	Sill panerad stekt m. salt (beräknat)	β-Karoten	13	8
1328	Sill panerad stekt m. salt (beräknat)	Vitamin E	2,3	2,4
1328	Sill panerad stekt m. salt (beräknat)	Aska	4	4
1328	Sill panerad stekt m. salt (beräknat)	Energi (kcal)	216	219
1328	Sill panerad stekt m. salt (beräknat)	Vatten	57	56
1328	Sill panerad stekt m. salt (beräknat)	Natrium	1138	1133
1328	Sill panerad stekt m. salt (beräknat)	Vitamin A	25	16
1328	Sill panerad stekt m. salt (beräknat)	Salt	3	3
1328	Sill panerad stekt m. salt (beräknat)	Niacinekvivalenter	8,2	8,2
1329	Strömming kokt m. salt (beräknat)	Energi (kJ)	550	549
1329	Strömming kokt m. salt (beräknat)	Avfall (skal etc.)	51	42
1329	Strömming kokt m. salt (beräknat)	Energi (kcal)	131	131

1331	Ättikströmming (beräknat)	Energi (kJ)	919	919
1331	Ättikströmming (beräknat)	Jod		75,9
1331	Ättikströmming (beräknat)	Protein	12	12
1331	Ättikströmming (beräknat)	Energi (kcal)	220	220
1331	Ättikströmming (beräknat)	Salt	1	1
1361	Sillbullar (beräknat)	β-Karoten	17	12
1361	Sillbullar (beräknat)	Vitamin E	2,0	2,1
1361	Sillbullar (beräknat)	Aska	2	2
1361	Sillbullar (beräknat)	Energi (kcal)	192	193
1361	Sillbullar (beräknat)	Avfall (skal etc.)	3	4
1361	Sillbullar (beräknat)	Vatten	63	63
1361	Sillbullar (beräknat)	Magnesium	21,1	21,4
1361	Sillbullar (beräknat)	Natrium	342	338
1361	Sillbullar (beräknat)	Zink	0,92	0,91
1361	Sillbullar (beräknat)	Selen	6,9	6,9
1361	Sillbullar (beräknat)	Vitamin A	24	15
1361	Sillbullar (beräknat)	Salt	1	1
1361	Sillbullar (beräknat)	Fullkorn totalt	2	2
1361	Sillbullar (beräknat)	Tillsatt socker	0	0
1361	Sillbullar (beräknat)	Fritt socker	0	0
1361	Sillbullar (beräknat)	Niacinekvivalenter	4,3	4,4
1361	Sillbullar (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
1361	Sillbullar (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
1361	Sillbullar (beräknat)	Vitamin C	5	5
1361	Sillbullar (beräknat)	Niacin	2,6	2,7
1362	Sillsallad (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
1362	Sillsallad (beräknat)	Protein	4	4
1362	Sillsallad (beräknat)	Salt	1	1
1363	Sushi nigiri m. lax (beräknat)	Energi (kJ)	673	750
1363	Sushi nigiri m. lax (beräknat)	Disackarider	3	2
1363	Sushi nigiri m. lax (beräknat)	Monosackarider	0	1
1363	Sushi nigiri m. lax (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
1363	Sushi nigiri m. lax (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
1363	Sushi nigiri m. lax (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
1363	Sushi nigiri m. lax (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,5	0,5
1363	Sushi nigiri m. lax (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,1	0,1
1363	Sushi nigiri m. lax (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,3	0,3
1363	Sushi nigiri m. lax (beräknat)	Vitamin B6	0,3	0,3
1363	Sushi nigiri m. lax (beräknat)	Folat	6	6
1363	Sushi nigiri m. lax (beräknat)	Socker totalt	3	3
1363	Sushi nigiri m. lax (beräknat)	Fosfor	112	110
1363	Sushi nigiri m. lax (beräknat)	Jod	25,4	18,8
1363	Sushi nigiri m. lax (beräknat)	Kalcium	6,9	9,3
1363	Sushi nigiri m. lax (beräknat)	Järn	0,2	0,2
1363	Sushi nigiri m. lax (beräknat)	Kalium	170	169
1363	Sushi nigiri m. lax (beräknat)	Oljesyra C18:1	2,2	2,1
1363	Sushi nigiri m. lax (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,7	0,7
1363	Sushi nigiri m. lax (beräknat)	Kolhydrater	18	22
1363	Sushi nigiri m. lax (beräknat)	Protein	9	9
1363	Sushi nigiri m. lax (beräknat)	Fibrer	0	1

1363	Sushi nigiri m. lax (beräknat)	Fett	5,6	5,7
1363	Sushi nigiri m. lax (beräknat)	Aska	1	1
1363	Sushi nigiri m. lax (beräknat)	Energi (kcal)	161	179
1363	Sushi nigiri m. lax (beräknat)	Vatten	66	61
1363	Sushi nigiri m. lax (beräknat)	Magnesium	18,5	16,3
1363	Sushi nigiri m. lax (beräknat)	Natrium	160	169
1363	Sushi nigiri m. lax (beräknat)	Zink	0,40	0,45
1363	Sushi nigiri m. lax (beräknat)	Selen	6,5	7,1
1363	Sushi nigiri m. lax (beräknat)	Salt	0	0
1363	Sushi nigiri m. lax (beräknat)	Tillsatt socker	3	3
1363	Sushi nigiri m. lax (beräknat)	Fritt socker	3	3
1363	Sushi nigiri m. lax (beräknat)	Niacinekvalenter	4,9	4,8
1363	Sushi nigiri m. lax (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
1363	Sushi nigiri m. lax (beräknat)	Riboflavin	0,0	0,0
1363	Sushi nigiri m. lax (beräknat)	Niacin	3,4	3,2
1364	Sushi nigiri m. hälleflundra (beräknat)	Monosackarider	0	1
1364	Sushi nigiri m. hälleflundra (beräknat)	Disackarider	3	2
1364	Sushi nigiri m. hälleflundra (beräknat)	Energi (kJ)	556	638
1364	Sushi nigiri m. hälleflundra (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1364	Sushi nigiri m. hälleflundra (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
1364	Sushi nigiri m. hälleflundra (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
1364	Sushi nigiri m. hälleflundra (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,1	0,1
1364	Sushi nigiri m. hälleflundra (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,3	0,3
1364	Sushi nigiri m. hälleflundra (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,0	0,0
1364	Sushi nigiri m. hälleflundra (beräknat)	Socker totalt	3	4
1364	Sushi nigiri m. hälleflundra (beräknat)	Folat	6	6
1364	Sushi nigiri m. hälleflundra (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
1364	Sushi nigiri m. hälleflundra (beräknat)	Kalium	170	169
1364	Sushi nigiri m. hälleflundra (beräknat)	Järn	0,2	0,1
1364	Sushi nigiri m. hälleflundra (beräknat)	Kalcium	7,0	9,5
1364	Sushi nigiri m. hälleflundra (beräknat)	Jod	23,0	15,9
1364	Sushi nigiri m. hälleflundra (beräknat)	Fosfor	85	83
1364	Sushi nigiri m. hälleflundra (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,1	0,0
1364	Sushi nigiri m. hälleflundra (beräknat)	Oljesyra C18:1	0,8	0,7
1364	Sushi nigiri m. hälleflundra (beräknat)	Fett	3,1	3,2
1364	Sushi nigiri m. hälleflundra (beräknat)	Fibrer	0	1
1364	Sushi nigiri m. hälleflundra (beräknat)	Protein	7	7
1364	Sushi nigiri m. hälleflundra (beräknat)	Kolhydrater	19	23
1364	Sushi nigiri m. hälleflundra (beräknat)	Vatten	70	65
1364	Sushi nigiri m. hälleflundra (beräknat)	Energi (kcal)	133	153
1364	Sushi nigiri m. hälleflundra (beräknat)	Aska	1	1
1364	Sushi nigiri m. hälleflundra (beräknat)	Selen	20,7	21,3
1364	Sushi nigiri m. hälleflundra (beräknat)	Zink	0,42	0,46
1364	Sushi nigiri m. hälleflundra (beräknat)	Natrium	181	191
1364	Sushi nigiri m. hälleflundra (beräknat)	Magnesium	16,0	13,7
1364	Sushi nigiri m. hälleflundra (beräknat)	Fritt socker	3	4
1364	Sushi nigiri m. hälleflundra (beräknat)	Tillsatt socker	3	4
1364	Sushi nigiri m. hälleflundra (beräknat)	Salt	0	0
1364	Sushi nigiri m. hälleflundra (beräknat)	Niacin	1,3	1,1
1364	Sushi nigiri m. hälleflundra (beräknat)	Riboflavin	0,0	0,0

1364	Sushi nigiri m. hälleflundra (beräknat)	Tiamin	0,0	0,0
1364	Sushi nigiri m. hälleflundra (beräknat)	Niacinekvivalenter	2,5	2,4
1365	Sushi nigiri m. tonfisk (beräknat)	Energi (kJ)	552	644
1365	Sushi nigiri m. tonfisk (beräknat)	Disackarider	4	3
1365	Sushi nigiri m. tonfisk (beräknat)	Monosackarider	0	2
1365	Sushi nigiri m. tonfisk (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
1365	Sushi nigiri m. tonfisk (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
1365	Sushi nigiri m. tonfisk (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1365	Sushi nigiri m. tonfisk (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,2	0,2
1365	Sushi nigiri m. tonfisk (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,1	0,1
1365	Sushi nigiri m. tonfisk (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,0	0,0
1365	Sushi nigiri m. tonfisk (beräknat)	Vitamin B6	0,2	0,1
1365	Sushi nigiri m. tonfisk (beräknat)	Folat	5	5
1365	Sushi nigiri m. tonfisk (beräknat)	Socker totalt	4	4
1365	Sushi nigiri m. tonfisk (beräknat)	Fosfor	93	91
1365	Sushi nigiri m. tonfisk (beräknat)	Jod	29,4	21,4
1365	Sushi nigiri m. tonfisk (beräknat)	Kalcium	8,1	10,9
1365	Sushi nigiri m. tonfisk (beräknat)	Järn	0,4	0,4
1365	Sushi nigiri m. tonfisk (beräknat)	Kalium	107	106
1365	Sushi nigiri m. tonfisk (beräknat)	Oljesyra C18:1	0,3	0,2
1365	Sushi nigiri m. tonfisk (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,1	0,0
1365	Sushi nigiri m. tonfisk (beräknat)	Kolhydrater	21	26
1365	Sushi nigiri m. tonfisk (beräknat)	Protein	8	8
1365	Sushi nigiri m. tonfisk (beräknat)	Fibrer	1	1
1365	Sushi nigiri m. tonfisk (beräknat)	Fett	1,5	1,6
1365	Sushi nigiri m. tonfisk (beräknat)	Aska	1	1
1365	Sushi nigiri m. tonfisk (beräknat)	Energi (kcal)	132	154
1365	Sushi nigiri m. tonfisk (beräknat)	Vatten	68	62
1365	Sushi nigiri m. tonfisk (beräknat)	Magnesium	23,5	20,9
1365	Sushi nigiri m. tonfisk (beräknat)	Natrium	184	194
1365	Sushi nigiri m. tonfisk (beräknat)	Zink	0,49	0,54
1365	Sushi nigiri m. tonfisk (beräknat)	Selen	9,8	10,5
1365	Sushi nigiri m. tonfisk (beräknat)	Salt	0	0
1365	Sushi nigiri m. tonfisk (beräknat)	Tillsatt socker	3	4
1365	Sushi nigiri m. tonfisk (beräknat)	Fritt socker	4	4
1365	Sushi nigiri m. tonfisk (beräknat)	Niacinekvivalenter	4,0	3,9
1365	Sushi nigiri m. tonfisk (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
1365	Sushi nigiri m. tonfisk (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
1365	Sushi nigiri m. tonfisk (beräknat)	Niacin	2,6	2,4
1366	Sushi rulle m. crabfish gurka (beräknat)	Monosackarider	0	2
1366	Sushi rulle m. crabfish gurka (beräknat)	Disackarider	4	2
1366	Sushi rulle m. crabfish gurka (beräknat)	Energi (kJ)	465	562
1366	Sushi rulle m. crabfish gurka (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1366	Sushi rulle m. crabfish gurka (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
1366	Sushi rulle m. crabfish gurka (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
1366	Sushi rulle m. crabfish gurka (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,0	0,0
1366	Sushi rulle m. crabfish gurka (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,0	0,0
1366	Sushi rulle m. crabfish gurka (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,0	0,0
1366	Sushi rulle m. crabfish gurka (beräknat)	Socker totalt	4	4
1366	Sushi rulle m. crabfish gurka (beräknat)	Folat	4	4

1366	Sushi rulle m. crabfish gurka (beräknat)	Vitamin B6	0,0	0,0
1366	Sushi rulle m. crabfish gurka (beräknat)	Kalium	202	201
1366	Sushi rulle m. crabfish gurka (beräknat)	Järn	0,2	0,2
1366	Sushi rulle m. crabfish gurka (beräknat)	Kalcium	17,1	20,1
1366	Sushi rulle m. crabfish gurka (beräknat)	Jod	77,3	69,0
1366	Sushi rulle m. crabfish gurka (beräknat)	Fosfor	52	50
1366	Sushi rulle m. crabfish gurka (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,1	0,0
1366	Sushi rulle m. crabfish gurka (beräknat)	Oljesyra C18:1	0,1	0,0
1366	Sushi rulle m. crabfish gurka (beräknat)	Fett	0,3	0,4
1366	Sushi rulle m. crabfish gurka (beräknat)	Fibrer	0	1
1366	Sushi rulle m. crabfish gurka (beräknat)	Protein	4	4
1366	Sushi rulle m. crabfish gurka (beräknat)	Kolhydrater	23	28
1366	Sushi rulle m. crabfish gurka (beräknat)	Vatten	72	66
1366	Sushi rulle m. crabfish gurka (beräknat)	Energi (kcal)	111	134
1366	Sushi rulle m. crabfish gurka (beräknat)	Aska	1	1
1366	Sushi rulle m. crabfish gurka (beräknat)	Selen	3,2	3,9
1366	Sushi rulle m. crabfish gurka (beräknat)	Zink	0,42	0,47
1366	Sushi rulle m. crabfish gurka (beräknat)	Natrium	245	256
1366	Sushi rulle m. crabfish gurka (beräknat)	Magnesium	12,3	9,6
1366	Sushi rulle m. crabfish gurka (beräknat)	Fritt socker	4	4
1366	Sushi rulle m. crabfish gurka (beräknat)	Tillsatt socker	4	4
1366	Sushi rulle m. crabfish gurka (beräknat)	Salt	1	1
1366	Sushi rulle m. crabfish gurka (beräknat)	Niacin	0,6	0,4
1366	Sushi rulle m. crabfish gurka (beräknat)	Riboflavin	0,0	0,0
1366	Sushi rulle m. crabfish gurka (beräknat)	Tiamin	0,0	0,0
1366	Sushi rulle m. crabfish gurka (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,2	1,1
1367	dressing (beräknat)	Energi (kJ)	406	406
1367	dressing (beräknat)	Monosackarider	1	1
1367	dressing (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
1367	dressing (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
1367	dressing (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
1367	dressing (beräknat)	Protein	9	9
1367	dressing (beräknat)	Energi (kcal)	97	97
1367	dressing (beräknat)	Salt	1	1
1403	Havskräfta kokt	Salt	0	0
1404	Räka friterad	Jod		6,2
1404	Räka friterad	Salt	2	2
1406	Räka friterad tillagad på restaurang	Disackarider	0	1
1406	Räka friterad tillagad på restaurang	Summa fleromättade fettsyror	13	13
1406	Räka friterad tillagad på restaurang	Summa enkelomättade fettsyror	11	11
1406	Räka friterad tillagad på restaurang	Summa mättade fettsyror	4	4
1406	Räka friterad tillagad på restaurang	Protein	7	7
1406	Räka friterad tillagad på restaurang	Vitamin A	0	7
1066	Schnitzel gris stekt (beräknat)	Vitamin A	45	37
1066	Schnitzel gris stekt (beräknat)	Retinol	44	36
1066	Schnitzel gris stekt (beräknat)	Salt	1	1
1066	Schnitzel gris stekt (beräknat)	Niacinekvivalenter	11,7	11,7
1068	Gryta gulasch nöt (beräknat)	Disackarider	0	0
1068	Gryta gulasch nöt (beräknat)	Energi (kJ)	313	313
1068	Gryta gulasch nöt (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0

1068	Gryta gulasch nöt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1068	Gryta gulasch nöt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
1068	Gryta gulasch nöt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
1068	Gryta gulasch nöt (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,4	0,4
1068	Gryta gulasch nöt (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,6	0,6
1068	Gryta gulasch nöt (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,1	0,1
1068	Gryta gulasch nöt (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
1068	Gryta gulasch nöt (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,0	0,0
1068	Gryta gulasch nöt (beräknat)	Socker totalt	3	3
1068	Gryta gulasch nöt (beräknat)	Jod	20,3	20,3
1068	Gryta gulasch nöt (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,1	0,1
1068	Gryta gulasch nöt (beräknat)	Oljesyra C18:1	1,0	1,0
1068	Gryta gulasch nöt (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
1068	Gryta gulasch nöt (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1068	Gryta gulasch nöt (beräknat)	Fosfor	77	77
1068	Gryta gulasch nöt (beräknat)	Fett	2,8	2,8
1068	Gryta gulasch nöt (beräknat)	Protein	8	8
1068	Gryta gulasch nöt (beräknat)	β-Karoten	175	175
1068	Gryta gulasch nöt (beräknat)	Vitamin E	1,1	1,1
1068	Gryta gulasch nöt (beräknat)	Vitamin D	0,0	0,0
1068	Gryta gulasch nöt (beräknat)	Kolhydrater	4	4
1068	Gryta gulasch nöt (beräknat)	Vatten	83	83
1068	Gryta gulasch nöt (beräknat)	Avfall (skal etc.)	4	3
1068	Gryta gulasch nöt (beräknat)	Energi (kcal)	75	75
1068	Gryta gulasch nöt (beräknat)	Aska	1	1
1068	Gryta gulasch nöt (beräknat)	Retinol	3	3
1068	Gryta gulasch nöt (beräknat)	Vitamin A	19	19
1068	Gryta gulasch nöt (beräknat)	Natrium	297	297
1068	Gryta gulasch nöt (beräknat)	Salt	1	1
1068	Gryta gulasch nöt (beräknat)	Niacinekvivalenter	3,7	3,7
1072	Gryta osso buco kalvläggsgryta (beräknat)	Disackarider	1	1
1072	Gryta osso buco kalvläggsgryta (beräknat)	Monosackarider	2	2
1072	Gryta osso buco kalvläggsgryta (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
1072	Gryta osso buco kalvläggsgryta (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
1072	Gryta osso buco kalvläggsgryta (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1072	Gryta osso buco kalvläggsgryta (beräknat)	Socker totalt	2	2
1072	Gryta osso buco kalvläggsgryta (beräknat)	Jod		24,2
1072	Gryta osso buco kalvläggsgryta (beräknat)	Protein	8	8
1072	Gryta osso buco kalvläggsgryta (beräknat)	Kolhydrater	4	4
1072	Gryta osso buco kalvläggsgryta (beräknat)	Salt	1	1
1073	Köttsooppa nöt (beräknat)	Disackarider	0	0
1073	Köttsooppa nöt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1073	Köttsooppa nöt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
1073	Köttsooppa nöt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
1073	Köttsooppa nöt (beräknat)	Protein	5	5
1073	Köttsooppa nöt (beräknat)	Kolhydrater	2	2
1073	Köttsooppa nöt (beräknat)	Avfall (skal etc.)	8	7
1073	Köttsooppa nöt (beräknat)	Salt	1	1
1075	Gryta lamm m. lök tomat (beräknat)	Energi (kJ)	412	415
1075	Gryta lamm m. lök tomat (beräknat)	Disackarider	1	1

1075	Gryta lamm m. lök tomat (beräknat)	Monosackarider	2	2
1075	Gryta lamm m. lök tomat (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
1075	Gryta lamm m. lök tomat (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
1075	Gryta lamm m. lök tomat (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1075	Gryta lamm m. lök tomat (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
1075	Gryta lamm m. lök tomat (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
1075	Gryta lamm m. lök tomat (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,1	0,1
1075	Gryta lamm m. lök tomat (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,6	0,6
1075	Gryta lamm m. lök tomat (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,4	0,4
1075	Gryta lamm m. lök tomat (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,2	0,2
1075	Gryta lamm m. lök tomat (beräknat)	Socker totalt	3	3
1075	Gryta lamm m. lök tomat (beräknat)	Jod	19,9	19,9
1075	Gryta lamm m. lök tomat (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1075	Gryta lamm m. lök tomat (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
1075	Gryta lamm m. lök tomat (beräknat)	Oljesyra C18:1	2,2	2,2
1075	Gryta lamm m. lök tomat (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,6	0,7
1075	Gryta lamm m. lök tomat (beräknat)	Protein	8	8
1075	Gryta lamm m. lök tomat (beräknat)	Fett	4,8	4,9
1075	Gryta lamm m. lök tomat (beräknat)	Fosfor	93	93
1075	Gryta lamm m. lök tomat (beräknat)	Vitamin D	0,2	0,1
1075	Gryta lamm m. lök tomat (beräknat)	Vitamin E	1,2	1,3
1075	Gryta lamm m. lök tomat (beräknat)	β-Karoten	199	197
1075	Gryta lamm m. lök tomat (beräknat)	Aska	2	2
1075	Gryta lamm m. lök tomat (beräknat)	Energi (kcal)	98	99
1075	Gryta lamm m. lök tomat (beräknat)	Avfall (skal etc.)	1	1
1075	Gryta lamm m. lök tomat (beräknat)	Vatten	78	78
1075	Gryta lamm m. lök tomat (beräknat)	Kolhydrater	4	4
1075	Gryta lamm m. lök tomat (beräknat)	Natrium	391	389
1075	Gryta lamm m. lök tomat (beräknat)	Vitamin A	26	23
1075	Gryta lamm m. lök tomat (beräknat)	Retinol	10	7
1075	Gryta lamm m. lök tomat (beräknat)	Salt	1	1
1075	Gryta lamm m. lök tomat (beräknat)	Niacinekvivalenter	3,9	3,9
1078	Pepparrotskött nöt m. lök morot sås (beräknat)	Monosackarider	0	0
1078	Pepparrotskött nöt m. lök morot sås (beräknat)	Disackarider	1	1
1078	Pepparrotskött nöt m. lök morot sås (beräknat)	Kolesterol	43	42
1078	Pepparrotskött nöt m. lök morot sås (beräknat)	Energi (kJ)	567	559
1078	Pepparrotskött nöt m. lök morot sås (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,2	0,1
1078	Pepparrotskött nöt m. lök morot sås (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1078	Pepparrotskött nöt m. lök morot sås (beräknat)	Summa mättade fettsyror	3	3
1078	Pepparrotskött nöt m. lök morot sås (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
1078	Pepparrotskött nöt m. lök morot sås (beräknat)	Stearinsyra C18:0	1,0	1,0
1078	Pepparrotskött nöt m. lök morot sås (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,7	1,6
1078	Pepparrotskött nöt m. lök morot sås (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,3	0,3
1078	Pepparrotskött nöt m. lök morot sås (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,1	0,1
1078	Pepparrotskött nöt m. lök morot sås (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
1078	Pepparrotskött nöt m. lök morot sås (beräknat)	EPA (C20:5)	0,0	0,0
1078	Pepparrotskött nöt m. lök morot sås (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
1078	Pepparrotskött nöt m. lök morot sås (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,2	0,2
1078	Pepparrotskött nöt m. lök morot sås (beräknat)	Socker totalt	1	1
1078	Pepparrotskött nöt m. lök morot sås (beräknat)	Folat	8	8

1078	Pepparrotskött nöt m. lök morot sås (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
1078	Pepparrotskött nöt m. lök morot sås (beräknat)	Vitamin B12	0,5	0,5
1078	Pepparrotskött nöt m. lök morot sås (beräknat)	Magnesium	16,4	16,5
1078	Pepparrotskött nöt m. lök morot sås (beräknat)	Kalium	153	154
1078	Pepparrotskött nöt m. lök morot sås (beräknat)	Kalcium	18,2	18,5
1078	Pepparrotskött nöt m. lök morot sås (beräknat)	Järn	2,2	2,2
1078	Pepparrotskött nöt m. lök morot sås (beräknat)	Jod	10,1	10,1
1078	Pepparrotskött nöt m. lök morot sås (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,5	0,5
1078	Pepparrotskött nöt m. lök morot sås (beräknat)	Oljesyra C18:1	3,0	2,9
1078	Pepparrotskött nöt m. lök morot sås (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,2	0,2
1078	Pepparrotskött nöt m. lök morot sås (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1078	Pepparrotskött nöt m. lök morot sås (beräknat)	Fosfor	116	116
1078	Pepparrotskött nöt m. lök morot sås (beräknat)	Fett	8,0	7,8
1078	Pepparrotskött nöt m. lök morot sås (beräknat)	Fibrer	0	0
1078	Pepparrotskött nöt m. lök morot sås (beräknat)	Protein	14	14
1078	Pepparrotskött nöt m. lök morot sås (beräknat)	β-Karoten	453	449
1078	Pepparrotskött nöt m. lök morot sås (beräknat)	Vitamin E	0,9	0,9
1078	Pepparrotskött nöt m. lök morot sås (beräknat)	Vitamin D	0,1	0,1
1078	Pepparrotskött nöt m. lök morot sås (beräknat)	Kolhydrater	2	2
1078	Pepparrotskött nöt m. lök morot sås (beräknat)	Vatten	75	75
1078	Pepparrotskött nöt m. lök morot sås (beräknat)	Energi (kcal)	136	134
1078	Pepparrotskött nöt m. lök morot sås (beräknat)	Aska	1	1
1078	Pepparrotskött nöt m. lök morot sås (beräknat)	Retinol	27	22
1078	Pepparrotskött nöt m. lök morot sås (beräknat)	Vitamin A	71	66
1078	Pepparrotskött nöt m. lök morot sås (beräknat)	Zink	4,54	4,55
1078	Pepparrotskött nöt m. lök morot sås (beräknat)	Selen	4,0	4,0
1078	Pepparrotskött nöt m. lök morot sås (beräknat)	Natrium	180	179
1078	Pepparrotskött nöt m. lök morot sås (beräknat)	Salt	0	0
1078	Pepparrotskött nöt m. lök morot sås (beräknat)	Niacin	3,1	3,1
1078	Pepparrotskött nöt m. lök morot sås (beräknat)	Vitamin C	3	3
1078	Pepparrotskött nöt m. lök morot sås (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
1078	Pepparrotskött nöt m. lök morot sås (beräknat)	Tiamin	0,0	0,0
1078	Pepparrotskött nöt m. lök morot sås (beräknat)	Niacinekvivalenter	5,6	5,6
1080	Renskav brynt m. matfett salt (beräknat)	Energi (kJ)	886	894
1080	Renskav brynt m. matfett salt (beräknat)	Kolesterol	87	84
1080	Renskav brynt m. matfett salt (beräknat)	Disackarider	0	0
1080	Renskav brynt m. matfett salt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	6	6
1080	Renskav brynt m. matfett salt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	5	5
1080	Renskav brynt m. matfett salt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
1080	Renskav brynt m. matfett salt (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,2	0,1
1080	Renskav brynt m. matfett salt (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,1	0,1
1080	Renskav brynt m. matfett salt (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,4	0,3
1080	Renskav brynt m. matfett salt (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	2,7	2,6
1080	Renskav brynt m. matfett salt (beräknat)	Stearinsyra C18:0	1,4	1,3
1080	Renskav brynt m. matfett salt (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,5	0,5
1080	Renskav brynt m. matfett salt (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
1080	Renskav brynt m. matfett salt (beräknat)	Socker totalt	0	0
1080	Renskav brynt m. matfett salt (beräknat)	Jod	54,2	54,1
1080	Renskav brynt m. matfett salt (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1080	Renskav brynt m. matfett salt (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1

1080	Renskav brynt m. matfett salt (beräknat)	Oljesyra C18:1	5,4	5,7
1080	Renskav brynt m. matfett salt (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,4	1,7
1080	Renskav brynt m. matfett salt (beräknat)	Protein	22	22
1080	Renskav brynt m. matfett salt (beräknat)	Fett	13,7	13,9
1080	Renskav brynt m. matfett salt (beräknat)	Fosfor	221	221
1080	Renskav brynt m. matfett salt (beräknat)	Vitamin D	0,7	0,7
1080	Renskav brynt m. matfett salt (beräknat)	Vitamin E	1,9	2,2
1080	Renskav brynt m. matfett salt (beräknat)	β-Karoten	30	25
1080	Renskav brynt m. matfett salt (beräknat)	Aska	2	2
1080	Renskav brynt m. matfett salt (beräknat)	Energi (kcal)	212	214
1080	Renskav brynt m. matfett salt (beräknat)	Vatten	63	63
1080	Renskav brynt m. matfett salt (beräknat)	Kolhydrater	0	0
1080	Renskav brynt m. matfett salt (beräknat)	Natrium	555	550
1080	Renskav brynt m. matfett salt (beräknat)	Vitamin A	55	46
1080	Renskav brynt m. matfett salt (beräknat)	Retinol	53	44
1080	Renskav brynt m. matfett salt (beräknat)	Salt	1	1
1080	Renskav brynt m. matfett salt (beräknat)	Niacinekvivalenter	11,1	11,1
1081	Gryta renskavsgryta (beräknat)	Monosackarider	4	4
1081	Gryta renskavsgryta (beräknat)	Disackarider	4	4
1081	Gryta renskavsgryta (beräknat)	Kolesterol	39	38
1081	Gryta renskavsgryta (beräknat)	Energi (kJ)	586	576
1081	Gryta renskavsgryta (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,4	0,3
1081	Gryta renskavsgryta (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1081	Gryta renskavsgryta (beräknat)	Summa mättade fettsyror	4	4
1081	Gryta renskavsgryta (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
1081	Gryta renskavsgryta (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,8	0,8
1081	Gryta renskavsgryta (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	2,1	1,9
1081	Gryta renskavsgryta (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,6	0,5
1081	Gryta renskavsgryta (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,2	0,2
1081	Gryta renskavsgryta (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
1111	Hamburgare nöt stekt fett 15% (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	8	8
1111	Hamburgare nöt stekt fett 15% (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1111	Hamburgare nöt stekt fett 15% (beräknat)	Protein	24	24
1111	Hamburgare nöt stekt fett 15% (beräknat)	Salt	1	1
1112	Järpar blandfärs stekta (beräknat)	Monosackarider	0	0
1112	Järpar blandfärs stekta (beräknat)	Disackarider	0	0
1112	Järpar blandfärs stekta (beräknat)	Kolesterol	72	71
1112	Järpar blandfärs stekta (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
1112	Järpar blandfärs stekta (beräknat)	Energi (kJ)	768	807
1112	Järpar blandfärs stekta (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,2	0,2
1112	Järpar blandfärs stekta (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1112	Järpar blandfärs stekta (beräknat)	Summa mättade fettsyror	6	6
1112	Järpar blandfärs stekta (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
1112	Järpar blandfärs stekta (beräknat)	Stearinsyra C18:0	1,5	1,7
1112	Järpar blandfärs stekta (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	3,0	3,3
1112	Järpar blandfärs stekta (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,5	0,5
1112	Järpar blandfärs stekta (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,1	0,1
1112	Järpar blandfärs stekta (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
1112	Järpar blandfärs stekta (beräknat)	EPA (C20:5)	0,0	0,0
1112	Järpar blandfärs stekta (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0

1112	Järpar blandfärs stekta (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
1112	Järpar blandfärs stekta (beräknat)	Socker totalt	1	1
1112	Järpar blandfärs stekta (beräknat)	Folat	11	11
1112	Järpar blandfärs stekta (beräknat)	Vitamin B6	0,2	0,2
1112	Järpar blandfärs stekta (beräknat)	Vitamin B12	0,7	0,7
1112	Järpar blandfärs stekta (beräknat)	Magnesium	24,4	24,4
1112	Järpar blandfärs stekta (beräknat)	Kalium	254	254
1112	Järpar blandfärs stekta (beräknat)	Kalcium	33,7	34,1
1112	Järpar blandfärs stekta (beräknat)	Järn	1,2	1,2
1112	Järpar blandfärs stekta (beräknat)	Jod	63,1	63,0
1112	Järpar blandfärs stekta (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,7	0,8
1112	Järpar blandfärs stekta (beräknat)	Oljesyra C18:1	4,0	4,5
1112	Järpar blandfärs stekta (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,4	0,4
1112	Järpar blandfärs stekta (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1112	Järpar blandfärs stekta (beräknat)	Fosfor	146	146
1112	Järpar blandfärs stekta (beräknat)	Fett	11,9	13,1
1112	Järpar blandfärs stekta (beräknat)	Fibrer	1	1
1112	Järpar blandfärs stekta (beräknat)	Protein	14	13
1112	Järpar blandfärs stekta (beräknat)	β-Karoten	30	27
1112	Järpar blandfärs stekta (beräknat)	Vitamin E	0,9	0,9
1112	Järpar blandfärs stekta (beräknat)	Vitamin D	0,4	0,4
1112	Järpar blandfärs stekta (beräknat)	Kolhydrater	5	5
1112	Järpar blandfärs stekta (beräknat)	Vatten	66	65
1112	Järpar blandfärs stekta (beräknat)	Energi (kcal)	183	193
1112	Järpar blandfärs stekta (beräknat)	Aska	2	2
1112	Järpar blandfärs stekta (beräknat)	Retinol	48	44
1112	Järpar blandfärs stekta (beräknat)	Vitamin A	50	47
1112	Järpar blandfärs stekta (beräknat)	Zink	2,73	2,73
1112	Järpar blandfärs stekta (beräknat)	Selen	5,7	5,7
1112	Järpar blandfärs stekta (beräknat)	Natrium	525	523
1112	Järpar blandfärs stekta (beräknat)	Salt	1	1
1112	Järpar blandfärs stekta (beräknat)	Niacin	3,0	3,0
1112	Järpar blandfärs stekta (beräknat)	Vitamin C	3	3
1112	Järpar blandfärs stekta (beräknat)	Riboflavin	0,2	0,2
1112	Järpar blandfärs stekta (beräknat)	Tiamin	0,2	0,2
1112	Järpar blandfärs stekta (beräknat)	Niacinekvivalenter	5,6	5,5
1113	Frikadeller kalv (beräknat)	Energi (kJ)	638	638
1113	Frikadeller kalv (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
1113	Frikadeller kalv (beräknat)	Kolesterol	102	102
1113	Frikadeller kalv (beräknat)	Disackarider	2	2
1113	Frikadeller kalv (beräknat)	Monosackarider	0	0
1113	Frikadeller kalv (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
1113	Frikadeller kalv (beräknat)	Summa mättade fettsyror	3	3
1113	Frikadeller kalv (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1113	Frikadeller kalv (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
1113	Frikadeller kalv (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
1113	Frikadeller kalv (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,2	0,2
1113	Frikadeller kalv (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,5	1,5
1113	Frikadeller kalv (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,9	0,9
1113	Frikadeller kalv (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,0	0,0

1113	Frikadeller kalv (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,1	0,1
1113	Frikadeller kalv (beräknat)	Vitamin B12	0,8	0,8
1113	Frikadeller kalv (beräknat)	Vitamin B6	0,2	0,2
1113	Frikadeller kalv (beräknat)	Folat	19	19
1113	Frikadeller kalv (beräknat)	Socker totalt	2	2
1113	Frikadeller kalv (beräknat)	Fullkorn totalt	1	1
1113	Frikadeller kalv (beräknat)	Jod		76,8
1113	Frikadeller kalv (beräknat)	Järn	1,5	1,5
1113	Frikadeller kalv (beräknat)	Kalcium	58,7	58,7
1113	Frikadeller kalv (beräknat)	Kalium	218	218
1113	Frikadeller kalv (beräknat)	Magnesium	22,8	22,8
1113	Frikadeller kalv (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1113	Frikadeller kalv (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,2	0,2
1113	Frikadeller kalv (beräknat)	Oljesyra C18:1	2,8	2,8
1113	Frikadeller kalv (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,4	0,4
1113	Frikadeller kalv (beräknat)	Protein	18	18
1113	Frikadeller kalv (beräknat)	Fibrer	0	0
1113	Frikadeller kalv (beräknat)	Fett	7,0	7,0
1113	Frikadeller kalv (beräknat)	Fosfor	202	202
1113	Frikadeller kalv (beräknat)	Vitamin D	0,9	0,9
1113	Frikadeller kalv (beräknat)	Vitamin E	1,1	1,1
1113	Frikadeller kalv (beräknat)	β-Karoten	7	7
1113	Frikadeller kalv (beräknat)	Aska	3	3
1113	Frikadeller kalv (beräknat)	Energi (kcal)	153	153
1113	Frikadeller kalv (beräknat)	Vatten	68	68
1113	Frikadeller kalv (beräknat)	Kolhydrater	5	4
1113	Frikadeller kalv (beräknat)	Natrium	621	621
1113	Frikadeller kalv (beräknat)	Selen	8,2	8,2
1113	Frikadeller kalv (beräknat)	Zink	3,59	3,59
1113	Frikadeller kalv (beräknat)	Vitamin A	59	59
1113	Frikadeller kalv (beräknat)	Retinol	59	59
1113	Frikadeller kalv (beräknat)	Salt	2	2
1113	Frikadeller kalv (beräknat)	Tillsatt socker	0	0
1113	Frikadeller kalv (beräknat)	Fritt socker	0	0
1113	Frikadeller kalv (beräknat)	Niacinekvivalenter	8,0	8,0
1113	Frikadeller kalv (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
1113	Frikadeller kalv (beräknat)	Riboflavin	0,2	0,2
1113	Frikadeller kalv (beräknat)	Vitamin C	0	0
1113	Frikadeller kalv (beräknat)	Niacin	4,6	4,6
1114	Wallenbergare kalv stekt (beräknat)	Monosackarider	0	0
1114	Wallenbergare kalv stekt (beräknat)	Disackarider	1	1
1114	Wallenbergare kalv stekt (beräknat)	Kolesterol	175	171
1114	Wallenbergare kalv stekt (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
1114	Wallenbergare kalv stekt (beräknat)	Energi (kJ)	1072	1024
1114	Wallenbergare kalv stekt (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,7	0,6
1114	Wallenbergare kalv stekt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1114	Wallenbergare kalv stekt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	9	8
1114	Wallenbergare kalv stekt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	6	6
1114	Wallenbergare kalv stekt (beräknat)	Stearinsyra C18:0	2,0	1,8
1114	Wallenbergare kalv stekt (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	4,7	4,2

1114	Wallenbergare kalv stekt (beräknat)	Myristinsyra C14:0	1,2	1,0
1114	Wallenbergare kalv stekt (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,3	0,3
1114	Wallenbergare kalv stekt (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
1114	Wallenbergare kalv stekt (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,1	0,1
1114	Wallenbergare kalv stekt (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
1114	Wallenbergare kalv stekt (beräknat)	Fullkorn totalt	1	1
1114	Wallenbergare kalv stekt (beräknat)	Socker totalt	1	2
1114	Wallenbergare kalv stekt (beräknat)	Folat	27	27
1114	Wallenbergare kalv stekt (beräknat)	Vitamin B6	0,2	0,2
1114	Wallenbergare kalv stekt (beräknat)	Vitamin B12	1,2	1,2
1114	Wallenbergare kalv stekt (beräknat)	Magnesium	22,9	23,1
1114	Wallenbergare kalv stekt (beräknat)	Kalium	226	229
1114	Wallenbergare kalv stekt (beräknat)	Kalcium	57,2	59,0
1114	Wallenbergare kalv stekt (beräknat)	Järn	1,6	1,6
1114	Wallenbergare kalv stekt (beräknat)	Jod		73,3
1114	Wallenbergare kalv stekt (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,8	0,8
1114	Wallenbergare kalv stekt (beräknat)	Oljesyra C18:1	5,5	5,2
1114	Wallenbergare kalv stekt (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,4	0,4
1114	Wallenbergare kalv stekt (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1114	Wallenbergare kalv stekt (beräknat)	Fosfor	217	219
1114	Wallenbergare kalv stekt (beräknat)	Fett	18,1	16,7
1114	Wallenbergare kalv stekt (beräknat)	Fibrer	1	1
1114	Wallenbergare kalv stekt (beräknat)	Protein	17	17
1114	Wallenbergare kalv stekt (beräknat)	β-Karoten	77	63
1114	Wallenbergare kalv stekt (beräknat)	Vitamin E	2,2	2,2
1114	Wallenbergare kalv stekt (beräknat)	Vitamin D	0,9	0,9
1114	Wallenbergare kalv stekt (beräknat)	Kolhydrater	7	7
1114	Wallenbergare kalv stekt (beräknat)	Vatten	55	56
1114	Wallenbergare kalv stekt (beräknat)	Energi (kcal)	257	245
1114	Wallenbergare kalv stekt (beräknat)	Aska	3	3
1114	Wallenbergare kalv stekt (beräknat)	Retinol	176	164
1114	Wallenbergare kalv stekt (beräknat)	Vitamin A	182	169
1114	Wallenbergare kalv stekt (beräknat)	Zink	3,55	3,57
1114	Wallenbergare kalv stekt (beräknat)	Selen	10,5	10,5
1114	Wallenbergare kalv stekt (beräknat)	Natrium	584	586
1114	Wallenbergare kalv stekt (beräknat)	Fritt socker	0	0
1114	Wallenbergare kalv stekt (beräknat)	Tillsatt socker	0	0
1114	Wallenbergare kalv stekt (beräknat)	Salt	1	1
1114	Wallenbergare kalv stekt (beräknat)	Niacin	4,3	4,4
1114	Wallenbergare kalv stekt (beräknat)	Vitamin C	0	0
1114	Wallenbergare kalv stekt (beräknat)	Riboflavin	0,2	0,2
1114	Wallenbergare kalv stekt (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
1114	Wallenbergare kalv stekt (beräknat)	Niacinekvivalenter	7,5	7,5
1115	Köttfärssås nöt (beräknat)	Energi (kJ)	480	484
1115	Köttfärssås nöt (beräknat)	Kolesterol	23	23
1115	Köttfärssås nöt (beräknat)	Disackarider	1	1
1115	Köttfärssås nöt (beräknat)	Monosackarider	3	3
1115	Köttfärssås nöt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
1115	Köttfärssås nöt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
1115	Köttfärssås nöt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1

1115	Köttfärssås nöt (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
1115	Köttfärssås nöt (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
1115	Köttfärssås nöt (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,1	0,1
1115	Köttfärssås nöt (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,2	1,2
1115	Köttfärssås nöt (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,7	0,7
1115	Köttfärssås nöt (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,2	0,2
1115	Köttfärssås nöt (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
1115	Köttfärssås nöt (beräknat)	EPA (C20:5)	0,0	0,0
1115	Köttfärssås nöt (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
1115	Köttfärssås nöt (beräknat)	Vitamin B12	0,4	0,4
1115	Köttfärssås nöt (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
1115	Köttfärssås nöt (beräknat)	Folat	11	11
1115	Köttfärssås nöt (beräknat)	Socker totalt	3	3
1115	Köttfärssås nöt (beräknat)	Jod	27,0	27,0
1115	Köttfärssås nöt (beräknat)	Järn	1,2	1,2
1115	Köttfärssås nöt (beräknat)	Kalcium	18,8	18,7
1115	Köttfärssås nöt (beräknat)	Kalium	226	226
1115	Köttfärssås nöt (beräknat)	Magnesium	19,4	19,4
1115	Köttfärssås nöt (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1115	Köttfärssås nöt (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,2	0,2
1115	Köttfärssås nöt (beräknat)	Oljesyra C18:1	2,7	2,8
1115	Köttfärssås nöt (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,5	0,6
1115	Köttfärssås nöt (beräknat)	Protein	9	9
1115	Köttfärssås nöt (beräknat)	Fibrer	1	1
1115	Köttfärssås nöt (beräknat)	Fett	6,4	6,5
1115	Köttfärssås nöt (beräknat)	Fosfor	90	90
1115	Köttfärssås nöt (beräknat)	Vitamin D	0,1	0,1
1115	Köttfärssås nöt (beräknat)	Vitamin E	1,6	1,6
1115	Köttfärssås nöt (beräknat)	β-Karoten	233	231
1115	Köttfärssås nöt (beräknat)	Aska	3	3
1115	Köttfärssås nöt (beräknat)	Energi (kcal)	115	116
1115	Köttfärssås nöt (beräknat)	Avfall (skal etc.)	1	1
1115	Köttfärssås nöt (beräknat)	Vatten	76	76
1115	Köttfärssås nöt (beräknat)	Kolhydrater	5	5
1115	Köttfärssås nöt (beräknat)	Natrium	744	742
1115	Köttfärssås nöt (beräknat)	Selen	2,3	2,3
1115	Köttfärssås nöt (beräknat)	Zink	2,08	2,08
1115	Köttfärssås nöt (beräknat)	Vitamin A	30	28
1115	Köttfärssås nöt (beräknat)	Retinol	10	7
1115	Köttfärssås nöt (beräknat)	Salt	2	2
1115	Köttfärssås nöt (beräknat)	Tillsatt socker	0	0
1115	Köttfärssås nöt (beräknat)	Fritt socker	1	1
1115	Köttfärssås nöt (beräknat)	Niacinekvivalenter	4,0	4,0
1115	Köttfärssås nöt (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
1115	Köttfärssås nöt (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
1115	Köttfärssås nöt (beräknat)	Vitamin C	5	5
1115	Köttfärssås nöt (beräknat)	Niacin	2,4	2,4
1116	Köttfärssoppa (beräknat)	Monosackarider	2	2
1116	Köttfärssoppa (beräknat)	Disackarider	0	0
1116	Köttfärssoppa (beräknat)	Kolesterol	11	11

1116	Köttfärssoppa (beräknat)	Energi (kJ)	203	204
1116	Köttfärssoppa (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1116	Köttfärssoppa (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
1116	Köttfärssoppa (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
1116	Köttfärssoppa (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,3	0,3
1116	Köttfärssoppa (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,5	0,5
1116	Köttfärssoppa (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,1	0,1
1116	Köttfärssoppa (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
1116	Köttfärssoppa (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
1116	Köttfärssoppa (beräknat)	EPA (C20:5)	0,0	0,0
1116	Köttfärssoppa (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
1116	Köttfärssoppa (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,0	0,0
1116	Köttfärssoppa (beräknat)	Socker totalt	2	2
1116	Köttfärssoppa (beräknat)	Folat	13	13
1116	Köttfärssoppa (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
1116	Köttfärssoppa (beräknat)	Vitamin B12	0,2	0,2
1116	Köttfärssoppa (beräknat)	Magnesium	8,5	8,5
1116	Köttfärssoppa (beräknat)	Kalium	93	93
1116	Köttfärssoppa (beräknat)	Kalcium	20,1	20,1
1116	Köttfärssoppa (beräknat)	Järn	0,5	0,5
1116	Köttfärssoppa (beräknat)	Jod	27,8	27,8
1116	Köttfärssoppa (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,1	0,1
1116	Köttfärssoppa (beräknat)	Oljesyra C18:1	0,8	0,9
1116	Köttfärssoppa (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
1116	Köttfärssoppa (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1116	Köttfärssoppa (beräknat)	Fosfor	44	44
1116	Köttfärssoppa (beräknat)	Fett	2,2	2,2
1116	Köttfärssoppa (beräknat)	Fibrer	1	1
1116	Köttfärssoppa (beräknat)	Protein	4	4
1116	Köttfärssoppa (beräknat)	β-Karoten	655	655
1116	Köttfärssoppa (beräknat)	Vitamin E	0,3	0,3
1116	Köttfärssoppa (beräknat)	Vitamin D	0,0	0,0
1116	Köttfärssoppa (beräknat)	Kolhydrater	2	2
1116	Köttfärssoppa (beräknat)	Vatten	89	89
1116	Köttfärssoppa (beräknat)	Avfall (skal etc.)	4	4
1116	Köttfärssoppa (beräknat)	Energi (kcal)	49	49
1116	Köttfärssoppa (beräknat)	Aska	1	1
1116	Köttfärssoppa (beräknat)	Retinol	2	2
1116	Köttfärssoppa (beräknat)	Vitamin A	66	66
1116	Köttfärssoppa (beräknat)	Zink	1,01	1,01
1116	Köttfärssoppa (beräknat)	Selen	1,0	1,0
1116	Köttfärssoppa (beräknat)	Natrium	340	340
1116	Köttfärssoppa (beräknat)	Fritt socker	0	0
1116	Köttfärssoppa (beräknat)	Tillsatt socker	0	0
1116	Köttfärssoppa (beräknat)	Salt	1	1
1116	Köttfärssoppa (beräknat)	Niacin	1,2	1,2
1116	Köttfärssoppa (beräknat)	Vitamin C	7	7
1116	Köttfärssoppa (beräknat)	Riboflavin	0,0	0,0
1116	Köttfärssoppa (beräknat)	Tiamin	0,0	0,0
1116	Köttfärssoppa (beräknat)	Niacinekvivalenter	2,0	2,0

1119	Köttbullar nöt stekta (beräknat)	Energi (kJ)	711	715
1119	Köttbullar nöt stekta (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
1119	Köttbullar nöt stekta (beräknat)	Kolesterol	74	74
1119	Köttbullar nöt stekta (beräknat)	Disackarider	1	1
1119	Köttbullar nöt stekta (beräknat)	Monosackarider	0	0
1119	Köttbullar nöt stekta (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
1119	Köttbullar nöt stekta (beräknat)	Summa mättade fettsyror	4	4
1119	Köttbullar nöt stekta (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1119	Köttbullar nöt stekta (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
1119	Köttbullar nöt stekta (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
1119	Köttbullar nöt stekta (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,2	0,3
1119	Köttbullar nöt stekta (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	2,2	2,2
1119	Köttbullar nöt stekta (beräknat)	Stearinsyra C18:0	1,2	1,3
1119	Köttbullar nöt stekta (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
1119	Köttbullar nöt stekta (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
1119	Köttbullar nöt stekta (beräknat)	EPA (C20:5)	0,0	0,0
1119	Köttbullar nöt stekta (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
1119	Köttbullar nöt stekta (beräknat)	Vitamin B12	1,0	1,0
1119	Köttbullar nöt stekta (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
1119	Köttbullar nöt stekta (beräknat)	Folat	11	11
1119	Köttbullar nöt stekta (beräknat)	Socker totalt	1	1
1119	Köttbullar nöt stekta (beräknat)	Fullkorn totalt	3	3
1119	Köttbullar nöt stekta (beräknat)	Jod	86,8	86,8
1119	Köttbullar nöt stekta (beräknat)	Järn	1,8	1,8
1119	Köttbullar nöt stekta (beräknat)	Kalcium	33,3	33,2
1119	Köttbullar nöt stekta (beräknat)	Kalium	196	196
1119	Köttbullar nöt stekta (beräknat)	Magnesium	21,6	21,6
1119	Köttbullar nöt stekta (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1119	Köttbullar nöt stekta (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,3	0,4
1119	Köttbullar nöt stekta (beräknat)	Oljesyra C18:1	3,7	3,8
1119	Köttbullar nöt stekta (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,5	0,5
1119	Köttbullar nöt stekta (beräknat)	Protein	17	17
1119	Köttbullar nöt stekta (beräknat)	Fibrer	0	0
1119	Köttbullar nöt stekta (beräknat)	Fett	9,6	9,7
1119	Köttbullar nöt stekta (beräknat)	Fosfor	163	163
1119	Köttbullar nöt stekta (beräknat)	Vitamin D	0,5	0,5
1119	Köttbullar nöt stekta (beräknat)	Vitamin E	1,0	1,0
1119	Köttbullar nöt stekta (beräknat)	β-Karoten	22	22
1119	Köttbullar nöt stekta (beräknat)	Aska	3	3
1119	Köttbullar nöt stekta (beräknat)	Energi (kcal)	170	171
1119	Köttbullar nöt stekta (beräknat)	Vatten	67	67
1119	Köttbullar nöt stekta (beräknat)	Kolhydrater	4	4
1119	Köttbullar nöt stekta (beräknat)	Natrium	717	717
1119	Köttbullar nöt stekta (beräknat)	Selen	6,3	6,2
1119	Köttbullar nöt stekta (beräknat)	Zink	3,88	3,87
1119	Köttbullar nöt stekta (beräknat)	Vitamin A	32	32
1119	Köttbullar nöt stekta (beräknat)	Retinol	30	30
1119	Köttbullar nöt stekta (beräknat)	Salt	2	2
1119	Köttbullar nöt stekta (beräknat)	Tillsatt socker	0	0
1119	Köttbullar nöt stekta (beräknat)	Fritt socker	0	0

1119	Köttbullar nöt stekta (beräknat)	Niacinekvivalenter	6,3	6,3
1119	Köttbullar nöt stekta (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
1119	Köttbullar nöt stekta (beräknat)	Riboflavin	0,2	0,2
1119	Köttbullar nöt stekta (beräknat)	Vitamin C	0	0
1119	Köttbullar nöt stekta (beräknat)	Niacin	3,2	3,2
1120	Köttbullar gris stekta (beräknat)	Monosackarider	0	0
1120	Köttbullar gris stekta (beräknat)	Disackarider	1	1
1120	Köttbullar gris stekta (beräknat)	Kolesterol	71	70
1120	Köttbullar gris stekta (beräknat)	DHA (C22:6)	0,1	0,1
1120	Köttbullar gris stekta (beräknat)	Energi (kJ)	783	892
1120	Köttbullar gris stekta (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
1120	Köttbullar gris stekta (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	2
1120	Köttbullar gris stekta (beräknat)	Summa mättade fettsyror	5	6
1120	Köttbullar gris stekta (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	5	6
1120	Köttbullar gris stekta (beräknat)	Stearinsyra C18:0	1,7	2,2
1120	Köttbullar gris stekta (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	2,9	3,8
1120	Köttbullar gris stekta (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,2	0,3
1120	Köttbullar gris stekta (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
1120	Köttbullar gris stekta (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
1120	Köttbullar gris stekta (beräknat)	EPA (C20:5)	0,0	0,0
1120	Köttbullar gris stekta (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,1
1120	Köttbullar gris stekta (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
1120	Köttbullar gris stekta (beräknat)	Fullkorn totalt	1	1
1120	Köttbullar gris stekta (beräknat)	Socker totalt	1	1
1120	Köttbullar gris stekta (beräknat)	Folat	11	11
1120	Köttbullar gris stekta (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
1120	Köttbullar gris stekta (beräknat)	Vitamin B12	0,5	0,5
1120	Köttbullar gris stekta (beräknat)	Magnesium	23,0	22,9
1120	Köttbullar gris stekta (beräknat)	Kalium	214	213
1120	Köttbullar gris stekta (beräknat)	Kalcium	32,3	32,0
1120	Köttbullar gris stekta (beräknat)	Järn	0,8	0,8
1120	Köttbullar gris stekta (beräknat)	Jod	67,3	66,8
1120	Köttbullar gris stekta (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,1	1,4
1120	Köttbullar gris stekta (beräknat)	Oljesyra C18:1	4,4	5,6
1120	Köttbullar gris stekta (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,4	0,5
1120	Köttbullar gris stekta (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1120	Köttbullar gris stekta (beräknat)	Fosfor	170	169
1120	Köttbullar gris stekta (beräknat)	Fett	11,9	15,2
1120	Köttbullar gris stekta (beräknat)	Fibrer	1	0
1120	Köttbullar gris stekta (beräknat)	Protein	14	13
1120	Köttbullar gris stekta (beräknat)	β-Karoten	2	2
1120	Köttbullar gris stekta (beräknat)	Vitamin E	0,9	0,8
1120	Köttbullar gris stekta (beräknat)	Vitamin D	0,7	0,7
1120	Köttbullar gris stekta (beräknat)	Kolhydrater	6	6
1120	Köttbullar gris stekta (beräknat)	Vatten	65	63
1120	Köttbullar gris stekta (beräknat)	Energi (kcal)	187	213
1120	Köttbullar gris stekta (beräknat)	Aska	2	2
1120	Köttbullar gris stekta (beräknat)	Retinol	29	29
1120	Köttbullar gris stekta (beräknat)	Vitamin A	29	29
1120	Köttbullar gris stekta (beräknat)	Zink	2,29	2,27

1155	Duva rå m. skinn	Salt	0	0
1156	Fasan rå	Salt	0	0
1158	Gås rå	Jod	0,7	1,0
1158	Gås rå	Salt	0	0
1159	Gås rå m. skinn	Energi (kJ)	1514	1514
1159	Gås rå m. skinn	Jod		4,0
1159	Gås rå m. skinn	Energi (kcal)	362	362
1159	Gås rå m. skinn	Salt	0	0
1159	Gås rå m. skinn	Niacinekvivalenter	10,7	10,9
1160	Höna rå	Jod	0,9	1,0
1160	Höna rå	Salt	0	0
1161	Höna rå m. skinn	Jod		4,0
1161	Höna rå m. skinn	Salt	0	0
1162	Kalkon filé rå	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
1162	Kalkon filé rå	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1162	Kalkon filé rå	Protein	24	24
1162	Kalkon filé rå	Salt	0	0
1163	Kalkon rå m. skinn	Energi (kJ)	527	527
1163	Kalkon rå m. skinn	Salt	0	0
1164	Kyckling kött rå u. skinn	Salt	0	0
1165	Kyckling kött rå m. skinn	Summa mättade fettsyror	4	4
1165	Kyckling kött rå m. skinn	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
1191	Kalkon rökt	Salt	2	2
1192	Kyckling marinerad grillad m. skinn	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
1192	Kyckling marinerad grillad m. skinn	Summa mättade fettsyror	3	3
1192	Kyckling marinerad grillad m. skinn	Summa fleromättade fettsyror	2	2
1192	Kyckling marinerad grillad m. skinn	Protein	20	20
1193	Kyckling friterad m. frityrsmet	Jod		3,0
1193	Kyckling friterad m. frityrsmet	Salt	1	1
1198	Ostsufflé (beräknat)	Energi (kJ)	710	713
1198	Ostsufflé (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
1198	Ostsufflé (beräknat)	Kolesterol	123	123
1198	Ostsufflé (beräknat)	Disackarider	2	2
1198	Ostsufflé (beräknat)	Monosackarider	0	0
1198	Ostsufflé (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
1198	Ostsufflé (beräknat)	Summa mättade fettsyror	5	5
1198	Ostsufflé (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1198	Ostsufflé (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,5	0,5
1198	Ostsufflé (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,2	0,2
1198	Ostsufflé (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,6	0,6
1198	Ostsufflé (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	2,5	2,5
1198	Ostsufflé (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,9	0,9
1198	Ostsufflé (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,2	0,2
1198	Ostsufflé (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
1198	Ostsufflé (beräknat)	Vitamin B12	1,0	1,0
1198	Ostsufflé (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
1198	Ostsufflé (beräknat)	Folat	26	26
1198	Ostsufflé (beräknat)	Socker totalt	3	3
1198	Ostsufflé (beräknat)	Jod	62,4	62,3
1198	Ostsufflé (beräknat)	Kalcium	220,6	220,6

1198	Ostsufflé (beräknat)	Järn	0,6	0,6
1198	Ostsufflé (beräknat)	Magnesium	16,4	16,4
1198	Ostsufflé (beräknat)	Kalium	144	144
1198	Ostsufflé (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1198	Ostsufflé (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,2	0,2
1198	Ostsufflé (beräknat)	Oljesyra C18:1	3,5	3,5
1198	Ostsufflé (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,9	0,9
1198	Ostsufflé (beräknat)	Protein	11	11
1198	Ostsufflé (beräknat)	Fett	11,1	11,1
1198	Ostsufflé (beräknat)	Fibrer	0	0
1198	Ostsufflé (beräknat)	Fosfor	208	208
1198	Ostsufflé (beräknat)	Vitamin D	1,0	1,0
1198	Ostsufflé (beräknat)	Retinol	131	129
1198	Ostsufflé (beräknat)	β-Karoten	31	30
1198	Ostsufflé (beräknat)	Vitamin E	2,4	2,4
1198	Ostsufflé (beräknat)	Aska	2	2
1198	Ostsufflé (beräknat)	Energi (kcal)	170	170
1198	Ostsufflé (beräknat)	Vatten	69	69
1198	Ostsufflé (beräknat)	Kolhydrater	7	7
1198	Ostsufflé (beräknat)	Selen	10,4	10,4
1198	Ostsufflé (beräknat)	Natrium	473	472
1198	Ostsufflé (beräknat)	Zink	1,27	1,27
1198	Ostsufflé (beräknat)	Vitamin A	134	131
1198	Ostsufflé (beräknat)	Salt	1	1
1198	Ostsufflé (beräknat)	Niacinekvivalenter	2,6	2,6
1198	Ostsufflé (beräknat)	Tiamin	0,0	0,0
1198	Ostsufflé (beräknat)	Riboflavin	0,2	0,2
1198	Ostsufflé (beräknat)	Vitamin C	0	0
1198	Ostsufflé (beräknat)	Niacin	0,1	0,1
1199	Bondomelett (beräknat)	Monosackarider	1	1
1199	Bondomelett (beräknat)	Disackarider	0	0
1199	Bondomelett (beräknat)	Kolesterol	102	102
1199	Bondomelett (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
1199	Bondomelett (beräknat)	Energi (kJ)	516	512
1199	Bondomelett (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
1199	Bondomelett (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1199	Bondomelett (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
1199	Bondomelett (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
1199	Bondomelett (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,4	0,4
1199	Bondomelett (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,0	0,9
1199	Bondomelett (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,0	0,0
1199	Bondomelett (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
1199	Bondomelett (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
1199	Bondomelett (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
1199	Bondomelett (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,2	0,2
1199	Bondomelett (beräknat)	Socker totalt	1	1
1199	Bondomelett (beräknat)	Folat	28	27
1199	Bondomelett (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
1199	Bondomelett (beräknat)	Vitamin B12	0,5	0,5
1199	Bondomelett (beräknat)	Kalium	224	225

1199	Bondomelett (beräknat)	Magnesium	15,5	15,4
1199	Bondomelett (beräknat)	Järn	0,8	0,8
1199	Bondomelett (beräknat)	Kalcium	24,2	24,3
1199	Bondomelett (beräknat)	Jod	29,6	29,3
1199	Bondomelett (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,9	1,0
1199	Bondomelett (beräknat)	Oljesyra C18:1	3,0	3,0
1199	Bondomelett (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
1199	Bondomelett (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1199	Bondomelett (beräknat)	Fosfor	98	99
1199	Bondomelett (beräknat)	Fibrer	1	1
1199	Bondomelett (beräknat)	Fett	6,6	6,5
1199	Bondomelett (beräknat)	Protein	7	7
1199	Bondomelett (beräknat)	Vitamin E	2,3	2,4
1199	Bondomelett (beräknat)	β-Karoten	39	37
1199	Bondomelett (beräknat)	Retinol	73	70
1199	Bondomelett (beräknat)	Vitamin D	1,1	1,0
1199	Bondomelett (beräknat)	Kolhydrater	9	9
1199	Bondomelett (beräknat)	Vatten	75	75
1199	Bondomelett (beräknat)	Avfall (skal etc.)	4	4
1199	Bondomelett (beräknat)	Energi (kcal)	123	122
1199	Bondomelett (beräknat)	Aska	2	2
1199	Bondomelett (beräknat)	Vitamin A	77	74
1199	Bondomelett (beräknat)	Zink	0,89	0,86
1199	Bondomelett (beräknat)	Natrium	388	381
1199	Bondomelett (beräknat)	Selen	7,0	7,1
1199	Bondomelett (beräknat)	Fritt socker	0	0
1199	Bondomelett (beräknat)	Tillsatt socker	0	0
1199	Bondomelett (beräknat)	Salt	1	1
1199	Bondomelett (beräknat)	Niacin	1,2	1,2
1199	Bondomelett (beräknat)	Vitamin C	9	10
1199	Bondomelett (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,2
1199	Bondomelett (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
1199	Bondomelett (beräknat)	Niacinekvivalenter	2,7	2,7
1200	Braxen rå	Salt	0	0
1201	Regnbågslax rå	Jod		6,6
1201	Regnbågslax rå	Salt	0	0
1202	Sej rå	Energi (kJ)	344	344
1202	Sej rå	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
1202	Sej rå	Summa mättade fettsyror	0	0
1202	Sej rå	Protein	19	19
1202	Sej rå	Energi (kcal)	82	82
1202	Sej rå	Salt	0	0
1203	Hällefundra vild rå	Salt	0	0
1206	Kycklingsoppa thailändsk (beräknat)	Disackarider	0	0
1206	Kycklingsoppa thailändsk (beräknat)	Monosackarider	0	0
1206	Kycklingsoppa thailändsk (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
1206	Kycklingsoppa thailändsk (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
1206	Kycklingsoppa thailändsk (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1206	Kycklingsoppa thailändsk (beräknat)	Socker totalt	1	1
1206	Kycklingsoppa thailändsk (beräknat)	Protein	8	8

1232	Äggakaka (beräknat)	Järn	0,6	0,6
1232	Äggakaka (beräknat)	Kalcium	96,7	96,6
1232	Äggakaka (beräknat)	Jod	48,0	48,0
1232	Äggakaka (beräknat)	Fosfor	134	134
1232	Äggakaka (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,8	0,9
1232	Äggakaka (beräknat)	Oljesyra C18:1	2,5	2,5
1232	Äggakaka (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
1232	Äggakaka (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1232	Äggakaka (beräknat)	Fett	6,3	6,4
1232	Äggakaka (beräknat)	Fibrer	0	0
1232	Äggakaka (beräknat)	Protein	7	7
1232	Äggakaka (beräknat)	Kolhydrater	10	10
1232	Äggakaka (beräknat)	Vitamin E	2,3	2,3
1232	Äggakaka (beräknat)	β-Karoten	13	12
1232	Äggakaka (beräknat)	Retinol	87	85
1232	Äggakaka (beräknat)	Vitamin D	1,7	1,7
1232	Äggakaka (beräknat)	Vatten	75	75
1232	Äggakaka (beräknat)	Energi (kcal)	124	125
1232	Äggakaka (beräknat)	Aska	1	1
1232	Äggakaka (beräknat)	Vitamin A	89	86
1232	Äggakaka (beräknat)	Selen	9,0	9,0
1232	Äggakaka (beräknat)	Zink	0,74	0,74
1232	Äggakaka (beräknat)	Natrium	290	288
1232	Äggakaka (beräknat)	Magnesium	12,8	12,8
1232	Äggakaka (beräknat)	Salt	1	1
1232	Äggakaka (beräknat)	Niacin	0,1	0,1
1232	Äggakaka (beräknat)	Vitamin C	1	1
1232	Äggakaka (beräknat)	Riboflavin	0,2	0,2
1232	Äggakaka (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
1232	Äggakaka (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,7	1,7
1233	Ägg stekt (beräknat)	Energi (kJ)	808	813
1233	Ägg stekt (beräknat)	Disackarider	0	0
1233	Ägg stekt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	3	3
1233	Ägg stekt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	7	7
1233	Ägg stekt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	3	3
1233	Ägg stekt (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
1233	Ägg stekt (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
1233	Ägg stekt (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	2,3	2,4
1233	Ägg stekt (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,0	0,0
1233	Ägg stekt (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,8	0,8
1233	Ägg stekt (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,5	0,5
1233	Ägg stekt (beräknat)	Socker totalt	0	0
1233	Ägg stekt (beräknat)	Fosfor	200	200
1233	Ägg stekt (beräknat)	Jod	45,6	45,6
1233	Ägg stekt (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1233	Ägg stekt (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,3	0,3
1233	Ägg stekt (beräknat)	Oljesyra C18:1	6,8	6,8
1233	Ägg stekt (beräknat)	Linolsyra C18:2	2,2	2,3
1233	Ägg stekt (beräknat)	Kolhydrater	0	0
1233	Ägg stekt (beräknat)	Protein	13	13

1233	Ägg stekt (beräknat)	Fett	15,5	15,7
1233	Ägg stekt (beräknat)	Vitamin D	3,7	3,6
1233	Ägg stekt (beräknat)	Retinol	267	261
1233	Ägg stekt (beräknat)	β-Karoten	10	6
1233	Ägg stekt (beräknat)	Vitamin E	7,3	7,4
1233	Ägg stekt (beräknat)	Aska	1	1
1233	Ägg stekt (beräknat)	Energi (kcal)	193	194
1233	Ägg stekt (beräknat)	Avfall (skal etc.)	13	11
1233	Ägg stekt (beräknat)	Vatten	69	69
1233	Ägg stekt (beräknat)	Natrium	168	164
1233	Ägg stekt (beräknat)	Vitamin A	268	261
1233	Ägg stekt (beräknat)	Salt	0	0
1233	Ägg stekt (beräknat)	Niacinekvivalenter	3,4	3,4
1235	Skinklåda m. mjölk ost (beräknat)	Monosackarider	1	1
1235	Skinklåda m. mjölk ost (beräknat)	Disackarider	1	1
1235	Skinklåda m. mjölk ost (beräknat)	Kolesterol	57	57
1235	Skinklåda m. mjölk ost (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
1235	Skinklåda m. mjölk ost (beräknat)	Energi (kJ)	387	388
1235	Skinklåda m. mjölk ost (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1235	Skinklåda m. mjölk ost (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
1235	Skinklåda m. mjölk ost (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
1235	Skinklåda m. mjölk ost (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,3	0,3
1235	Skinklåda m. mjölk ost (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,2	0,2
1235	Skinklåda m. mjölk ost (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,9	0,9
1235	Skinklåda m. mjölk ost (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,2	0,2
1235	Skinklåda m. mjölk ost (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,1	0,1
1235	Skinklåda m. mjölk ost (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
1235	Skinklåda m. mjölk ost (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,0	0,0
1235	Skinklåda m. mjölk ost (beräknat)	Socker totalt	3	3
1235	Skinklåda m. mjölk ost (beräknat)	Folat	23	23
1235	Skinklåda m. mjölk ost (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
1235	Skinklåda m. mjölk ost (beräknat)	Vitamin B12	0,4	0,4
1235	Skinklåda m. mjölk ost (beräknat)	Kalium	272	272
1235	Skinklåda m. mjölk ost (beräknat)	Järn	0,5	0,5
1235	Skinklåda m. mjölk ost (beräknat)	Kalcium	91,9	91,9
1235	Skinklåda m. mjölk ost (beräknat)	Jod	19,0	19,0
1235	Skinklåda m. mjölk ost (beräknat)	Fosfor	144	144
1235	Skinklåda m. mjölk ost (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,2	0,2
1235	Skinklåda m. mjölk ost (beräknat)	Oljesyra C18:1	1,0	1,0
1235	Skinklåda m. mjölk ost (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
1235	Skinklåda m. mjölk ost (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1235	Skinklåda m. mjölk ost (beräknat)	Fett	3,5	3,6
1235	Skinklåda m. mjölk ost (beräknat)	Fibrer	1	1
1235	Skinklåda m. mjölk ost (beräknat)	Protein	7	7
1235	Skinklåda m. mjölk ost (beräknat)	Kolhydrater	7	7
1235	Skinklåda m. mjölk ost (beräknat)	Vitamin E	1,1	1,1
1235	Skinklåda m. mjölk ost (beräknat)	β-Karoten	194	194
1235	Skinklåda m. mjölk ost (beräknat)	Retinol	48	48
1235	Skinklåda m. mjölk ost (beräknat)	Vitamin D	0,5	0,5
1235	Skinklåda m. mjölk ost (beräknat)	Vatten	79	79

1235	Skinklåda m. mjölk ost (beräknat)	Energi (kcal)	93	93
1235	Skinklåda m. mjölk ost (beräknat)	Aska	2	2
1235	Skinklåda m. mjölk ost (beräknat)	Vitamin A	64	64
1235	Skinklåda m. mjölk ost (beräknat)	Selen	5,5	5,5
1235	Skinklåda m. mjölk ost (beräknat)	Zink	0,79	0,79
1235	Skinklåda m. mjölk ost (beräknat)	Natrium	328	328
1235	Skinklåda m. mjölk ost (beräknat)	Magnesium	17,8	17,8
1235	Skinklåda m. mjölk ost (beräknat)	Fritt socker	0	0
1235	Skinklåda m. mjölk ost (beräknat)	Tillsatt socker	0	0
1235	Skinklåda m. mjölk ost (beräknat)	Salt	1	1
1235	Skinklåda m. mjölk ost (beräknat)	Niacin	1,6	1,6
1235	Skinklåda m. mjölk ost (beräknat)	Vitamin C	8	8
1235	Skinklåda m. mjölk ost (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
1235	Skinklåda m. mjölk ost (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
1235	Skinklåda m. mjölk ost (beräknat)	Niacinekvivalenter	3,1	3,1
1236	Torsksufflé (beräknat)	Energi (kJ)	538	539
1236	Torsksufflé (beräknat)	DHA (C22:6)	0,2	0,2
1236	Torsksufflé (beräknat)	Kolesterol	113	113
1236	Torsksufflé (beräknat)	Disackarider	2	2
1236	Torsksufflé (beräknat)	Monosackarider	0	0
1236	Torsksufflé (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
1236	Torsksufflé (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
1236	Torsksufflé (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1236	Torsksufflé (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
1236	Torsksufflé (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,1	0,1
1236	Torsksufflé (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,7	0,7
1236	Torsksufflé (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,1	0,1
1236	Torsksufflé (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,2	0,2
1236	Torsksufflé (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,0	0,0
1236	Torsksufflé (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
1236	Torsksufflé (beräknat)	EPA (C20:5)	0,0	0,0
1236	Torsksufflé (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
1236	Torsksufflé (beräknat)	Vitamin B12	1,0	1,0
1236	Torsksufflé (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
1236	Torsksufflé (beräknat)	Folat	24	24
1236	Torsksufflé (beräknat)	Socker totalt	2	2
1236	Torsksufflé (beräknat)	Fosfor	274	274
1236	Torsksufflé (beräknat)	Jod	222,9	222,9
1236	Torsksufflé (beräknat)	Kalcium	71,7	71,7
1236	Torsksufflé (beräknat)	Järn	0,5	0,5
1236	Torsksufflé (beräknat)	Kalium	310	310
1236	Torsksufflé (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1236	Torsksufflé (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
1236	Torsksufflé (beräknat)	Oljesyra C18:1	0,9	0,9
1236	Torsksufflé (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,3	0,3
1236	Torsksufflé (beräknat)	Kolhydrater	5	5
1236	Torsksufflé (beräknat)	Protein	20	20
1236	Torsksufflé (beräknat)	Fibrer	0	0
1236	Torsksufflé (beräknat)	Fett	3,1	3,2
1236	Torsksufflé (beräknat)	Vitamin D	1,9	1,9

1236	Torsksufflé (beräknat)	Retinol	54	54
1236	Torsksufflé (beräknat)	β-Karoten	5	5
1236	Torsksufflé (beräknat)	Vitamin E	1,7	1,7
1236	Torsksufflé (beräknat)	Aska	2	2
1236	Torsksufflé (beräknat)	Energi (kcal)	129	128
1236	Torsksufflé (beräknat)	Avfall (skal etc.)	28	17
1236	Torsksufflé (beräknat)	Vatten	70	70
1236	Torsksufflé (beräknat)	Magnesium	31,7	31,7
1236	Torsksufflé (beräknat)	Natrium	498	498
1236	Torsksufflé (beräknat)	Zink	0,98	0,98
1236	Torsksufflé (beräknat)	Selen	29,6	29,6
1236	Torsksufflé (beräknat)	Vitamin A	55	55
1236	Torsksufflé (beräknat)	Salt	1	1
1236	Torsksufflé (beräknat)	Niacinekvivalenter	5,9	5,9
1236	Torsksufflé (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
1236	Torsksufflé (beräknat)	Riboflavin	0,2	0,2
1236	Torsksufflé (beräknat)	Vitamin C	0	0
1236	Torsksufflé (beräknat)	Niacin	2,0	2,0
1237	Kolja rå	Protein	19	19
1237	Kolja rå	Salt	0	0
1238	Kummel rå	Jod		120,0
1238	Kummel rå	Salt	0	0
1240	Siklöja rå	Jod	25,0	25,9
1240	Siklöja rå	Salt	0	0
1241	Sill rå	Energi (kJ)	617	617
1241	Sill rå	Energi (kcal)	148	148
1242	Flundra rå	Jod	20,0	15,7
1242	Flundra rå	Salt	0	0
1243	Strömming rå	Energi (kJ)	454	453
1243	Strömming rå	Energi (kcal)	108	108
1244	Röding rå	Energi (kJ)	634	632
1244	Röding rå	Summa fleromättade fettsyror	2	3
1244	Röding rå	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
1244	Röding rå	Summa mättade fettsyror	1	1
1244	Röding rå	Protein	20	20
1279	Makrill urtagen varmrökt	Salt	1	1
1280	Lutfisk rå frysvara	Jod		2,0
1280	Lutfisk rå frysvara	Salt	0	0
1281	Sill matjessill konserv.	Jod		51,0
1281	Sill matjessill konserv.	Salt	6	6
1282	Marulk rå	Jod		14,0
1282	Marulk rå	Salt	0	0
1283	Makrill filé i olja konserv.	Jod		8,0
1283	Makrill filé i olja konserv.	Salt	1	1
1285	Lax gravad	Summa fleromättade fettsyror	3	3
1285	Lax gravad	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
1285	Lax gravad	Summa mättade fettsyror	1	1
1285	Lax gravad	Protein	19	19
1285	Lax gravad	Vitamin K	8,3	8,3
1285	Lax gravad	Salt	3	3

1287	Böckling dubbelfilé varmrökt	Summa fleromättade fettsyror	6	6
1287	Böckling dubbelfilé varmrökt	Summa enkelomättade fettsyror	6	6
1287	Böckling dubbelfilé varmrökt	Summa mättade fettsyror	6	6
1287	Böckling dubbelfilé varmrökt	Salt	1	2
1288	Lax varmrökt urtagen	Summa mättade fettsyror	2	2
1288	Lax varmrökt urtagen	Summa fleromättade fettsyror	4	4
1288	Lax varmrökt urtagen	Protein	22	22
1288	Lax varmrökt urtagen	Vitamin K	11,5	11,5
1288	Lax varmrökt urtagen	Salt	2	2
1315	Kolja panerad stekt m. salt (beräknat)	Fett	8,0	8,2
1315	Kolja panerad stekt m. salt (beräknat)	Protein	22	22
1315	Kolja panerad stekt m. salt (beräknat)	Kolhydrater	6	6
1315	Kolja panerad stekt m. salt (beräknat)	Vitamin E	2,7	2,9
1315	Kolja panerad stekt m. salt (beräknat)	β-Karoten	14	9
1315	Kolja panerad stekt m. salt (beräknat)	Retinol	41	32
1315	Kolja panerad stekt m. salt (beräknat)	Vitamin D	2,0	1,9
1315	Kolja panerad stekt m. salt (beräknat)	Vatten	61	61
1315	Kolja panerad stekt m. salt (beräknat)	Energi (kcal)	187	189
1315	Kolja panerad stekt m. salt (beräknat)	Aska	3	3
1315	Kolja panerad stekt m. salt (beräknat)	Vitamin A	42	33
1315	Kolja panerad stekt m. salt (beräknat)	Natrium	615	610
1315	Kolja panerad stekt m. salt (beräknat)	Salt	2	2
1315	Kolja panerad stekt m. salt (beräknat)	Niacinekvivalenter	9,1	9,1
1316	Lax stekt m. salt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
1316	Lax stekt m. salt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	6	6
1316	Lax stekt m. salt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	4	4
1316	Lax stekt m. salt (beräknat)	Protein	24	24
1316	Lax stekt m. salt (beräknat)	Avfall (skal etc.)	42	35
1316	Lax stekt m. salt (beräknat)	Salt	1	1
1317	Lax kokt m. salt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	5	5
1317	Lax kokt m. salt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	8	8
1317	Lax kokt m. salt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
1317	Lax kokt m. salt (beräknat)	Protein	24	24
1317	Lax kokt m. salt (beräknat)	Avfall (skal etc.)	41	35
1317	Lax kokt m. salt (beräknat)	Salt	1	1
1318	Makrill kokt m. salt (beräknat)	Energi (kJ)	1428	1389
1318	Makrill kokt m. salt (beräknat)	Energi (kcal)	341	332
1318	Makrill kokt m. salt (beräknat)	Avfall (skal etc.)	47	41
1318	Makrill kokt m. salt (beräknat)	Salt	1	1
1319	Makrill panerad stekt (beräknat)	Monosackarider	0	0
1319	Makrill panerad stekt (beräknat)	Disackarider	0	0
1319	Makrill panerad stekt (beräknat)	Energi (kJ)	1383	1358
1319	Makrill panerad stekt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	7	7
1319	Makrill panerad stekt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	11	11
1319	Makrill panerad stekt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	5	5
1319	Makrill panerad stekt (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,6	0,6
1319	Makrill panerad stekt (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	2,7	2,8
1319	Makrill panerad stekt (beräknat)	Myristinsyra C14:0	1,2	1,2
1319	Makrill panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
1319	Makrill panerad stekt (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0

1319	Makrill panerad stekt (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,7	0,7
1319	Makrill panerad stekt (beräknat)	Socker totalt	0	0
1319	Makrill panerad stekt (beräknat)	Jod	120,9	120,9
1319	Makrill panerad stekt (beräknat)	Fosfor	208	208
1319	Makrill panerad stekt (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,6	1,8
1319	Makrill panerad stekt (beräknat)	Oljesyra C18:1	6,1	6,1
1319	Makrill panerad stekt (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,7	0,7
1319	Makrill panerad stekt (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,1	0,1
1319	Makrill panerad stekt (beräknat)	Fett	25,8	25,9
1319	Makrill panerad stekt (beräknat)	Protein	18	18
1319	Makrill panerad stekt (beräknat)	Kolhydrater	6	6
1319	Makrill panerad stekt (beräknat)	Vitamin E	2,4	2,6
1319	Makrill panerad stekt (beräknat)	β-Karoten	13	8
1319	Makrill panerad stekt (beräknat)	Retinol	51	43
1319	Makrill panerad stekt (beräknat)	Vitamin D	4,9	4,8
1319	Makrill panerad stekt (beräknat)	Vatten	46	46
1319	Makrill panerad stekt (beräknat)	Energi (kcal)	330	324
1319	Makrill panerad stekt (beräknat)	Aska	2	2
1319	Makrill panerad stekt (beräknat)	Vitamin A	52	43
1319	Makrill panerad stekt (beräknat)	Natrium	551	547
1319	Makrill panerad stekt (beräknat)	Salt	1	1
1319	Makrill panerad stekt (beräknat)	Niacinekvalenter	11,0	11,0
1320	Makrill stekt m. salt (beräknat)	Energi (kJ)	1274	1234
1320	Makrill stekt m. salt (beräknat)	Energi (kcal)	304	295
1320	Makrill stekt m. salt (beräknat)	Avfall (skal etc.)	49	41
1320	Makrill stekt m. salt (beräknat)	Salt	1	1
1321	Piggvar kokt m. salt (beräknat)	Jod		109,5
1321	Piggvar kokt m. salt (beräknat)	Avfall (skal etc.)	84	51
1321	Piggvar kokt m. salt (beräknat)	Salt	2	2
1322	Rödspätta filé kokt m. salt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
1322	Rödspätta filé kokt m. salt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
1322	Rödspätta filé kokt m. salt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1322	Rödspätta filé kokt m. salt (beräknat)	Protein	34	34
1322	Rödspätta filé kokt m. salt (beräknat)	Avfall (skal etc.)	79	49
1322	Rödspätta filé kokt m. salt (beräknat)	Salt	1	1
1323	Rödspätta filé panerad stekt m. salt (beräknat)	Monosackarider	0	0
1323	Rödspätta filé panerad stekt m. salt (beräknat)	Disackarider	0	0
1323	Rödspätta filé panerad stekt m. salt (beräknat)	Energi (kJ)	828	836
1323	Rödspätta filé panerad stekt m. salt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
1323	Rödspätta filé panerad stekt m. salt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
1323	Rödspätta filé panerad stekt m. salt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
1323	Rödspätta filé panerad stekt m. salt (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,2	0,2
1323	Rödspätta filé panerad stekt m. salt (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,7	0,7
1323	Rödspätta filé panerad stekt m. salt (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,0	0,0
1350	Böcklinglåda m. äggstanning (beräknat)	Salt	2	2
1351	Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Monosackarider	0	0
1351	Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Disackarider	1	1
1351	Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Energi (kJ)	679	685
1351	Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	3
1351	Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	5	5

1351	Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
1351	Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,3	0,3
1351	Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,8	0,8
1351	Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,1	0,1
1351	Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,1	0,1
1351	Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
1351	Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,7	0,6
1351	Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Socker totalt	1	1
1351	Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Jod	81,2	81,2
1351	Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Fosfor	74	74
1351	Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,7	1,9
1351	Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Oljesyra C18:1	4,9	4,9
1351	Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
1351	Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1351	Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Fett	10,3	10,5
1351	Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Protein	6	6
1351	Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Kolhydrater	11	11
1351	Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Vitamin E	2,7	2,8
1351	Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	β-Karoten	30	26
1351	Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Retinol	48	41
1351	Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Vitamin D	0,7	0,6
1351	Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Vatten	69	69
1351	Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Energi (kcal)	162	164
1351	Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Aska	2	2
1351	Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Vitamin A	51	43
1351	Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Natrium	887	883
1351	Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Salt	2	2
1351	Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,7	1,7
1354	Fisksoppa bouillabaisse (beräknat)	Energi (kJ)	305	312
1354	Fisksoppa bouillabaisse (beräknat)	DHA (C22:6)	0,2	0,1
1354	Fisksoppa bouillabaisse (beräknat)	Kolesterol	28	28
1354	Fisksoppa bouillabaisse (beräknat)	Disackarider	0	0
1354	Fisksoppa bouillabaisse (beräknat)	Monosackarider	1	1
1354	Fisksoppa bouillabaisse (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
1354	Fisksoppa bouillabaisse (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	2
1354	Fisksoppa bouillabaisse (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1354	Fisksoppa bouillabaisse (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,1	0,0
1354	Fisksoppa bouillabaisse (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,3	0,3
1354	Fisksoppa bouillabaisse (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,1	0,1
1354	Fisksoppa bouillabaisse (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
1354	Fisksoppa bouillabaisse (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
1354	Fisksoppa bouillabaisse (beräknat)	EPA (C20:5)	0,1	0,1
1354	Fisksoppa bouillabaisse (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
1354	Fisksoppa bouillabaisse (beräknat)	Vitamin B12	1,5	1,5
1354	Fisksoppa bouillabaisse (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
1354	Fisksoppa bouillabaisse (beräknat)	Folat	10	10
1354	Fisksoppa bouillabaisse (beräknat)	Socker totalt	1	1
1354	Fisksoppa bouillabaisse (beräknat)	Fosfor	120	119
1354	Fisksoppa bouillabaisse (beräknat)	Jod		60,0
1354	Fisksoppa bouillabaisse (beräknat)	Kalcium	18,9	18,4

1354	Fisksoppa bouillabaisse (beräknat)	Järn	0,5	0,5
1354	Fisksoppa bouillabaisse (beräknat)	Kalium	157	153
1354	Fisksoppa bouillabaisse (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1354	Fisksoppa bouillabaisse (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
1354	Fisksoppa bouillabaisse (beräknat)	Oljesyra C18:1	1,2	1,3
1354	Fisksoppa bouillabaisse (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,3	0,4
1354	Fisksoppa bouillabaisse (beräknat)	Kolhydrater	1	1
1354	Fisksoppa bouillabaisse (beräknat)	Protein	9	9
1354	Fisksoppa bouillabaisse (beräknat)	Fibrer	0	0
1354	Fisksoppa bouillabaisse (beräknat)	Alkohol	0,3	0,3
1354	Fisksoppa bouillabaisse (beräknat)	Fett	3,2	3,4
1354	Fisksoppa bouillabaisse (beräknat)	Vitamin D	1,2	1,2
1354	Fisksoppa bouillabaisse (beräknat)	Retinol	6	7
1354	Fisksoppa bouillabaisse (beräknat)	β-Karoten	86	86
1354	Fisksoppa bouillabaisse (beräknat)	Vitamin E	1,6	1,7
1354	Fisksoppa bouillabaisse (beräknat)	Aska	1	1
1354	Fisksoppa bouillabaisse (beräknat)	Energi (kcal)	73	74
1354	Fisksoppa bouillabaisse (beräknat)	Avfall (skal etc.)	20	15
1354	Fisksoppa bouillabaisse (beräknat)	Vatten	84	84
1354	Fisksoppa bouillabaisse (beräknat)	Magnesium	19,3	19,2
1354	Fisksoppa bouillabaisse (beräknat)	Natrium	234	234
1354	Fisksoppa bouillabaisse (beräknat)	Zink	0,47	0,46
1354	Fisksoppa bouillabaisse (beräknat)	Selen	13,8	13,4
1354	Fisksoppa bouillabaisse (beräknat)	Vitamin A	13	14
1354	Fisksoppa bouillabaisse (beräknat)	Salt	1	1
1354	Fisksoppa bouillabaisse (beräknat)	Fritt socker	0	0
1354	Fisksoppa bouillabaisse (beräknat)	Niacinekvivalenter	3,6	3,7
1354	Fisksoppa bouillabaisse (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
1354	Fisksoppa bouillabaisse (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
1354	Fisksoppa bouillabaisse (beräknat)	Vitamin C	2	2
1354	Fisksoppa bouillabaisse (beräknat)	Niacin	2,1	2,1
1356	Fiskpaté m. räkör (beräknat)	Monosackarider	0	0
1356	Fiskpaté m. räkör (beräknat)	Disackarider	1	1
1356	Fiskpaté m. räkör (beräknat)	Kolesterol	121	118
1356	Fiskpaté m. räkör (beräknat)	DHA (C22:6)	0,2	0,2
1356	Fiskpaté m. räkör (beräknat)	Energi (kJ)	905	862
1356	Fiskpaté m. räkör (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
1356	Fiskpaté m. räkör (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
1356	Fiskpaté m. räkör (beräknat)	Summa mättade fettsyror	8	7
1356	Fiskpaté m. räkör (beräknat)	Stearinsyra C18:0	1,2	1,1
1356	Fiskpaté m. räkör (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	3,8	3,4
1356	Fiskpaté m. räkör (beräknat)	Myristinsyra C14:0	1,2	1,0
1356	Fiskpaté m. räkör (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,8	0,7
1356	Fiskpaté m. räkör (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,3	0,3
1356	Fiskpaté m. räkör (beräknat)	DPA (C22:5)	0,1	0,1
1356	Fiskpaté m. räkör (beräknat)	EPA (C20:5)	0,1	0,1
1356	Fiskpaté m. räkör (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,1	0,1
1356	Fiskpaté m. räkör (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,3	0,3
1356	Fiskpaté m. räkör (beräknat)	Socker totalt	1	1
1356	Fiskpaté m. räkör (beräknat)	Folat	18	18

1356	Fiskpaté m. räkör (beräknat)	Vitamin B6	0,2	0,2
1356	Fiskpaté m. räkör (beräknat)	Vitamin B12	2,0	2,0
1356	Fiskpaté m. räkör (beräknat)	Kalium	228	227
1356	Fiskpaté m. räkör (beräknat)	Järn	0,4	0,4
1356	Fiskpaté m. räkör (beräknat)	Kalcium	50,5	51,7
1356	Fiskpaté m. räkör (beräknat)	Jod		77,7
1356	Fiskpaté m. räkör (beräknat)	Fosfor	194	195
1356	Fiskpaté m. räkör (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,8	0,8
1356	Fiskpaté m. räkör (beräknat)	Oljesyra C18:1	4,2	4,0
1356	Fiskpaté m. räkör (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,3	0,3
1356	Fiskpaté m. räkör (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1356	Fiskpaté m. räkör (beräknat)	Fett	15,8	14,5
1356	Fiskpaté m. räkör (beräknat)	Fibrer	0	0
1356	Fiskpaté m. räkör (beräknat)	Protein	16	16
1356	Fiskpaté m. räkör (beräknat)	Kolhydrater	3	3
1356	Fiskpaté m. räkör (beräknat)	Vitamin E	3,0	3,0
1356	Fiskpaté m. räkör (beräknat)	β-Karoten	221	208
1356	Fiskpaté m. räkör (beräknat)	Retinol	116	105
1356	Fiskpaté m. räkör (beräknat)	Vitamin D	2,3	2,4
1356	Fiskpaté m. räkör (beräknat)	Vatten	63	64
1356	Fiskpaté m. räkör (beräknat)	Avfall (skal etc.)	26	21
1356	Fiskpaté m. räkör (beräknat)	Energi (kcal)	216	206
1356	Fiskpaté m. räkör (beräknat)	Aska	2	2
1356	Fiskpaté m. räkör (beräknat)	Vitamin A	135	122
1356	Fiskpaté m. räkör (beräknat)	Selen	18,5	18,2
1356	Fiskpaté m. räkör (beräknat)	Zink	0,70	0,69
1356	Fiskpaté m. räkör (beräknat)	Natrium	583	585
1356	Fiskpaté m. räkör (beräknat)	Magnesium	25,9	26,0
1356	Fiskpaté m. räkör (beräknat)	Fritt socker	0	0
1356	Fiskpaté m. räkör (beräknat)	Salt	1	1
1356	Fiskpaté m. räkör (beräknat)	Niacin	3,5	3,6
1356	Fiskpaté m. räkör (beräknat)	Vitamin C	2	3
1356	Fiskpaté m. räkör (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
1356	Fiskpaté m. räkör (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
1356	Fiskpaté m. räkör (beräknat)	Niacinekvivalenter	6,3	6,5
1357	Fiskfärs kokt (beräknat)	Energi (kJ)	490	492
1357	Fiskfärs kokt (beräknat)	DHA (C22:6)	0,1	0,1
1357	Fiskfärs kokt (beräknat)	Kolesterol	46	47
1357	Fiskfärs kokt (beräknat)	Disackarider	2	2
1357	Fiskfärs kokt (beräknat)	Monosackarider	0	0
1357	Fiskfärs kokt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
1357	Fiskfärs kokt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
1357	Fiskfärs kokt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1357	Fiskfärs kokt (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
1357	Fiskfärs kokt (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,1	0,1
1357	Fiskfärs kokt (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,2	0,2
1357	Fiskfärs kokt (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,5	0,5
1357	Fiskfärs kokt (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,2	0,2
1357	Fiskfärs kokt (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,0	0,0
1357	Fiskfärs kokt (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0

1357	Fiskfärs kokt (beräknat)	EPA (C20:5)	0,0	0,0
1357	Fiskfärs kokt (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
1357	Fiskfärs kokt (beräknat)	Vitamin B12	1,1	1,1
1357	Fiskfärs kokt (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
1357	Fiskfärs kokt (beräknat)	Folat	16	15
1357	Fiskfärs kokt (beräknat)	Socker totalt	2	2
1357	Fiskfärs kokt (beräknat)	Fosfor	219	214
1357	Fiskfärs kokt (beräknat)	Jod		163,9
1357	Fiskfärs kokt (beräknat)	Kalcium	87,7	88,8
1357	Fiskfärs kokt (beräknat)	Järn	0,3	0,3
1357	Fiskfärs kokt (beräknat)	Kalium	324	312
1357	Fiskfärs kokt (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1357	Fiskfärs kokt (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
1357	Fiskfärs kokt (beräknat)	Oljesyra C18:1	0,4	0,4
1357	Fiskfärs kokt (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,0	0,0
1357	Fiskfärs kokt (beräknat)	Kolhydrater	9	9
1357	Fiskfärs kokt (beräknat)	Protein	16	16
1357	Fiskfärs kokt (beräknat)	Fibrer	0	0
1357	Fiskfärs kokt (beräknat)	Fett	2,0	2,1
1357	Fiskfärs kokt (beräknat)	Vitamin D	1,2	1,2
1357	Fiskfärs kokt (beräknat)	Retinol	15	20
1357	Fiskfärs kokt (beräknat)	β-Karoten	274	274
1357	Fiskfärs kokt (beräknat)	Vitamin E	0,7	0,7
1357	Fiskfärs kokt (beräknat)	Aska	3	3
1357	Fiskfärs kokt (beräknat)	Energi (kcal)	117	117
1357	Fiskfärs kokt (beräknat)	Avfall (skal etc.)	23	15
1357	Fiskfärs kokt (beräknat)	Vatten	71	71
1357	Fiskfärs kokt (beräknat)	Magnesium	29,0	29,0
1357	Fiskfärs kokt (beräknat)	Natrium	606	612
1357	Fiskfärs kokt (beräknat)	Zink	0,70	0,69
1357	Fiskfärs kokt (beräknat)	Selen	20,6	19,9
1357	Fiskfärs kokt (beräknat)	Vitamin A	37	43
1357	Fiskfärs kokt (beräknat)	Salt	2	2
1357	Fiskfärs kokt (beräknat)	Niacinekvivalenter	4,9	4,9
1357	Fiskfärs kokt (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
1357	Fiskfärs kokt (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
1357	Fiskfärs kokt (beräknat)	Vitamin C	4	4
1357	Fiskfärs kokt (beräknat)	Niacin	2,0	1,9
1358	Fiskgratäng m. dillsås (beräknat)	Monosackarider	0	0
1358	Fiskgratäng m. dillsås (beräknat)	Disackarider	3	3
1358	Fiskgratäng m. dillsås (beräknat)	Kolesterol	44	43
1358	Fiskgratäng m. dillsås (beräknat)	DHA (C22:6)	0,1	0,1
1358	Fiskgratäng m. dillsås (beräknat)	Energi (kJ)	666	642
1358	Fiskgratäng m. dillsås (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1358	Fiskgratäng m. dillsås (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
1358	Fiskgratäng m. dillsås (beräknat)	Summa mättade fettsyror	5	4
1358	Fiskgratäng m. dillsås (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,8	0,7
1358	Fiskgratäng m. dillsås (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	2,4	2,2
1358	Fiskgratäng m. dillsås (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,7	0,6
1358	Fiskgratäng m. dillsås (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,5	0,4

1358	Fiskgratäng m. dillsås (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,2	0,2
1358	Fiskgratäng m. dillsås (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
1358	Fiskgratäng m. dillsås (beräknat)	EPA (C20:5)	0,0	0,0
1358	Fiskgratäng m. dillsås (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
1358	Fiskgratäng m. dillsås (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,3	0,3
1358	Fiskgratäng m. dillsås (beräknat)	Socker totalt	3	3
1358	Fiskgratäng m. dillsås (beräknat)	Folat	11	11
1358	Fiskgratäng m. dillsås (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
1358	Fiskgratäng m. dillsås (beräknat)	Vitamin B12	0,7	0,8
1358	Fiskgratäng m. dillsås (beräknat)	Kalium	273	268
1358	Fiskgratäng m. dillsås (beräknat)	Järn	0,2	0,2
1358	Fiskgratäng m. dillsås (beräknat)	Kalcium	88,0	89,9
1358	Fiskgratäng m. dillsås (beräknat)	Jod		89,1
1358	Fiskgratäng m. dillsås (beräknat)	Fosfor	159	158
1358	Fiskgratäng m. dillsås (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,8	0,9
1358	Fiskgratäng m. dillsås (beräknat)	Oljesyra C18:1	3,5	3,4
1358	Fiskgratäng m. dillsås (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,2	0,1
1358	Fiskgratäng m. dillsås (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1358	Fiskgratäng m. dillsås (beräknat)	Fett	10,8	10,1
1358	Fiskgratäng m. dillsås (beräknat)	Fibrer	0	0
1358	Fiskgratäng m. dillsås (beräknat)	Protein	11	11
1358	Fiskgratäng m. dillsås (beräknat)	Kolhydrater	5	5
1358	Fiskgratäng m. dillsås (beräknat)	Vitamin E	1,5	1,5
1358	Fiskgratäng m. dillsås (beräknat)	β-Karoten	709	699
1358	Fiskgratäng m. dillsås (beräknat)	Retinol	71	62
1358	Fiskgratäng m. dillsås (beräknat)	Vitamin D	1,2	1,1
1358	Fiskgratäng m. dillsås (beräknat)	Vatten	72	73
1358	Fiskgratäng m. dillsås (beräknat)	Avfall (skal etc.)	12	11
1358	Fiskgratäng m. dillsås (beräknat)	Energi (kcal)	159	153
1358	Fiskgratäng m. dillsås (beräknat)	Aska	2	2
1358	Fiskgratäng m. dillsås (beräknat)	Vitamin A	138	129
1358	Fiskgratäng m. dillsås (beräknat)	Selen	12,8	12,4
1358	Fiskgratäng m. dillsås (beräknat)	Zink	0,57	0,57
1358	Fiskgratäng m. dillsås (beräknat)	Natrium	295	296
1358	Fiskgratäng m. dillsås (beräknat)	Magnesium	21,3	21,4
1358	Fiskgratäng m. dillsås (beräknat)	Fritt socker	0	0
1358	Fiskgratäng m. dillsås (beräknat)	Salt	1	1
1358	Fiskgratäng m. dillsås (beräknat)	Niacin	1,2	1,2
1358	Fiskgratäng m. dillsås (beräknat)	Vitamin C	4	4
1358	Fiskgratäng m. dillsås (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
1358	Fiskgratäng m. dillsås (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
1358	Fiskgratäng m. dillsås (beräknat)	Niacinekvivalenter	3,3	3,2
1359	Fiskgratäng m. räkör u. potatismos (beräknat)	Energi (kJ)	618	597
1359	Fiskgratäng m. räkör u. potatismos (beräknat)	DHA (C22:6)	0,1	0,1
1359	Fiskgratäng m. räkör u. potatismos (beräknat)	Kolesterol	59	57
1359	Fiskgratäng m. räkör u. potatismos (beräknat)	Disackarider	3	3
1359	Fiskgratäng m. räkör u. potatismos (beräknat)	Monosackarider	0	0
1359	Fiskgratäng m. räkör u. potatismos (beräknat)	Summa mättade fettsyror	4	4
1359	Fiskgratäng m. räkör u. potatismos (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
1359	Fiskgratäng m. räkör u. potatismos (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1

1359	Fiskgratäng m. räkör u. potatismos (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,2	0,2
1359	Fiskgratäng m. räkör u. potatismos (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,4	0,4
1359	Fiskgratäng m. räkör u. potatismos (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,6	0,6
1359	Fiskgratäng m. räkör u. potatismos (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	2,1	1,9
1359	Fiskgratäng m. räkör u. potatismos (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,7	0,6
1359	Fiskgratäng m. räkör u. potatismos (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,3	0,3
1359	Fiskgratäng m. räkör u. potatismos (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
1359	Fiskgratäng m. räkör u. potatismos (beräknat)	EPA (C20:5)	0,0	0,0
1359	Fiskgratäng m. räkör u. potatismos (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
1359	Fiskgratäng m. räkör u. potatismos (beräknat)	Vitamin B12	1,1	1,1
1359	Fiskgratäng m. räkör u. potatismos (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
1359	Fiskgratäng m. räkör u. potatismos (beräknat)	Folat	11	11
1359	Fiskgratäng m. räkör u. potatismos (beräknat)	Socker totalt	3	3
1359	Fiskgratäng m. räkör u. potatismos (beräknat)	Fosfor	157	156
1359	Fiskgratäng m. räkör u. potatismos (beräknat)	Jod		79,5
1359	Fiskgratäng m. räkör u. potatismos (beräknat)	Kalcium	78,7	80,3
1359	Fiskgratäng m. räkör u. potatismos (beräknat)	Järn	0,2	0,2
1359	Fiskgratäng m. räkör u. potatismos (beräknat)	Kalium	247	242
1359	Fiskgratäng m. räkör u. potatismos (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1359	Fiskgratäng m. räkör u. potatismos (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
1359	Fiskgratäng m. räkör u. potatismos (beräknat)	Oljesyra C18:1	3,1	2,9
1359	Fiskgratäng m. räkör u. potatismos (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,7	0,8
1359	Fiskgratäng m. räkör u. potatismos (beräknat)	Kolhydrater	4	4
1359	Fiskgratäng m. räkör u. potatismos (beräknat)	Protein	12	12
1359	Fiskgratäng m. räkör u. potatismos (beräknat)	Fibrer	0	0
1359	Fiskgratäng m. räkör u. potatismos (beräknat)	Fett	9,4	8,8
1359	Fiskgratäng m. räkör u. potatismos (beräknat)	Vitamin D	1,0	1,0
1359	Fiskgratäng m. räkör u. potatismos (beräknat)	Retinol	61	53
1359	Fiskgratäng m. räkör u. potatismos (beräknat)	β-Karoten	610	601
1359	Fiskgratäng m. räkör u. potatismos (beräknat)	Vitamin E	1,8	1,9
1359	Fiskgratäng m. räkör u. potatismos (beräknat)	Aska	2	2
1359	Fiskgratäng m. räkör u. potatismos (beräknat)	Energi (kcal)	148	143
1359	Fiskgratäng m. räkör u. potatismos (beräknat)	Avfall (skal etc.)	18	17
1359	Fiskgratäng m. räkör u. potatismos (beräknat)	Vatten	73	73
1359	Fiskgratäng m. räkör u. potatismos (beräknat)	Magnesium	23,5	23,6
1359	Fiskgratäng m. räkör u. potatismos (beräknat)	Natrium	342	343
1359	Fiskgratäng m. räkör u. potatismos (beräknat)	Zink	0,65	0,64
1359	Fiskgratäng m. räkör u. potatismos (beräknat)	Selen	14,2	13,9
1359	Fiskgratäng m. räkör u. potatismos (beräknat)	Vitamin A	119	111
1359	Fiskgratäng m. räkör u. potatismos (beräknat)	Salt	1	1
1359	Fiskgratäng m. räkör u. potatismos (beräknat)	Fritt socker	0	0
1359	Fiskgratäng m. räkör u. potatismos (beräknat)	Niacinekvivalenter	3,4	3,4
1359	Fiskgratäng m. räkör u. potatismos (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
1359	Fiskgratäng m. räkör u. potatismos (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
1359	Fiskgratäng m. räkör u. potatismos (beräknat)	Vitamin C	3	3
1359	Fiskgratäng m. räkör u. potatismos (beräknat)	Niacin	1,2	1,2
1360	Laxmousse (beräknat)	Disackarider	1	1
1360	Laxmousse (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
1360	Laxmousse (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	6	6
1360	Laxmousse (beräknat)	Summa mättade fettsyror	9	9

1360	Laxmousse (beräknat)	Protein	11	11
1360	Laxmousse (beräknat)	Avfall (skal etc.)	16	14
1360	Laxmousse (beräknat)	Salt	1	1
1361	Sillbullar (beräknat)	Energi (kJ)	802	807
1361	Sillbullar (beräknat)	DHA (C22:6)	0,3	0,3
1361	Sillbullar (beräknat)	Kolesterol	25	25
1361	Sillbullar (beräknat)	Disackarider	1	1
1361	Sillbullar (beräknat)	Monosackarider	1	1
1361	Sillbullar (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
1361	Sillbullar (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	6	6
1361	Sillbullar (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	3	3
1361	Sillbullar (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
1361	Sillbullar (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
1361	Sillbullar (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,3	0,3
1361	Sillbullar (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,2	1,2
1361	Sillbullar (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,4	0,4
1361	Sillbullar (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,6	0,5
1361	Sillbullar (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
1361	Sillbullar (beräknat)	EPA (C20:5)	0,2	0,2
1361	Sillbullar (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
1361	Sillbullar (beräknat)	Vitamin B12	0,8	0,8
1361	Sillbullar (beräknat)	Vitamin B6	0,2	0,2
1361	Sillbullar (beräknat)	Folat	13	13
1361	Sillbullar (beräknat)	Socker totalt	1	1
1361	Sillbullar (beräknat)	Fosfor	88	90
1361	Sillbullar (beräknat)	Jod	20,3	20,3
1361	Sillbullar (beräknat)	Kalcium	22,9	22,8
1361	Sillbullar (beräknat)	Järn	0,8	0,8
1361	Sillbullar (beräknat)	Kalium	255	256
1361	Sillbullar (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1361	Sillbullar (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,2	0,2
1361	Sillbullar (beräknat)	Oljesyra C18:1	4,5	4,5
1361	Sillbullar (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,4	1,6
1361	Sillbullar (beräknat)	Kolhydrater	14	14
1361	Sillbullar (beräknat)	Protein	9	9
1361	Sillbullar (beräknat)	Fibrer	2	2
1361	Sillbullar (beräknat)	Fett	10,9	11,0
1361	Sillbullar (beräknat)	Vitamin D	1,5	1,4
1361	Sillbullar (beräknat)	Retinol	23	14
1391	Ostron konserv. m. lag	Salt	0	0
1392	Krabba Blå krabba kokt	Jod		39,0
1060	Gryta dillkött nöt m. sås	Salt	1	1
1062	Biff stroganoff nöt (beräknat)	Energi (kJ)	638	633
1062	Biff stroganoff nöt (beräknat)	Kolesterol	46	45
1062	Biff stroganoff nöt (beräknat)	Disackarider	1	1
1062	Biff stroganoff nöt (beräknat)	Monosackarider	1	1
1062	Biff stroganoff nöt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
1062	Biff stroganoff nöt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	4	4
1062	Biff stroganoff nöt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1062	Biff stroganoff nöt (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,5	0,5

1062	Biff stroganoff nöt (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,1	0,2
1062	Biff stroganoff nöt (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,6	0,6
1062	Biff stroganoff nöt (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	2,1	2,1
1062	Biff stroganoff nöt (beräknat)	Stearinsyra C18:0	1,0	1,0
1062	Biff stroganoff nöt (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,3	0,3
1062	Biff stroganoff nöt (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
1062	Biff stroganoff nöt (beräknat)	EPA (C20:5)	0,0	0,0
1062	Biff stroganoff nöt (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
1062	Biff stroganoff nöt (beräknat)	Vitamin B12	0,5	0,5
1062	Biff stroganoff nöt (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
1062	Biff stroganoff nöt (beräknat)	Folat	7	7
1062	Biff stroganoff nöt (beräknat)	Socker totalt	2	2
1062	Biff stroganoff nöt (beräknat)	Jod	43,5	43,5
1062	Biff stroganoff nöt (beräknat)	Järn	1,6	1,5
1062	Biff stroganoff nöt (beräknat)	Kalcium	22,4	22,5
1062	Biff stroganoff nöt (beräknat)	Kalium	219	221
1062	Biff stroganoff nöt (beräknat)	Magnesium	18,1	18,0
1062	Biff stroganoff nöt (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1062	Biff stroganoff nöt (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
1062	Biff stroganoff nöt (beräknat)	Oljesyra C18:1	3,5	3,5
1062	Biff stroganoff nöt (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,7	0,8
1062	Biff stroganoff nöt (beräknat)	Protein	13	13
1062	Biff stroganoff nöt (beräknat)	Alkohol	0,0	0,0
1062	Biff stroganoff nöt (beräknat)	Fibrer	0	0
1062	Biff stroganoff nöt (beräknat)	Fett	10,0	10,0
1062	Biff stroganoff nöt (beräknat)	Fosfor	125	125
1062	Biff stroganoff nöt (beräknat)	Vitamin D	0,2	0,2
1062	Biff stroganoff nöt (beräknat)	Vitamin E	1,4	1,4
1062	Biff stroganoff nöt (beräknat)	β-Karoten	101	96
1062	Biff stroganoff nöt (beräknat)	Aska	2	2
1062	Biff stroganoff nöt (beräknat)	Energi (kcal)	153	151
1062	Biff stroganoff nöt (beräknat)	Avfall (skal etc.)	1	3
1062	Biff stroganoff nöt (beräknat)	Vatten	72	72
1062	Biff stroganoff nöt (beräknat)	Kolhydrater	2	2
1062	Biff stroganoff nöt (beräknat)	Natrium	363	360
1062	Biff stroganoff nöt (beräknat)	Selen	4,5	4,6
1062	Biff stroganoff nöt (beräknat)	Zink	2,69	2,58
1062	Biff stroganoff nöt (beräknat)	Vitamin A	59	55
1062	Biff stroganoff nöt (beräknat)	Retinol	51	47
1062	Biff stroganoff nöt (beräknat)	Salt	1	1
1062	Biff stroganoff nöt (beräknat)	Fritt socker	0	0
1062	Biff stroganoff nöt (beräknat)	Niacinekvivalenter	5,8	5,7
1062	Biff stroganoff nöt (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
1062	Biff stroganoff nöt (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
1062	Biff stroganoff nöt (beräknat)	Vitamin C	2	2
1062	Biff stroganoff nöt (beräknat)	Niacin	3,4	3,3
1063	(beräknat)	Monosackarider	3	3
1063	(beräknat)	Disackarider	2	2
1063	(beräknat)	Kolesterol	29	28
1063	(beräknat)	Energi (kJ)	839	832

1063	(beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,2	0,1
1063	(beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
1063	(beräknat)	Summa mättade fettsyror	6	6
1063	(beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	7	7
1063	(beräknat)	Stearinsyra C18:0	2,0	2,0
1063	(beräknat)	Palmitinsyra C16:0	3,7	3,6
1063	(beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,4	0,4
1063	(beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,1	0,1
1063	(beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
1063	(beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
1063	(beräknat)	EPA (C20:5)	0,0	0,0
1063	(beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
1063	(beräknat)	Linolensyra C18:3	0,3	0,3
1063	(beräknat)	Socker totalt	5	5
1063	(beräknat)	Folat	5	6
1063	(beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
1063	(beräknat)	Vitamin B12	0,2	0,2
1063	(beräknat)	Magnesium	14,1	14,0
1063	(beräknat)	Kalium	133	138
1063	(beräknat)	Kalcium	18,1	18,3
1063	(beräknat)	Järn	0,3	0,3
1063	(beräknat)	Jod	32,1	31,8
1063	(beräknat)	Linolsyra C18:2	1,6	1,7
1063	(beräknat)	Oljesyra C18:1	6,2	6,2
1063	(beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,4	0,4
1063	(beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,1	0,1
1063	(beräknat)	Fosfor	120	122
1063	(beräknat)	Fett	16,3	16,2
1063	(beräknat)	Fibrer	0	0
1063	(beräknat)	Alkohol	0,0	0,0
1063	(beräknat)	Protein	6	7
1063	(beräknat)	β-Karoten	21	16
1063	(beräknat)	Vitamin E	1,0	1,1
1063	(beräknat)	Vitamin D	0,4	0,3
1063	(beräknat)	Kolhydrater	7	7
1063	(beräknat)	Vatten	66	67
1063	(beräknat)	Energi (kcal)	200	199
1063	(beräknat)	Aska	3	3
1063	(beräknat)	Retinol	30	24
1063	(beräknat)	Vitamin A	32	25
1063	(beräknat)	Zink	1,84	1,84
1063	(beräknat)	Selen	3,6	3,6
1063	(beräknat)	Natrium	1098	1096
1063	(beräknat)	Fritt socker	4	4
1063	(beräknat)	Tillsatt socker	4	4
1063	(beräknat)	Salt	3	3
1063	(beräknat)	Niacin	1,3	1,3
1063	(beräknat)	Vitamin C	1	1
1063	(beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
1063	(beräknat)	Tiamin	0,1	0,1

1063	(beräknat)	Niacinekvivalenter	2,4	2,5
1064	Rimmat sidfläsk panerat stekt (beräknat)	Energi (kJ)	1555	1563
1064	Rimmat sidfläsk panerat stekt (beräknat)	Disackarider	0	0
1064	Rimmat sidfläsk panerat stekt (beräknat)	Monosackarider	0	0
1064	Rimmat sidfläsk panerat stekt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	14	14
1064	Rimmat sidfläsk panerat stekt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	11	11
1064	Rimmat sidfläsk panerat stekt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	5	5
1064	Rimmat sidfläsk panerat stekt (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
1064	Rimmat sidfläsk panerat stekt (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
1064	Rimmat sidfläsk panerat stekt (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,4	0,4
1064	Rimmat sidfläsk panerat stekt (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	6,6	6,7
1064	Rimmat sidfläsk panerat stekt (beräknat)	Stearinsyra C18:0	3,7	3,8
1064	Rimmat sidfläsk panerat stekt (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,7	0,6
1064	Rimmat sidfläsk panerat stekt (beräknat)	Socker totalt	0	0
1064	Rimmat sidfläsk panerat stekt (beräknat)	Jod	69,2	69,2
1064	Rimmat sidfläsk panerat stekt (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,1	0,1
1064	Rimmat sidfläsk panerat stekt (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,8	0,8
1064	Rimmat sidfläsk panerat stekt (beräknat)	Oljesyra C18:1	13,1	13,1
1064	Rimmat sidfläsk panerat stekt (beräknat)	Linolsyra C18:2	3,6	3,8
1064	Rimmat sidfläsk panerat stekt (beräknat)	Protein	14	14
1064	Rimmat sidfläsk panerat stekt (beräknat)	Fett	31,8	32,0
1064	Rimmat sidfläsk panerat stekt (beräknat)	Fosfor	245	245
1064	Rimmat sidfläsk panerat stekt (beräknat)	Vitamin D	1,1	1,0
1064	Rimmat sidfläsk panerat stekt (beräknat)	Vitamin E	2,8	2,9
1064	Rimmat sidfläsk panerat stekt (beräknat)	β-Karoten	14	9
1064	Rimmat sidfläsk panerat stekt (beräknat)	Aska	5	5
1064	Rimmat sidfläsk panerat stekt (beräknat)	Energi (kcal)	372	373
1064	Rimmat sidfläsk panerat stekt (beräknat)	Vatten	40	40
1064	Rimmat sidfläsk panerat stekt (beräknat)	Kolhydrater	8	8
1064	Rimmat sidfläsk panerat stekt (beräknat)	Natrium	1811	1806
1064	Rimmat sidfläsk panerat stekt (beräknat)	Vitamin A	52	42
1064	Rimmat sidfläsk panerat stekt (beräknat)	Retinol	50	41
1064	Rimmat sidfläsk panerat stekt (beräknat)	Salt	5	5
1064	Rimmat sidfläsk panerat stekt (beräknat)	Niacinekvivalenter	5,2	5,2
1065	Fläskkotlett panerad stekt (beräknat)	Monosackarider	0	0
1065	Fläskkotlett panerad stekt (beräknat)	Disackarider	0	0
1065	Fläskkotlett panerad stekt (beräknat)	Energi (kJ)	1110	1117
1065	Fläskkotlett panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
1065	Fläskkotlett panerad stekt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	3	3
1065	Fläskkotlett panerad stekt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	5	5
1065	Fläskkotlett panerad stekt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	8	8
1065	Fläskkotlett panerad stekt (beräknat)	Stearinsyra C18:0	1,8	1,8
1065	Fläskkotlett panerad stekt (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	3,3	3,3
1065	Fläskkotlett panerad stekt (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,2	0,2
1065	Fläskkotlett panerad stekt (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
1065	Fläskkotlett panerad stekt (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,5	0,5
1065	Fläskkotlett panerad stekt (beräknat)	Socker totalt	0	0
1065	Fläskkotlett panerad stekt (beräknat)	Jod	59,9	59,9
1065	Fläskkotlett panerad stekt (beräknat)	Linolsyra C18:2	2,3	2,5
1065	Fläskkotlett panerad stekt (beräknat)	Oljesyra C18:1	7,8	7,8

1065	Fläskkotlett panerad stekt (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,4	0,4
1065	Fläskkotlett panerad stekt (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,1	0,1
1065	Fläskkotlett panerad stekt (beräknat)	Fosfor	198	198
1065	Fläskkotlett panerad stekt (beräknat)	Fett	18,0	18,1
1065	Fläskkotlett panerad stekt (beräknat)	Protein	19	19
1065	Fläskkotlett panerad stekt (beräknat)	β-Karoten	12	8
1065	Fläskkotlett panerad stekt (beräknat)	Vitamin E	2,4	2,5
1065	Fläskkotlett panerad stekt (beräknat)	Vitamin D	1,0	0,9
1065	Fläskkotlett panerad stekt (beräknat)	Kolhydrater	7	7
1065	Fläskkotlett panerad stekt (beräknat)	Vatten	53	53
1065	Fläskkotlett panerad stekt (beräknat)	Energi (kcal)	265	267
1065	Fläskkotlett panerad stekt (beräknat)	Aska	2	2
1065	Fläskkotlett panerad stekt (beräknat)	Retinol	44	36
1065	Fläskkotlett panerad stekt (beräknat)	Vitamin A	45	36
1103	Pannbiff rå frysvara	Salt	2	2
1104	Burgare veg. soja- och veteprotein tillagad	Monosackarider	1	1
1104	Burgare veg. soja- och veteprotein tillagad	Disackarider	1	1
1104	Burgare veg. soja- och veteprotein tillagad	Summa fleromättade fettsyror	2	2
1104	Burgare veg. soja- och veteprotein tillagad	Summa mättade fettsyror	1	1
1104	Burgare veg. soja- och veteprotein tillagad	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
1104	Burgare veg. soja- och veteprotein tillagad	Protein	16	16
1104	Burgare veg. soja- och veteprotein tillagad	Vitamin K	8,1	8,1
1104	Burgare veg. soja- och veteprotein tillagad	Salt	2	2
1105	Biff à la Lindström stekt hemlagad	Salt	1	1
1106	Köttbullar blandfärs stekta hemlagade	Jod		7,0
1107	Köttfärslimpa ugnsstekt hemlagad	Energi (kJ)	593	593
1107	Köttfärslimpa ugnsstekt hemlagad	Jod		7,0
1107	Köttfärslimpa ugnsstekt hemlagad	Energi (kcal)	142	142
1107	Köttfärslimpa ugnsstekt hemlagad	Salt	1	1
1108	Köttfärsås i gjutjärn hemlagad	Jod		26,5
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Energi (kJ)	800	915
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	DHA (C22:6)	0,1	0,1
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Kolesterol	75	75
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Disackarider	1	1
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Monosackarider	0	0
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	5	7
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	5	7
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	2
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,2	0,3
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	3,1	4,0
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Stearinsyra C18:0	1,8	2,3
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,1
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	EPA (C20:5)	0,0	0,0
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Vitamin B12	0,6	0,6
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Vitamin B6	0,2	0,2
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Folat	12	11

1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Socker totalt	1	1
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Fullkorn totalt	1	1
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Jod	87,8	87,1
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Järn	0,9	0,9
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Kalcium	35,1	34,8
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Kalium	227	225
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Magnesium	24,6	24,4
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,4	0,5
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Oljesyra C18:1	4,7	5,9
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,2	1,5
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Protein	15	14
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Fibrer	1	1
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Fett	12,6	16,2
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Fosfor	180	178
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Vitamin D	0,8	0,7
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Vitamin E	0,9	0,9
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	β-Karoten	2	2
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Aska	3	3
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Energi (kcal)	191	219
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Vatten	65	62
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Kolhydrater	4	4
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Natrium	733	727
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Selen	6,8	6,7
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Zink	2,43	2,41
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Vitamin A	31	31
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Retinol	31	30
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Salt	2	2
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Tillsatt socker	0	0
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Fritt socker	0	0
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Niacinekvivalenter	5,7	5,5
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Tiamin	0,3	0,3
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Riboflavin	0,2	0,2
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Vitamin C	0	0
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Niacin	2,9	2,8
1110	Hamburgare nöt stekt fett 10% (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1110	Hamburgare nöt stekt fett 10% (beräknat)	Summa mättade fettsyror	6	6
1110	Hamburgare nöt stekt fett 10% (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	6	6
1110	Hamburgare nöt stekt fett 10% (beräknat)	Protein	25	25
1110	Hamburgare nöt stekt fett 10% (beräknat)	Salt	1	1
1142	Kålpudding m. vitkål köttfärs	Salt	1	1
1145	Köttfärssås frysvara el. konserv.	Jod		26,5
1145	Köttfärssås frysvara el. konserv.	Salt	2	2
1146	Kåldolmar stekta u. sås frysvara	Jod		16,3
1146	Kåldolmar stekta u. sås frysvara	Salt	1	1
1147	Kåldolmar stekta värmda m. sås frysvara	Jod		16,3
1147	Kåldolmar stekta värmda m. sås frysvara	Salt	1	1
1148	Köttbullar stekta m. sås frysvara	Jod		7,0
1148	Köttbullar stekta m. sås frysvara	Salt	1	1
1149	Pannbiff stekt frysvara	Jod		7,0

1149	Pannbiff stekt frysvara	Salt	2	2
1151	Anka bröst rå	Jod	1,2	1,0
1151	Anka bröst rå	Salt	0	0
1153	Anka rå m. skinn	Salt	0	0
1154	Duva rå	Salt	0	0
1182	Kyckling grillad m. skinn (beräknat)	Salt	1	1
1183	Fasan stekt m. skinn (beräknat)	Avfall (skal etc.)	9	7
1183	Fasan stekt m. skinn (beräknat)	Salt	1	1
1184	Gås stekt m. skinn (beräknat)	Energi (kJ)	1354	1355
1184	Gås stekt m. skinn (beräknat)	Jod		14,5
1184	Gås stekt m. skinn (beräknat)	Avfall (skal etc.)	31	19
1184	Gås stekt m. skinn (beräknat)	Energi (kcal)	324	324
1184	Gås stekt m. skinn (beräknat)	Salt	0	0
1184	Gås stekt m. skinn (beräknat)	Niacinekvalenter	17,4	17,8
1185	Höna kokt m. salt (beräknat)	Jod	34,2	34,3
1185	Höna kokt m. salt (beräknat)	Salt	1	1
1186	Kalkon stekt m. skinn (beräknat)	Energi (kJ)	673	673
1186	Kalkon stekt m. skinn (beräknat)	Avfall (skal etc.)	36	28
1186	Kalkon stekt m. skinn (beräknat)	Salt	1	1
1188	Kyckling bröstfilé m. skinn stekt m. salt (beräknat)	Avfall (skal etc.)	4	3
1188	Kyckling bröstfilé m. skinn stekt m. salt (beräknat)	Salt	1	1
1189	Ripa stekt (beräknat)	Salt	1	1
1190	Kyckling kött kokt stekt grillat (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
1190	Kyckling kött kokt stekt grillat (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
1190	Kyckling kött kokt stekt grillat (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1190	Kyckling kött kokt stekt grillat (beräknat)	Protein	25	25
1190	Kyckling kött kokt stekt grillat (beräknat)	Avfall (skal etc.)	11	10
1190	Kyckling kött kokt stekt grillat (beräknat)	Salt	1	1
1222	Köttbuljong tärning ätf. (beräknat)	Kolhydrater	0	0
1222	Köttbuljong tärning ätf. (beräknat)	Salt	1	1
1223	Köttbuljong ätf.	Energi (kJ)	35	35
1223	Köttbuljong ätf.	Jod		0,1
1223	Köttbuljong ätf.	Energi (kcal)	8	8
1223	Köttbuljong ätf.	Salt	1	1
1224	Hönsbuljong ätf.	Salt	1	1
1225	Ägg rått	Summa fleromättade fettsyror	1	2
1225	Ägg rått	Summa mättade fettsyror	3	3
1225	Ägg rått	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
1225	Ägg rått	Protein	12	12
1225	Ägg rått	Vitamin K	30,2	30,2
1225	Ägg rått	Salt	0	0
1226	Äggula rå	Energi (kJ)	1334	1334
1226	Äggula rå	Summa enkelomättade fettsyror	12	12
1226	Äggula rå	Summa fleromättade fettsyror	4	4
1226	Äggula rå	Protein	16	16
1226	Äggula rå	Vitamin K	80,8	80,8
1226	Äggula rå	Energi (kcal)	319	319
1226	Äggula rå	Salt	0	0
1227	Äggvita rå	Salt	0	0
1229	Fransk omelett m. grädde (beräknat)	Energi (kJ)	1030	998

1229	Fransk omelett m. grädde (beräknat)	DHA (C22:6)	0,1	0,1
1229	Fransk omelett m. grädde (beräknat)	Kolesterol	300	297
1229	Fransk omelett m. grädde (beräknat)	Disackarider	1	1
1229	Fransk omelett m. grädde (beräknat)	Monosackarider	0	0
1229	Fransk omelett m. grädde (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	9	9
1229	Fransk omelett m. grädde (beräknat)	Summa mättade fettsyror	8	7
1229	Fransk omelett m. grädde (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	3	3
1229	Fransk omelett m. grädde (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,6	0,5
1229	Fransk omelett m. grädde (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,3	0,2
1229	Fransk omelett m. grädde (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,9	0,8
1229	Fransk omelett m. grädde (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	4,4	4,1
1229	Fransk omelett m. grädde (beräknat)	Stearinsyra C18:0	1,5	1,4
1229	Fransk omelett m. grädde (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,6	0,6
1229	Fransk omelett m. grädde (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,1	0,1
1229	Fransk omelett m. grädde (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
1229	Fransk omelett m. grädde (beräknat)	Vitamin B12	1,2	1,2
1229	Fransk omelett m. grädde (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
1229	Fransk omelett m. grädde (beräknat)	Folat	50	50
1229	Fransk omelett m. grädde (beräknat)	Socker totalt	1	1
1229	Fransk omelett m. grädde (beräknat)	Jod	76,8	77,1
1229	Fransk omelett m. grädde (beräknat)	Kalcium	63,9	65,4
1229	Fransk omelett m. grädde (beräknat)	Järn	1,4	1,4
1229	Fransk omelett m. grädde (beräknat)	Magnesium	11,7	11,8
1229	Fransk omelett m. grädde (beräknat)	Kalium	134	137
1229	Fransk omelett m. grädde (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,1	0,0
1229	Fransk omelett m. grädde (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,4	0,4
1229	Fransk omelett m. grädde (beräknat)	Oljesyra C18:1	8,4	8,2
1229	Fransk omelett m. grädde (beräknat)	Linolsyra C18:2	2,3	2,5
1229	Fransk omelett m. grädde (beräknat)	Protein	11	11
1229	Fransk omelett m. grädde (beräknat)	Fett	22,5	21,6
1229	Fransk omelett m. grädde (beräknat)	Fosfor	168	169
1229	Fransk omelett m. grädde (beräknat)	Vitamin D	2,9	2,9
1229	Fransk omelett m. grädde (beräknat)	Retinol	278	260
1229	Fransk omelett m. grädde (beräknat)	β-Karoten	73	57
1229	Fransk omelett m. grädde (beräknat)	Vitamin E	6,4	6,5
1229	Fransk omelett m. grädde (beräknat)	Aska	2	2
1229	Fransk omelett m. grädde (beräknat)	Energi (kcal)	246	238
1229	Fransk omelett m. grädde (beräknat)	Avfall (skal etc.)	10	9
1229	Fransk omelett m. grädde (beräknat)	Vatten	64	65
1229	Fransk omelett m. grädde (beräknat)	Kolhydrater	1	1
1229	Fransk omelett m. grädde (beräknat)	Natrium	462	459
1229	Fransk omelett m. grädde (beräknat)	Selen	18,7	18,8
1229	Fransk omelett m. grädde (beräknat)	Zink	1,15	1,15
1229	Fransk omelett m. grädde (beräknat)	Vitamin A	284	265
1229	Fransk omelett m. grädde (beräknat)	Salt	1	1
1229	Fransk omelett m. grädde (beräknat)	Niacinekvalenter	2,7	2,7
1229	Fransk omelett m. grädde (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
1229	Fransk omelett m. grädde (beräknat)	Riboflavin	0,3	0,3
1229	Fransk omelett m. grädde (beräknat)	Vitamin C	0	0
1229	Fransk omelett m. grädde (beräknat)	Niacin	0,0	0,0

1230	Fransk omelett m. vatten (beräknat)	Disackarider	0	0
1230	Fransk omelett m. vatten (beräknat)	Energi (kJ)	722	729
1230	Fransk omelett m. vatten (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
1230	Fransk omelett m. vatten (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	3	3
1230	Fransk omelett m. vatten (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	7	7
1230	Fransk omelett m. vatten (beräknat)	Summa mättade fettsyror	3	3
1230	Fransk omelett m. vatten (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,7	0,7
1230	Fransk omelett m. vatten (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	2,0	2,0
1230	Fransk omelett m. vatten (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,0	0,0
1230	Fransk omelett m. vatten (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
1230	Fransk omelett m. vatten (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,6	0,6
1230	Fransk omelett m. vatten (beräknat)	Socker totalt	0	0
1230	Fransk omelett m. vatten (beräknat)	Jod	76,7	76,7
1230	Fransk omelett m. vatten (beräknat)	Linolsyra C18:2	2,2	2,4
1230	Fransk omelett m. vatten (beräknat)	Oljesyra C18:1	6,8	6,8
1230	Fransk omelett m. vatten (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,2	0,2
1230	Fransk omelett m. vatten (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1230	Fransk omelett m. vatten (beräknat)	Fosfor	154	154
1230	Fransk omelett m. vatten (beräknat)	Fett	14,7	14,9
1230	Fransk omelett m. vatten (beräknat)	Protein	10	10
1230	Fransk omelett m. vatten (beräknat)	Vitamin E	6,3	6,4
1230	Fransk omelett m. vatten (beräknat)	β-Karoten	14	8
1230	Fransk omelett m. vatten (beräknat)	Retinol	212	203
1230	Fransk omelett m. vatten (beräknat)	Vitamin D	3,0	2,9
1230	Fransk omelett m. vatten (beräknat)	Kolhydrater	0	0
1230	Fransk omelett m. vatten (beräknat)	Vatten	73	73
1230	Fransk omelett m. vatten (beräknat)	Avfall (skal etc.)	10	9
1230	Fransk omelett m. vatten (beräknat)	Energi (kcal)	172	174
1230	Fransk omelett m. vatten (beräknat)	Aska	2	2
1230	Fransk omelett m. vatten (beräknat)	Vitamin A	214	204
1230	Fransk omelett m. vatten (beräknat)	Natrium	465	460
1230	Fransk omelett m. vatten (beräknat)	Salt	1	1
1230	Fransk omelett m. vatten (beräknat)	Niacinekvalenter	2,6	2,6
1231	Sufflé gräddad u. fyllning veg. (beräknat)	Energi (kJ)	711	714
1231	Sufflé gräddad u. fyllning veg. (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
1231	Sufflé gräddad u. fyllning veg. (beräknat)	Kolesterol	126	126
1231	Sufflé gräddad u. fyllning veg. (beräknat)	Disackarider	2	2
1231	Sufflé gräddad u. fyllning veg. (beräknat)	Monosackarider	0	0
1231	Sufflé gräddad u. fyllning veg. (beräknat)	Summa mättade fettsyror	5	5
1231	Sufflé gräddad u. fyllning veg. (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
1231	Sufflé gräddad u. fyllning veg. (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1231	Sufflé gräddad u. fyllning veg. (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,2	0,2
1231	Sufflé gräddad u. fyllning veg. (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,6	0,6
1231	Sufflé gräddad u. fyllning veg. (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	2,5	2,6
1231	Sufflé gräddad u. fyllning veg. (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,6	0,6
1231	Sufflé gräddad u. fyllning veg. (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,9	0,9
1231	Sufflé gräddad u. fyllning veg. (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,2	0,2
1231	Sufflé gräddad u. fyllning veg. (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
1231	Sufflé gräddad u. fyllning veg. (beräknat)	Vitamin B12	1,0	1,0
1231	Sufflé gräddad u. fyllning veg. (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1

1231	Sufflé gräddad u. fyllning veg. (beräknat)	Folat	26	26
1231	Sufflé gräddad u. fyllning veg. (beräknat)	Socker totalt	3	3
1231	Sufflé gräddad u. fyllning veg. (beräknat)	Fosfor	212	212
1231	Sufflé gräddad u. fyllning veg. (beräknat)	Jod	49,8	49,8
1231	Sufflé gräddad u. fyllning veg. (beräknat)	Kalcium	224,2	224,1
1231	Sufflé gräddad u. fyllning veg. (beräknat)	Järn	0,6	0,6
1231	Sufflé gräddad u. fyllning veg. (beräknat)	Kalium	145	145
1231	Sufflé gräddad u. fyllning veg. (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1231	Sufflé gräddad u. fyllning veg. (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,2	0,2
1231	Sufflé gräddad u. fyllning veg. (beräknat)	Oljesyra C18:1	3,6	3,6
1231	Sufflé gräddad u. fyllning veg. (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,9	1,0
1231	Sufflé gräddad u. fyllning veg. (beräknat)	Kolhydrater	6	6
1231	Sufflé gräddad u. fyllning veg. (beräknat)	Protein	11	11
1231	Sufflé gräddad u. fyllning veg. (beräknat)	Fibrer	0	0
1231	Sufflé gräddad u. fyllning veg. (beräknat)	Fett	11,3	11,4
1231	Sufflé gräddad u. fyllning veg. (beräknat)	Vitamin D	1,0	1,0
1231	Sufflé gräddad u. fyllning veg. (beräknat)	Retinol	134	132
1231	Sufflé gräddad u. fyllning veg. (beräknat)	β-Karoten	32	31
1231	Sufflé gräddad u. fyllning veg. (beräknat)	Vitamin E	2,5	2,5
1231	Sufflé gräddad u. fyllning veg. (beräknat)	Aska	2	2
1231	Sufflé gräddad u. fyllning veg. (beräknat)	Energi (kcal)	170	171
1231	Sufflé gräddad u. fyllning veg. (beräknat)	Vatten	69	69
1231	Sufflé gräddad u. fyllning veg. (beräknat)	Magnesium	16,5	16,5
1231	Sufflé gräddad u. fyllning veg. (beräknat)	Natrium	374	373
1231	Sufflé gräddad u. fyllning veg. (beräknat)	Zink	1,30	1,30
1231	Sufflé gräddad u. fyllning veg. (beräknat)	Selen	10,7	10,7
1231	Sufflé gräddad u. fyllning veg. (beräknat)	Vitamin A	137	134
1231	Sufflé gräddad u. fyllning veg. (beräknat)	Salt	1	1
1231	Sufflé gräddad u. fyllning veg. (beräknat)	Niacinekvivalenter	2,7	2,7
1231	Sufflé gräddad u. fyllning veg. (beräknat)	Tiamin	0,0	0,0
1231	Sufflé gräddad u. fyllning veg. (beräknat)	Riboflavin	0,2	0,2
1231	Sufflé gräddad u. fyllning veg. (beräknat)	Vitamin C	0	0
1231	Sufflé gräddad u. fyllning veg. (beräknat)	Niacin	0,1	0,1
1232	Äggakaka (beräknat)	Monosackarider	0	0
1232	Äggakaka (beräknat)	Disackarider	3	3
1232	Äggakaka (beräknat)	Kolesterol	110	110
1232	Äggakaka (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
1232	Äggakaka (beräknat)	Energi (kJ)	519	523
1232	Äggakaka (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1232	Äggakaka (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
1232	Äggakaka (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
1232	Äggakaka (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,4	0,4
1232	Äggakaka (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,1	0,1
1232	Äggakaka (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,1	1,1
1232	Äggakaka (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,1	0,1
1232	Äggakaka (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
1232	Äggakaka (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
1232	Äggakaka (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,2	0,2
1232	Äggakaka (beräknat)	Socker totalt	3	3
1232	Äggakaka (beräknat)	Folat	25	25

1232	Äggakaka (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
1232	Äggakaka (beräknat)	Vitamin B12	0,8	0,8
1232	Äggakaka (beräknat)	Kalium	160	160
1269	Lax kallrökt	Salt	3	3
1270	Sardeller konserv.	Salt	7	7
1271	Sardiner i olja konserv.	Salt	1	1
1272	Sardiner i tomatsås konserv.	Salt	1	1
1273	Saltsill rå	Salt	15	15
1274	Saltströmming rå	Jod		205,0
1274	Saltströmming rå	Salt	15	15
1275	Tonfisk i olja konserv. avrunnen	Energi (kJ)	789	789
1275	Tonfisk i olja konserv. avrunnen	Summa mättade fettsyror	1	1
1275	Tonfisk i olja konserv. avrunnen	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
1275	Tonfisk i olja konserv. avrunnen	Summa fleromättade fettsyror	5	5
1275	Tonfisk i olja konserv. avrunnen	Protein	25	25
1275	Tonfisk i olja konserv. avrunnen	Vitamin K	1,7	1,7
1275	Tonfisk i olja konserv. avrunnen	Energi (kcal)	189	189
1275	Tonfisk i olja konserv. avrunnen	Salt	1	1
1277	Ål varmrökt rundrökt	Summa fleromättade fettsyror	7	7
1277	Ål varmrökt rundrökt	Summa enkelomättade fettsyror	13	13
1277	Ål varmrökt rundrökt	Jod		60,0
1277	Ål varmrökt rundrökt	Salt	1	2
1278	Tonfisk i vatten konserv. avrunnen	Energi (kJ)	444	444
1278	Tonfisk i vatten konserv. avrunnen	Summa mättade fettsyror	0	0
1278	Tonfisk i vatten konserv. avrunnen	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
1278	Tonfisk i vatten konserv. avrunnen	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1278	Tonfisk i vatten konserv. avrunnen	Protein	24	24
1278	Tonfisk i vatten konserv. avrunnen	Vitamin K	0,6	0,6
1278	Tonfisk i vatten konserv. avrunnen	Energi (kcal)	106	106
1278	Tonfisk i vatten konserv. avrunnen	Salt	1	1
1279	Makrill urtagen varmrökt	Summa enkelomättade fettsyror	10	10
1279	Makrill urtagen varmrökt	Summa mättade fettsyror	5	5
1279	Makrill urtagen varmrökt	Jod		20,0
1308	Regnbågslax inkokt m. salt (beräknat)	Jod		54,3
1308	Regnbågslax inkokt m. salt (beräknat)	Avfall (skal etc.)	45	38
1308	Regnbågslax inkokt m. salt (beräknat)	Salt	1	1
1309	Regnbågslax panerad stekt (beräknat)	Monosackarider	0	0
1309	Regnbågslax panerad stekt (beräknat)	Disackarider	0	0
1309	Regnbågslax panerad stekt (beräknat)	Energi (kJ)	957	964
1309	Regnbågslax panerad stekt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	5	5
1309	Regnbågslax panerad stekt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	6	6
1309	Regnbågslax panerad stekt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	3
1309	Regnbågslax panerad stekt (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,4	0,4
1309	Regnbågslax panerad stekt (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,7	1,7
1309	Regnbågslax panerad stekt (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,2	0,2
1309	Regnbågslax panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
1309	Regnbågslax panerad stekt (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
1309	Regnbågslax panerad stekt (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,6	0,6
1309	Regnbågslax panerad stekt (beräknat)	Socker totalt	0	0
1309	Regnbågslax panerad stekt (beräknat)	Jod		68,9

1309	Regnbågslax panerad stekt (beräknat)	Fosfor	256	256
1309	Regnbågslax panerad stekt (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,7	1,9
1309	Regnbågslax panerad stekt (beräknat)	Oljesyra C18:1	5,2	5,2
1309	Regnbågslax panerad stekt (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,5	0,5
1309	Regnbågslax panerad stekt (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1309	Regnbågslax panerad stekt (beräknat)	Fett	14,4	14,6
1309	Regnbågslax panerad stekt (beräknat)	Protein	19	19
1309	Regnbågslax panerad stekt (beräknat)	Kolhydrater	6	6
1309	Regnbågslax panerad stekt (beräknat)	Vitamin E	3,8	4,0
1309	Regnbågslax panerad stekt (beräknat)	β-Karoten	13	8
1309	Regnbågslax panerad stekt (beräknat)	Retinol	65	57
1309	Regnbågslax panerad stekt (beräknat)	Vitamin D	11,3	11,3
1309	Regnbågslax panerad stekt (beräknat)	Vatten	58	58
1309	Regnbågslax panerad stekt (beräknat)	Energi (kcal)	228	230
1309	Regnbågslax panerad stekt (beräknat)	Aska	2	2
1309	Regnbågslax panerad stekt (beräknat)	Vitamin A	66	57
1309	Regnbågslax panerad stekt (beräknat)	Natrium	561	557
1309	Regnbågslax panerad stekt (beräknat)	Salt	1	1
1309	Regnbågslax panerad stekt (beräknat)	Niacinekvalenter	11,5	11,5
1310	Gädda kokt m. salt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
1310	Gädda kokt m. salt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
1310	Gädda kokt m. salt (beräknat)	Protein	33	33
1310	Gädda kokt m. salt (beräknat)	Avfall (skal etc.)	76	47
1310	Gädda kokt m. salt (beräknat)	Salt	1	1
1311	Gädda panerad stekt (beräknat)	Monosackarider	0	0
1311	Gädda panerad stekt (beräknat)	Disackarider	0	0
1311	Gädda panerad stekt (beräknat)	Energi (kJ)	802	809
1311	Gädda panerad stekt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
1311	Gädda panerad stekt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	5	4
1311	Gädda panerad stekt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
1311	Gädda panerad stekt (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,2	0,2
1311	Gädda panerad stekt (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,6	0,7
1311	Gädda panerad stekt (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,0	0,0
1311	Gädda panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
1311	Gädda panerad stekt (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
1311	Gädda panerad stekt (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,5	0,5
1311	Gädda panerad stekt (beräknat)	Socker totalt	0	0
1311	Gädda panerad stekt (beräknat)	Jod	81,4	81,4
1311	Gädda panerad stekt (beräknat)	Fosfor	275	275
1311	Gädda panerad stekt (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,5	1,7
1311	Gädda panerad stekt (beräknat)	Oljesyra C18:1	4,3	4,3
1311	Gädda panerad stekt (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
1311	Gädda panerad stekt (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1311	Gädda panerad stekt (beräknat)	Fett	8,2	8,4
1311	Gädda panerad stekt (beräknat)	Protein	23	23
1311	Gädda panerad stekt (beräknat)	Kolhydrater	6	6
1311	Gädda panerad stekt (beräknat)	Vitamin E	2,8	2,9
1311	Gädda panerad stekt (beräknat)	β-Karoten	14	9
1311	Gädda panerad stekt (beräknat)	Retinol	41	32
1311	Gädda panerad stekt (beräknat)	Vitamin D	5,3	5,2

1311	Gädda panerad stekt (beräknat)	Vatten	59	59
1311	Gädda panerad stekt (beräknat)	Energi (kcal)	191	193
1311	Gädda panerad stekt (beräknat)	Aska	3	3
1311	Gädda panerad stekt (beräknat)	Vitamin A	42	33
1311	Gädda panerad stekt (beräknat)	Natrium	609	605
1311	Gädda panerad stekt (beräknat)	Salt	2	2
1311	Gädda panerad stekt (beräknat)	Niacinekvivalenter	7,4	7,4
1312	Hälleflundra kokt m. salt (beräknat)	Avfall (skal etc.)	24	20
1312	Hälleflundra kokt m. salt (beräknat)	Salt	1	1
1313	Hälleflundra panerad stekt (beräknat)	Monosackarider	0	0
1313	Hälleflundra panerad stekt (beräknat)	Disackarider	0	0
1313	Hälleflundra panerad stekt (beräknat)	Energi (kJ)	886	893
1313	Hälleflundra panerad stekt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	3	3
1313	Hälleflundra panerad stekt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	8	8
1313	Hälleflundra panerad stekt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
1313	Hälleflundra panerad stekt (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,3	0,3
1313	Hälleflundra panerad stekt (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,2	1,2
1313	Hälleflundra panerad stekt (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,2	0,2
1313	Hälleflundra panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
1313	Hälleflundra panerad stekt (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
1313	Hälleflundra panerad stekt (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,5	0,5
1313	Hälleflundra panerad stekt (beräknat)	Socker totalt	0	0
1313	Hälleflundra panerad stekt (beräknat)	Jod	71,2	71,2
1313	Hälleflundra panerad stekt (beräknat)	Fosfor	198	198
1313	Hälleflundra panerad stekt (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,4	1,6
1313	Hälleflundra panerad stekt (beräknat)	Oljesyra C18:1	5,6	5,6
1313	Hälleflundra panerad stekt (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,7	0,7
1313	Hälleflundra panerad stekt (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1313	Hälleflundra panerad stekt (beräknat)	Fett	13,7	13,9
1313	Hälleflundra panerad stekt (beräknat)	Protein	16	16
1313	Hälleflundra panerad stekt (beräknat)	Kolhydrater	6	6
1313	Hälleflundra panerad stekt (beräknat)	Vitamin E	4,5	4,6
1313	Hälleflundra panerad stekt (beräknat)	β-Karoten	13	8
1313	Hälleflundra panerad stekt (beräknat)	Retinol	50	42
1313	Hälleflundra panerad stekt (beräknat)	Vitamin D	8,1	8,0
1313	Hälleflundra panerad stekt (beräknat)	Vatten	61	61
1313	Hälleflundra panerad stekt (beräknat)	Energi (kcal)	212	214
1313	Hälleflundra panerad stekt (beräknat)	Aska	2	2
1313	Hälleflundra panerad stekt (beräknat)	Vitamin A	51	42
1313	Hälleflundra panerad stekt (beräknat)	Natrium	586	582
1313	Hälleflundra panerad stekt (beräknat)	Salt	1	1
1313	Hälleflundra panerad stekt (beräknat)	Niacinekvivalenter	5,8	5,8
1314	Kolja kokt m. salt (beräknat)	Protein	32	32
1314	Kolja kokt m. salt (beräknat)	Salt	1	1
1315	Kolja panerad stekt m. salt (beräknat)	Monosackarider	0	0
1315	Kolja panerad stekt m. salt (beräknat)	Disackarider	0	0
1315	Kolja panerad stekt m. salt (beräknat)	Energi (kJ)	782	789
1315	Kolja panerad stekt m. salt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
1315	Kolja panerad stekt m. salt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
1315	Kolja panerad stekt m. salt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1

1315	Kolja panerad stekt m. salt (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,2	0,2
1315	Kolja panerad stekt m. salt (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,6	0,6
1315	Kolja panerad stekt m. salt (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,0	0,0
1315	Kolja panerad stekt m. salt (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
1315	Kolja panerad stekt m. salt (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
1315	Kolja panerad stekt m. salt (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,5	0,5
1315	Kolja panerad stekt m. salt (beräknat)	Socker totalt	0	0
1315	Kolja panerad stekt m. salt (beräknat)	Jod	184,8	184,8
1315	Kolja panerad stekt m. salt (beräknat)	Fosfor	236	236
1315	Kolja panerad stekt m. salt (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,5	1,7
1315	Kolja panerad stekt m. salt (beräknat)	Oljesyra C18:1	4,3	4,4
1315	Kolja panerad stekt m. salt (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
1315	Kolja panerad stekt m. salt (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1339	Vitling filé panerad stekt (beräknat)	Aska	3	3
1339	Vitling filé panerad stekt (beräknat)	Energi (kcal)	188	190
1339	Vitling filé panerad stekt (beräknat)	Vatten	61	61
1339	Vitling filé panerad stekt (beräknat)	Natrium	620	615
1339	Vitling filé panerad stekt (beräknat)	Vitamin A	45	36
1339	Vitling filé panerad stekt (beräknat)	Salt	2	2
1339	Vitling filé panerad stekt (beräknat)	Niacinekvivalenter	6,1	6,1
1340	Fisk varmrökt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	5	4
1340	Fisk varmrökt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	7	7
1340	Fisk varmrökt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
1340	Fisk varmrökt (beräknat)	Jod		19,8
1340	Fisk varmrökt (beräknat)	Protein	22	22
1340	Fisk varmrökt (beräknat)	Salt	2	2
1344	Fiskbullar konserv. u. buljong	Disackarider	0	0
1344	Fiskbullar konserv. u. buljong	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
1344	Fiskbullar konserv. u. buljong	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1344	Fiskbullar konserv. u. buljong	Protein	7	7
1344	Fiskbullar konserv. u. buljong	Vitamin K	2,6	2,6
1344	Fiskbullar konserv. u. buljong	Salt	1	1
1345	Fiskbullar m. hummersås konserv. tillagad	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1345	Fiskbullar m. hummersås konserv. tillagad	Summa mättade fettsyror	1	1
1345	Fiskbullar m. hummersås konserv. tillagad	Protein	5	5
1345	Fiskbullar m. hummersås konserv. tillagad	Vitamin K	4,5	4,5
1345	Fiskbullar m. hummersås konserv. tillagad	Salt	1	1
1348	Fiskpudding m. ris hemlagad	Jod		23,0
1348	Fiskpudding m. ris hemlagad	Salt	1	1
1349	Fiskgratäng u. potatismos hemlagad	Jod		79,6
1349	Fiskgratäng u. potatismos hemlagad	Salt	1	1
1350	Böcklinglåda m. äggstanning (beräknat)	Energi (kJ)	661	662
1350	Böcklinglåda m. äggstanning (beräknat)	Disackarider	2	2
1350	Böcklinglåda m. äggstanning (beräknat)	Summa mättade fettsyror	3	3
1350	Böcklinglåda m. äggstanning (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
1350	Böcklinglåda m. äggstanning (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
1350	Böcklinglåda m. äggstanning (beräknat)	Jod	51,8	43,6
1350	Böcklinglåda m. äggstanning (beräknat)	Protein	15	15
1350	Böcklinglåda m. äggstanning (beräknat)	Energi (kcal)	158	158
1350	Böcklinglåda m. äggstanning (beräknat)	Avfall (skal etc.)	26	23

1381	Stenbitsrom	Protein	11	11
1381	Stenbitsrom	Salt	4	4
1382	Löjrom saltad	Salt	4	4
1384	Bläckfisk rå	Energi (kJ)	312	348
1384	Bläckfisk rå	DHA (C22:6)	0,1	0,1
1384	Bläckfisk rå	Kolesterol	233	225
1384	Bläckfisk rå	Summa mättade fettsyror	0	1
1384	Bläckfisk rå	Summa enkelomättade fettsyror	0	1
1384	Bläckfisk rå	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1384	Bläckfisk rå	Myristinsyra C14:0	0,0	0,1
1384	Bläckfisk rå	Palmitinsyra C16:0	0,2	0,7
1384	Bläckfisk rå	Stearinsyra C18:0	0,1	0,1
1384	Bläckfisk rå	Arakidonsyra C20:4	0,1	0,0
1384	Bläckfisk rå	EPA (C20:5)	0,1	0,3
1384	Bläckfisk rå	Vitamin B12	5,0	3,0
1384	Bläckfisk rå	Vitamin B6	0,1	0,7
1384	Bläckfisk rå	Folat	20	13
1384	Bläckfisk rå	Fosfor	119	190
1384	Bläckfisk rå	Jod		20,0
1384	Bläckfisk rå	Kalcium	12,0	13,0
1384	Bläckfisk rå	Kalium	230	280
1384	Bläckfisk rå	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
1384	Bläckfisk rå	Oljesyra C18:1	0,1	0,1
1384	Bläckfisk rå	Kolhydrater	0	1
1384	Bläckfisk rå	Protein	16	15
1384	Bläckfisk rå	Fett	0,9	1,7
1384	Bläckfisk rå	Vitamin D	1,3	0,0
1384	Bläckfisk rå	Energi (kcal)	75	83
1384	Bläckfisk rå	Avfall (skal etc.)	22	35
1384	Bläckfisk rå	Vatten	82	81
1384	Bläckfisk rå	Magnesium	20,0	28,0
1384	Bläckfisk rå	Natrium	365	110
1384	Bläckfisk rå	Zink	1,60	1,10
1384	Bläckfisk rå	Selen	50,0	66,0
1384	Bläckfisk rå	Salt	1	0
1384	Bläckfisk rå	Niacinekvivalenter	4,0	6,0
1384	Bläckfisk rå	Tiamin	0,0	0,1
1384	Bläckfisk rå	Niacin	1,0	3,4
1385	Blåmussla kokt m. vin avrunnen	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1385	Blåmussla kokt m. vin avrunnen	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
1385	Blåmussla kokt m. vin avrunnen	Summa mättade fettsyror	0	1
1385	Blåmussla kokt m. vin avrunnen	Vitamin K	5,9	5,9
1385	Blåmussla kokt m. vin avrunnen	Salt	1	1
1386	Ostron	Energi (kJ)	236	230
1386	Ostron	DHA (C22:6)	0,2	0,2
1386	Ostron	Summa mättade fettsyror	1	1
1386	Ostron	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
1386	Ostron	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1386	Ostron	Laurinsyra C12:0	0,1	0,0
1386	Ostron	Myristinsyra C14:0	0,1	0,1

1386	Ostron	Palmitinsyra C16:0	0,3	0,5
1386	Ostron	Stearinsyra C18:0	0,1	0,1
1386	Ostron	Linolensyra C18:3	0,0	0,1
1386	Ostron	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
1386	Ostron	EPA (C20:5)	0,2	0,3
1386	Ostron	DPA (C22:5)	0,0	0,0
1386	Ostron	Vitamin B12	18,0	14,0
1386	Ostron	Vitamin B6	0,1	0,2
1386	Ostron	Fosfor	148	161
1386	Ostron	Jod	60,0	85,0
1386	Ostron	Kalcium	90,0	22,0
1386	Ostron	Järn	6,4	3,1
1386	Ostron	Kalium	121	265
1386	Ostron	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
1386	Ostron	Oljesyra C18:1	0,1	0,3
1386	Ostron	Linolsyra C18:2	0,0	0,1
1386	Ostron	Protein	10	9
1386	Ostron	Fett	2,0	2,4
1386	Ostron	Vitamin D	1,0	3,1
1386	Ostron	Retinol	94	38
1386	Ostron	Vitamin E	0,9	1,1
1386	Ostron	Energi (kcal)	56	55
1386	Ostron	Avfall (skal etc.)	91	90
1386	Ostron	Vatten	87	80
1386	Ostron	Magnesium	28,0	19,0
1386	Ostron	Natrium	73	110
1386	Ostron	Zink	50,00	42,00
1386	Ostron	Selen	70,0	60,0
1386	Ostron	Vitamin A	94	38
1386	Ostron	Salt	0	0
1386	Ostron	Niacinekvivalenter	3,6	3,6
1386	Ostron	Riboflavin	0,2	0,2
1386	Ostron	Niacin	1,9	2,0
1375	Sushi olika sorter 7 bitar	Vitamin A	8	15
1375	Sushi olika sorter 7 bitar	Salt	1	1
1376	Fiskrom torsk sill rå	Jod		195,0
1376	Fiskrom torsk sill rå	Salt	0	0
1377	Påläggskaviar örökt	Jod		54,0
1377	Påläggskaviar örökt	Salt	8	8
1378	Påläggskaviar original	Monosackarider	0	0
1378	Påläggskaviar original	Summa mättade fettsyror	2	2
1378	Påläggskaviar original	Summa enkelomättade fettsyror	21	21
1378	Påläggskaviar original	Summa fleromättade fettsyror	9	9
1378	Påläggskaviar original	Protein	9	9
1379	Påläggskaviar lätt	Monosackarider	0	0
1379	Påläggskaviar lätt	Disackarider	13	13
1379	Påläggskaviar lätt	Socker totalt	13	13
1379	Påläggskaviar lätt	Vitamin A	19	19
1381	Stenbitsrom	Summa mättade fettsyror	1	1
1381	Stenbitsrom	Summa enkelomättade fettsyror	1	1

1381	Stenbitsrom	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1413	Västkustsallad m. musslor räkor champinjon dressing hemlagad (beräknat)	Protein	6	6
1413	Västkustsallad m. musslor räkor champinjon dressing hemlagad (beräknat)	Kolhydrater	3	3
1413	Västkustsallad m. musslor räkor champinjon dressing hemlagad (beräknat)	Salt	1	1
1414	hemlagad (beräknat)	Energi (kcal)	49	49
1414	hemlagad (beräknat)	Monosackarider	1	1
1414	hemlagad (beräknat)	Energi (kJ)	204	204
1414	hemlagad (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
1414	hemlagad (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
1414	hemlagad (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1414	hemlagad (beräknat)	Protein	7	7
1414	hemlagad (beräknat)	Salt	0	0
1416	majonnäs dressing sallad tomat	Disackarider	0	1
1416	majonnäs dressing sallad tomat	Monosackarider	1	1
1416	majonnäs dressing sallad tomat	Summa fleromättade fettsyror	3	3
1416	majonnäs dressing sallad tomat	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
1416	majonnäs dressing sallad tomat	Summa mättade fettsyror	1	1
1416	majonnäs dressing sallad tomat	Socker totalt	1	1
1416	majonnäs dressing sallad tomat	Protein	7	7
1416	majonnäs dressing sallad tomat	Vitamin A	6	6
1417	Skaldjurspaté	Monosackarider	0	0
1417	Skaldjurspaté	Disackarider	1	1
1417	Skaldjurspaté	Summa mättade fettsyror	6	6
1417	Skaldjurspaté	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
1417	Skaldjurspaté	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1417	Skaldjurspaté	Protein	12	12
1417	Skaldjurspaté	Salt	2	2
1418	Räksoppa tillagad pulver m. vatten mjölk	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1418	Räksoppa tillagad pulver m. vatten mjölk	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
1418	Räksoppa tillagad pulver m. vatten mjölk	Summa mättade fettsyror	1	1
1418	Räksoppa tillagad pulver m. vatten mjölk	Kolhydrater	6	6
1418	Räksoppa tillagad pulver m. vatten mjölk	Salt	1	1
1419	Fiskbuljong pasta el. pulver storhushåll	Kolhydrater	18	18
1420	Fiskbuljong pasta el. pulver lågsalt storhushåll	Energi (kJ)	1116	1116
1420	Fiskbuljong pasta el. pulver lågsalt storhushåll	Energi (kcal)	267	267
1448	Gris hjärta rå	Salt	0	0
1449	Gris lever rå	Salt	0	0
1451	Gris tunga rå	Salt	0	0
1452	Kyckling hjärta rå	Salt	0	0
1453	Kyckling lever rå	Salt	0	0
1454	Kyckling mage rå	Salt	0	0
1455	Ren lever rå	Salt	0	0
1456	Nöt oxtunga rimmad rå	Energi (kcal)	220	220
1456	Nöt oxtunga rimmad rå	Energi (kJ)	921	921
1456	Nöt oxtunga rimmad rå	Summa mättade fettsyror	8	8
1456	Nöt oxtunga rimmad rå	Summa enkelomättade fettsyror	7	7
1456	Nöt oxtunga rimmad rå	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1456	Nöt oxtunga rimmad rå	Jod		35,8

1456	Nöt oxtunga rimmad rå	Salt	3	3
1457	Kyckling lever stekt (beräknat)	Salt	1	1
1458	Nöt lever panerad stekt (beräknat)	Energi (kcal)	211	212
1458	Nöt lever panerad stekt (beräknat)	Monosackarider	0	0
1458	Nöt lever panerad stekt (beräknat)	Disackarider	0	0
1458	Nöt lever panerad stekt (beräknat)	Energi (kJ)	881	885
1458	Nöt lever panerad stekt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
1458	Nöt lever panerad stekt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
1458	Nöt lever panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
1458	Nöt lever panerad stekt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
1458	Nöt lever panerad stekt (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,0	0,0
1458	Nöt lever panerad stekt (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
1458	Nöt lever panerad stekt (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,6	0,6
1458	Nöt lever panerad stekt (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,8	0,8
1488	Korv falukorv kött 58%	Kolesterol	65	48
1488	Korv falukorv kött 58%	Monosackarider	0	1
1488	Korv falukorv kött 58%	Disackarider	0	0
1488	Korv falukorv kött 58%	Energi (kJ)	1082	1003
1488	Korv falukorv kött 58%	Summa mättade fettsyror	9	8
1488	Korv falukorv kött 58%	Summa enkelomättade fettsyror	11	10
1488	Korv falukorv kött 58%	Summa fleromättade fettsyror	2	2
1488	Korv falukorv kött 58%	Myristinsyra C14:0	0,4	0,3
1488	Korv falukorv kött 58%	Stearinsyra C18:0	2,8	2,6
1488	Korv falukorv kött 58%	Palmitinsyra C16:0	5,2	4,8
1488	Korv falukorv kött 58%	DHA (C22:6)	0,0	0,0
1488	Korv falukorv kött 58%	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
1488	Korv falukorv kött 58%	Arakidonsyra C20:4	0,1	0,0
1488	Korv falukorv kött 58%	DPA (C22:5)	0,0	0,0
1488	Korv falukorv kött 58%	Vitamin B6	0,2	0,1
1488	Korv falukorv kött 58%	Vitamin B12	1,1	0,4
1488	Korv falukorv kött 58%	Socker totalt	0	1
1488	Korv falukorv kött 58%	Folat	4	0
1488	Korv falukorv kött 58%	Jod	2,0	0,0
1488	Korv falukorv kött 58%	Järn	1,2	0,5
1488	Korv falukorv kött 58%	Kalcium	10,0	7,1
1488	Korv falukorv kött 58%	Kalium	116	140
1488	Korv falukorv kött 58%	Magnesium	12,0	8,9
1488	Korv falukorv kött 58%	Arakidinsyra C20:0	0,1	0,0
1488	Korv falukorv kött 58%	Palmitoljesyra C16:1	0,9	0,6
1488	Korv falukorv kött 58%	Oljesyra C18:1	9,6	9,2
1488	Korv falukorv kött 58%	Linolsyra C18:2	1,9	1,5
1488	Korv falukorv kött 58%	Protein	10	9
1488	Korv falukorv kött 58%	Fett	23,0	20,6
1488	Korv falukorv kött 58%	Fosfor	84	100
1488	Korv falukorv kött 58%	Tiamin	0,1	0,3
1488	Korv falukorv kött 58%	Vitamin E	0,3	1,2
1488	Korv falukorv kött 58%	Vitamin D	0,2	0,0
1488	Korv falukorv kött 58%	Vitamin K		0,0
1488	Korv falukorv kött 58%	β-Karoten	8	0
1488	Korv falukorv kött 58%	Kolhydrater	4	5

1488	Korv falukorv kött 58%	Energi (kcal)	259	240
1488	Korv falukorv kött 58%	Aska	2	2
1488	Korv falukorv kött 58%	Vatten	61	63
1488	Korv falukorv kött 58%	Natrium	800	630
1488	Korv falukorv kött 58%	Selen	2,0	8,0
1488	Korv falukorv kött 58%	Zink	1,90	1,13
1488	Korv falukorv kött 58%	Vitamin A	11	0
1488	Korv falukorv kött 58%	Retinol	10	0
1488	Korv falukorv kött 58%	Tillsatt socker	0	1
1488	Korv falukorv kött 58%	Salt	2	2
1488	Korv falukorv kött 58%	Fritt socker	0	1
1488	Korv falukorv kött 58%	Vitamin C	0	30
1488	Korv falukorv kött 58%	Riboflavin	0,1	1,3
1488	Korv falukorv kött 58%	Niacinekvivalenter	3,8	3,9
1488	Korv falukorv kött 58%	Niacin	2,0	2,2
1491	Korv fläskkorv kokt kött 48%	Salt	2	2
1492	Korv frukostkorv fett 23% kött 52%	Salt	2	2
1496	Påläggskorv medvurst fett 23%	Energi (kJ)	1071	1070
1496	Påläggskorv medvurst fett 23%	Jod		4,5
1496	Påläggskorv medvurst fett 23%	Energi (kcal)	256	256
1496	Påläggskorv medvurst fett 23%	Salt	2	2
1497	Påläggskorv medvurst rökt fett 35%	Monosackarider	1	1
1497	Påläggskorv medvurst rökt fett 35%	Summa mättade fettsyror	13	13
1497	Påläggskorv medvurst rökt fett 35%	Summa enkelomättade fettsyror	16	16
1497	Påläggskorv medvurst rökt fett 35%	Summa fleromättade fettsyror	3	3
1497	Påläggskorv medvurst rökt fett 35%	Protein	14	14
1497	Påläggskorv medvurst rökt fett 35%	Vitamin K	13,1	13,1
1498	Påläggskorv salami rökt	Disackarider	1	1
1498	Påläggskorv salami rökt	Monosackarider	1	1
1498	Påläggskorv salami rökt	Summa enkelomättade fettsyror	19	19
1498	Påläggskorv salami rökt	Summa mättade fettsyror	16	16
1498	Påläggskorv salami rökt	Protein	16	16
1498	Påläggskorv salami rökt	Salt	3	3
1500	Korv varmkorv kött 51-54%	Energi (kJ)	1146	1146
1500	Korv varmkorv kött 51-54%	Energi (kcal)	274	274
1500	Korv varmkorv kött 51-54%	Salt	2	2
1501	Korv varmkorv kokt kött ca 53%	Summa fleromättade fettsyror	2	2
1501	Korv varmkorv kokt kött ca 53%	Summa enkelomättade fettsyror	11	11
1501	Korv varmkorv kokt kött ca 53%	Summa mättade fettsyror	8	8
1537	Korv falukorv ugnsstekt (beräknat)	Oljesyra C18:1	5,1	4,9
1537	Korv falukorv ugnsstekt (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,0	0,8
1537	Korv falukorv ugnsstekt (beräknat)	Protein	8	8
1537	Korv falukorv ugnsstekt (beräknat)	Fett	14,1	13,1
1537	Korv falukorv ugnsstekt (beräknat)	Fibrer	1	1
1537	Korv falukorv ugnsstekt (beräknat)	Fosfor	112	119
1537	Korv falukorv ugnsstekt (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
1537	Korv falukorv ugnsstekt (beräknat)	Vitamin E	0,6	0,9
1537	Korv falukorv ugnsstekt (beräknat)	Vitamin D	0,1	0,0
1537	Korv falukorv ugnsstekt (beräknat)	Vitamin K		4,9
1537	Korv falukorv ugnsstekt (beräknat)	β-Karoten	167	163

1537	Korv falukorv ugnsstekt (beräknat)	Kolhydrater	6	7
1537	Korv falukorv ugnsstekt (beräknat)	Energi (kcal)	188	179
1537	Korv falukorv ugnsstekt (beräknat)	Aska	2	2
1537	Korv falukorv ugnsstekt (beräknat)	Vatten	68	69
1537	Korv falukorv ugnsstekt (beräknat)	Natrium	487	410
1537	Korv falukorv ugnsstekt (beräknat)	Selen	2,5	5,3
1537	Korv falukorv ugnsstekt (beräknat)	Zink	1,38	1,04
1537	Korv falukorv ugnsstekt (beräknat)	Vitamin A	51	46
1537	Korv falukorv ugnsstekt (beräknat)	Retinol	37	32
1537	Korv falukorv ugnsstekt (beräknat)	Tillsatt socker	2	2
1537	Korv falukorv ugnsstekt (beräknat)	Salt	1	1
1537	Korv falukorv ugnsstekt (beräknat)	Fritt socker	2	2
1537	Korv falukorv ugnsstekt (beräknat)	Vitamin C	3	17
1537	Korv falukorv ugnsstekt (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,6
1537	Korv falukorv ugnsstekt (beräknat)	Niacinekvivalenter	2,9	2,9
1537	Korv falukorv ugnsstekt (beräknat)	Niacin	1,2	1,3
1540	Korv wienerkorv kokt (beräknat)	Energi (kJ)	1147	1147
1540	Korv wienerkorv kokt (beräknat)	Jod		0,0
1540	Korv wienerkorv kokt (beräknat)	Energi (kcal)	274	274
1540	Korv wienerkorv kokt (beräknat)	Salt	2	2
1544	Korv stroganoff hemlagad i gjutjärnsstekpanna	Jod		35,2
1544	Korv stroganoff hemlagad i gjutjärnsstekpanna	Salt	1	1
1548	Gryta korvgryta m. chorizo rotfrukter (beräknat)	Energi (kJ)	507	508
1548	Gryta korvgryta m. chorizo rotfrukter (beräknat)	Disackarider	2	2
1548	Gryta korvgryta m. chorizo rotfrukter (beräknat)	Monosackarider	1	1
1548	Gryta korvgryta m. chorizo rotfrukter (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1548	Gryta korvgryta m. chorizo rotfrukter (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
1548	Gryta korvgryta m. chorizo rotfrukter (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
1548	Gryta korvgryta m. chorizo rotfrukter (beräknat)	Summa mättade fettsyror	3	3
1548	Gryta korvgryta m. chorizo rotfrukter (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,8	1,8
1548	Gryta korvgryta m. chorizo rotfrukter (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,9	0,9
1548	Gryta korvgryta m. chorizo rotfrukter (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
1548	Gryta korvgryta m. chorizo rotfrukter (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,1	0,1
1548	Gryta korvgryta m. chorizo rotfrukter (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
1548	Gryta korvgryta m. chorizo rotfrukter (beräknat)	Socker totalt	3	3
1548	Gryta korvgryta m. chorizo rotfrukter (beräknat)	Jod	3,3	3,3
1548	Gryta korvgryta m. chorizo rotfrukter (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,8	0,8
1548	Gryta korvgryta m. chorizo rotfrukter (beräknat)	Oljesyra C18:1	3,8	3,8
1548	Gryta korvgryta m. chorizo rotfrukter (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,2	0,2
1548	Gryta korvgryta m. chorizo rotfrukter (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1548	Gryta korvgryta m. chorizo rotfrukter (beräknat)	Fosfor	102	102
1548	Gryta korvgryta m. chorizo rotfrukter (beräknat)	Fett	8,7	8,7
1548	Gryta korvgryta m. chorizo rotfrukter (beräknat)	Protein	5	5
1548	Gryta korvgryta m. chorizo rotfrukter (beräknat)	β-Karoten	1053	1052
1548	Gryta korvgryta m. chorizo rotfrukter (beräknat)	Vitamin D	0,2	0,2
1548	Gryta korvgryta m. chorizo rotfrukter (beräknat)	Vitamin E	0,5	0,5
1548	Gryta korvgryta m. chorizo rotfrukter (beräknat)	Vatten	78	78
1548	Gryta korvgryta m. chorizo rotfrukter (beräknat)	Aska	2	2
1548	Gryta korvgryta m. chorizo rotfrukter (beräknat)	Energi (kcal)	121	121
1548	Gryta korvgryta m. chorizo rotfrukter (beräknat)	Kolhydrater	5	5

1548	Gryta korvgryta m. chorizo rotfrukter (beräknat)	Retinol	5	4
1548	Gryta korvgryta m. chorizo rotfrukter (beräknat)	Vitamin A	105	106
1548	Gryta korvgryta m. chorizo rotfrukter (beräknat)	Natrium	514	513
1548	Gryta korvgryta m. chorizo rotfrukter (beräknat)	Salt	1	1
1548	Gryta korvgryta m. chorizo rotfrukter (beräknat)	Niacinekvivalenter	2,4	2,4
1551	(beräknat)	Monosackarider	2	2
1551	(beräknat)	Disackarider	2	2
1551	(beräknat)	Summa mättade fettsyror	3	3
1551	(beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
1551	(beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	3	3
1551	(beräknat)	Protein	4	4
1551	(beräknat)	Kolhydrater	16	16
1551	(beräknat)	Salt	1	1
1553	Kalvsylta	Salt	1	2
1585	Salta pinnar	Riboflavin	0,0	0,1
1586	Popcorn mikropopcorn poppade fett ca 22%	Kolesterol	2	0
1586	Popcorn mikropopcorn poppade fett ca 22%	Disackarider	0	1
1586	Popcorn mikropopcorn poppade fett ca 22%	Energi (kJ)	1882	1839
1586	Popcorn mikropopcorn poppade fett ca 22%	Summa mättade fettsyror	10	6
1586	Popcorn mikropopcorn poppade fett ca 22%	Summa enkelomättade fettsyror	8	8
1586	Popcorn mikropopcorn poppade fett ca 22%	Summa fleromättade fettsyror	3	3
1586	Popcorn mikropopcorn poppade fett ca 22%	Myristinsyra C14:0	0,2	0,1
1586	Popcorn mikropopcorn poppade fett ca 22%	Laurinsyra C12:0	0,1	0,0
1586	Popcorn mikropopcorn poppade fett ca 22%	Stearinsyra C18:0	1,1	2,7
1586	Popcorn mikropopcorn poppade fett ca 22%	Palmitinsyra C16:0	8,5	3,0
1586	Popcorn mikropopcorn poppade fett ca 22%	Fullkorn totalt	75	83
1586	Popcorn mikropopcorn poppade fett ca 22%	Vitamin B6	0,1	0,2
1586	Popcorn mikropopcorn poppade fett ca 22%	Socker totalt	0	1
1586	Popcorn mikropopcorn poppade fett ca 22%	Folat	21	12
1586	Popcorn mikropopcorn poppade fett ca 22%	Jod	2,0	0,0
1586	Popcorn mikropopcorn poppade fett ca 22%	Järn	1,2	2,3
1586	Popcorn mikropopcorn poppade fett ca 22%	Kalcium	7,0	3,0
1586	Popcorn mikropopcorn poppade fett ca 22%	Kalium	109	170
1586	Popcorn mikropopcorn poppade fett ca 22%	Magnesium	36,4	72,0
1586	Popcorn mikropopcorn poppade fett ca 22%	Arakidinsyra C20:0	0,1	0,3
1586	Popcorn mikropopcorn poppade fett ca 22%	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
1586	Popcorn mikropopcorn poppade fett ca 22%	Oljesyra C18:1	8,3	7,5
1586	Popcorn mikropopcorn poppade fett ca 22%	Linolsyra C18:2	2,4	2,5
1586	Popcorn mikropopcorn poppade fett ca 22%	Protein	9	10
1586	Popcorn mikropopcorn poppade fett ca 22%	Fett	22,1	16,9
1586	Popcorn mikropopcorn poppade fett ca 22%	Fibrer	22	13
1586	Popcorn mikropopcorn poppade fett ca 22%	Fosfor	108	200
1586	Popcorn mikropopcorn poppade fett ca 22%	Tiamin	0,0	0,1
1586	Popcorn mikropopcorn poppade fett ca 22%	Vitamin E	2,5	2,5
1586	Popcorn mikropopcorn poppade fett ca 22%	Vitamin D	0,2	0,0
1586	Popcorn mikropopcorn poppade fett ca 22%	Vitamin K	5,1	1,5
1586	Popcorn mikropopcorn poppade fett ca 22%	β-Karoten	11	26
1586	Popcorn mikropopcorn poppade fett ca 22%	Kolhydrater	43	56
1586	Popcorn mikropopcorn poppade fett ca 22%	Energi (kcal)	450	440
1586	Popcorn mikropopcorn poppade fett ca 22%	Aska	2	3

1586	Popcorn mikropopcorn poppade fett ca 22%	Vatten	2	2
1586	Popcorn mikropopcorn poppade fett ca 22%	Natrium	541	760
1586	Popcorn mikropopcorn poppade fett ca 22%	Selen	10,8	0,0
1586	Popcorn mikropopcorn poppade fett ca 22%	Zink	0,73	2,89
1586	Popcorn mikropopcorn poppade fett ca 22%	Vitamin A	1	5
1586	Popcorn mikropopcorn poppade fett ca 22%	Salt	1	2
1586	Popcorn mikropopcorn poppade fett ca 22%	Riboflavin	0,1	0,1
1586	Popcorn mikropopcorn poppade fett ca 22%	Niacin	1,4	1,6
1586	Popcorn mikropopcorn poppade fett ca 22%	Niacinekvivalenter	2,3	2,5
1587	Chips potatis smaksatta fett ca 33%	Energi (kJ)	2202	2203
1587	Chips potatis smaksatta fett ca 33%	Disackarider	2	3
1587	Chips potatis smaksatta fett ca 33%	Monosackarider	0	0
1587	Chips potatis smaksatta fett ca 33%	Kolesterol	2	2
1587	Chips potatis smaksatta fett ca 33%	Summa fleromättade fettsyror	3	5
1587	Chips potatis smaksatta fett ca 33%	Summa enkelomättade fettsyror	13	23
1587	Chips potatis smaksatta fett ca 33%	Summa mättade fettsyror	14	3
1587	Chips potatis smaksatta fett ca 33%	Palmitinsyra C16:0	12,0	1,4
1587	Chips potatis smaksatta fett ca 33%	Stearinsyra C18:0	1,3	0,9
1587	Chips potatis smaksatta fett ca 33%	Laurinsyra C12:0	0,1	0,0
1587	Chips potatis smaksatta fett ca 33%	Myristinsyra C14:0	0,3	0,0
1587	Chips potatis smaksatta fett ca 33%	Linolensyra C18:3	0,1	0,2
1587	Chips potatis smaksatta fett ca 33%	Folat	34	20
1587	Chips potatis smaksatta fett ca 33%	Socker totalt	2	3
1587	Chips potatis smaksatta fett ca 33%	Vitamin B6	0,5	0,5
1587	Chips potatis smaksatta fett ca 33%	Magnesium	50,3	55,0
1587	Chips potatis smaksatta fett ca 33%	Kalium	867	970
1587	Chips potatis smaksatta fett ca 33%	Kalcium	26,3	45,0
1587	Chips potatis smaksatta fett ca 33%	Järn	1,2	1,1
1587	Chips potatis smaksatta fett ca 33%	Jod	4,0	0,0
1587	Chips potatis smaksatta fett ca 33%	Linolsyra C18:2	3,3	5,1
1587	Chips potatis smaksatta fett ca 33%	Oljesyra C18:1	13,1	23,0
1587	Chips potatis smaksatta fett ca 33%	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,0
1587	Chips potatis smaksatta fett ca 33%	Arakidinsyra C20:0	0,1	0,1
1587	Chips potatis smaksatta fett ca 33%	Fosfor	123	150
1587	Chips potatis smaksatta fett ca 33%	Fibrer	6	6
1587	Chips potatis smaksatta fett ca 33%	Fett	32,2	32,6
1587	Chips potatis smaksatta fett ca 33%	Protein	5	6
1587	Chips potatis smaksatta fett ca 33%	β-Karoten	17	14
1587	Chips potatis smaksatta fett ca 33%	Vitamin K	35,8	12,4
1587	Chips potatis smaksatta fett ca 33%	Vitamin E	5,8	15,2
1587	Chips potatis smaksatta fett ca 33%	Tiamin	0,1	0,1
1587	Chips potatis smaksatta fett ca 33%	Vatten	2	2
1587	Chips potatis smaksatta fett ca 33%	Aska	4	3
1587	Chips potatis smaksatta fett ca 33%	Kolhydrater	51	50
1587	Chips potatis smaksatta fett ca 33%	Zink	0,73	0,79
1587	Chips potatis smaksatta fett ca 33%	Selen	1,9	0,0
1587	Chips potatis smaksatta fett ca 33%	Natrium	542	730
1587	Chips potatis smaksatta fett ca 33%	Fritt socker	1	2
1587	Chips potatis smaksatta fett ca 33%	Salt	1	2
1587	Chips potatis smaksatta fett ca 33%	Tillsatt socker	1	2

1587	Chips potatis smaksatta fett ca 33%	Niacinekvivalenter	6,2	5,1
1587	Chips potatis smaksatta fett ca 33%	Niacin	5,3	4,1
1587	Chips potatis smaksatta fett ca 33%	Riboflavin	0,1	0,2
1587	Chips potatis smaksatta fett ca 33%	Vitamin C	12	13
1588	Chips potatis light fett 25%	Monosackarider	0	0
1588	Chips potatis light fett 25%	Disackarider	0	1
1588	Chips potatis light fett 25%	Summa mättade fettsyror	9	9
1588	Chips potatis light fett 25%	Summa enkelomättade fettsyror	9	9
1588	Chips potatis light fett 25%	Summa fleromättade fettsyror	6	6
1588	Chips potatis light fett 25%	Socker totalt	1	1
1588	Chips potatis light fett 25%	Protein	4	4
1588	Chips potatis light fett 25%	Vitamin A	0	0
1588	Chips potatis light fett 25%	Salt	1	1
1589	riscracker	Disackarider	7	7
1589	riscracker	Monosackarider	0	0
1589	riscracker	Socker totalt	7	7
1589	riscracker	Vitamin A	5	5
1590	Kokosmjölk fett ca 24%	Salt	0	0
1591	Vatten kokosvatten	Monosackarider	2	2
1591	Vatten kokosvatten	Salt	0	0
1592	Sesamdryck vattenextrakt av frön m. skal	Jod		1,0
1592	Sesamdryck vattenextrakt av frön m. skal	Salt	0	0
1621	Cookie amerikansk m. choklad	Vitamin A	43	43
1621	Cookie amerikansk m. choklad	Salt	1	1
1623	Kex smörgåskex	Salt	1	1
1624	Pepparkaka	Summa enkelomättade fettsyror	7	7
1624	Pepparkaka	Summa mättade fettsyror	6	6
1624	Pepparkaka	Vitamin K	4,6	4,7
1625	Spettekaka	Jod		9,2
1626	Maräng	Salt	0	0
1627	Kex m. fyllning	Jod		3,0
1627	Kex m. fyllning	Salt	1	1
1628	Kex ostkex	Jod		2,3
1628	Kex ostkex	Salt	2	3
1629	Kex salta	Monosackarider	0	0
1629	Kex salta	Socker totalt	5	5
1629	Kex salta	Vitamin A	0	5
1630	Kex salta m. mjölk	Vitamin A	4	4
1631	Kex u. socker	Jod		2,0
1631	Kex u. socker	Salt	1	1
1632	Pepparkaka u. socker	Jod		1,6
1632	Pepparkaka u. socker	Salt	2	2
1660	Äppelkaka m. ströbröd (beräknat)	Jod	0,4	0,3
1660	Äppelkaka m. ströbröd (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,1	1,3
1660	Äppelkaka m. ströbröd (beräknat)	Oljesyra C18:1	3,8	4,2
1660	Äppelkaka m. ströbröd (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,0
1660	Äppelkaka m. ströbröd (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1660	Äppelkaka m. ströbröd (beräknat)	Fett	10,9	10,8
1660	Äppelkaka m. ströbröd (beräknat)	Protein	1	1
1660	Äppelkaka m. ströbröd (beräknat)	β-Karoten	71	73

1660	Äppelkaka m. ströbröd (beräknat)	Vitamin D	0,6	0,8
1660	Äppelkaka m. ströbröd (beräknat)	Vitamin E	1,3	1,6
1660	Äppelkaka m. ströbröd (beräknat)	Vatten	57	57
1660	Äppelkaka m. ströbröd (beräknat)	Aska	1	1
1660	Äppelkaka m. ströbröd (beräknat)	Energi (kcal)	219	219
1660	Äppelkaka m. ströbröd (beräknat)	Kolhydrater	28	28
1660	Äppelkaka m. ströbröd (beräknat)	Retinol	83	86
1660	Äppelkaka m. ströbröd (beräknat)	Vitamin A	89	92
1660	Äppelkaka m. ströbröd (beräknat)	Natrium	118	122
1660	Äppelkaka m. ströbröd (beräknat)	Salt	0	0
1660	Äppelkaka m. ströbröd (beräknat)	Niacinekvalenter	0,5	0,5
1661	(beräknat)	Monosackarider	0	0
1661	(beräknat)	Disackarider	33	33
1661	(beräknat)	Energi (kJ)	1486	1486
1661	(beräknat)	Summa mättade fettsyror	8	8
1661	(beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	7	7
1661	(beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1661	(beräknat)	Socker totalt	33	33
1661	(beräknat)	Protein	5	5
1661	(beräknat)	Kolhydrater	43	43
1661	(beräknat)	Energi (kcal)	355	355
1661	(beräknat)	Salt	0	0
1662	grädde	Disackarider	15	15
1662	grädde	Monosackarider	4	4
1662	grädde	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1662	grädde	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
1662	grädde	Summa mättade fettsyror	9	9
1662	grädde	Protein	5	5
1662	grädde	Vitamin A	150	150
1662	grädde	Salt	0	0
1663	kokos (beräknat)	Kolesterol	59	49
1663	kokos (beräknat)	Monosackarider	0	0
1663	kokos (beräknat)	Disackarider	37	37
1663	kokos (beräknat)	Energi (kJ)	1759	1758
1663	kokos (beräknat)	Summa mättade fettsyror	12	11
1663	kokos (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	6	7
1663	kokos (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	1,1	0,8
1663	kokos (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	4	5
1663	kokos (beräknat)	Myristinsyra C14:0	1,4	1,1
1663	kokos (beräknat)	Laurinsyra C12:0	2,1	2,1
1663	kokos (beräknat)	Stearinsyra C18:0	1,5	1,3
1663	kokos (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	5,0	5,0
1663	kokos (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
1663	kokos (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,4	0,5
1663	kokos (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
1663	kokos (beräknat)	Vitamin B6	0,0	0,0
1663	kokos (beräknat)	Vitamin B12	0,2	0,2
1663	kokos (beräknat)	Socker totalt	37	37
1663	kokos (beräknat)	Folat	10	10
1663	kokos (beräknat)	Jod	6,1	5,9

1663	kokos (beräknat)	Järn	0,9	0,9
1663	kokos (beräknat)	Kalcium	75,6	75,6
1663	kokos (beräknat)	Kalium	252	252
1663	kokos (beräknat)	Magnesium	34,7	34,7
1663	kokos (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1663	kokos (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
1663	kokos (beräknat)	Oljesyra C18:1	6,4	7,1
1663	kokos (beräknat)	Linolsyra C18:2	3,3	3,6
1663	kokos (beräknat)	Protein	4	4
1663	kokos (beräknat)	Fett	23,2	23,2
1663	kokos (beräknat)	Fibrer	3	3
1663	kokos (beräknat)	Fosfor	156	156
1663	kokos (beräknat)	Vitamin E	4,0	4,4
1663	kokos (beräknat)	Vitamin D	1,0	1,4
1663	kokos (beräknat)	β-Karoten	78	81
1663	kokos (beräknat)	Kolhydrater	48	48
1663	kokos (beräknat)	Energi (kcal)	421	420
1663	kokos (beräknat)	Aska	1	1
1663	kokos (beräknat)	Vatten	21	21
1663	kokos (beräknat)	Natrium	174	179
1663	kokos (beräknat)	Selen	4,1	4,1
1663	kokos (beräknat)	Zink	0,64	0,64
1663	kokos (beräknat)	Vitamin A	151	156
1663	kokos (beräknat)	Retinol	145	149
1663	kokos (beräknat)	Tillsatt socker	36	36
1663	kokos (beräknat)	Salt	0	0
1663	kokos (beräknat)	Fritt socker	36	36
1663	kokos (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
1663	kokos (beräknat)	Tiamin	0,0	0,0
1663	kokos (beräknat)	Niacin	0,3	0,3
1663	kokos (beräknat)	Vitamin C	0	0
1663	kokos (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,2	1,2
1664	(beräknat)	Energi (kJ)	1580	1578
1664	(beräknat)	Disackarider	35	35
1664	(beräknat)	Monosackarider	3	3
1664	(beräknat)	Kolesterol	62	52
1664	(beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	3
1664	(beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,7	0,4
1664	(beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	5	6
1664	(beräknat)	Summa mättade fettsyror	8	7
1664	(beräknat)	Palmitinsyra C16:0	4,6	4,5
1664	(beräknat)	Stearinsyra C18:0	1,0	0,8
1664	(beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,4	0,4
1664	(beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,8	0,5
1664	(beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
1664	(beräknat)	Linolensyra C18:3	0,4	0,6
1664	(beräknat)	Socker totalt	38	38
1664	(beräknat)	Jod	5,9	5,8
1664	(beräknat)	Linolsyra C18:2	1,5	1,8
1664	(beräknat)	Oljesyra C18:1	5,2	5,9

1664	(beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
1664	(beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1664	(beräknat)	Fett	16,2	16,2
1664	(beräknat)	Protein	3	3
1664	(beräknat)	β-Karoten	84	86
1664	(beräknat)	Vitamin D	2,4	3,2
1664	(beräknat)	Vitamin E	2,1	2,5
1664	(beräknat)	Vatten	25	25
1664	(beräknat)	Aska	1	1
1664	(beräknat)	Energi (kcal)	378	377
1664	(beräknat)	Kolhydrater	54	54
1664	(beräknat)	Retinol	152	157
1664	(beräknat)	Vitamin A	159	164
1664	(beräknat)	Natrium	164	169
1664	(beräknat)	Salt	0	0
1664	(beräknat)	Niacinekvivalenter	0,9	0,9
1666	Arraksboll (beräknat)	Kolesterol	39	29
1666	Arraksboll (beräknat)	Monosackarider	0	0
1666	Arraksboll (beräknat)	Disackarider	40	40
1666	Arraksboll (beräknat)	Energi (kJ)	1860	1859
1666	Arraksboll (beräknat)	Summa mättade fettsyror	10	10
1666	Arraksboll (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	8	8
1666	Arraksboll (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,8	0,5
1666	Arraksboll (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	3	3
1666	Arraksboll (beräknat)	Myristinsyra C14:0	1,0	0,7
1666	Arraksboll (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,7	0,7
1666	Arraksboll (beräknat)	Stearinsyra C18:0	1,4	1,2
1666	Arraksboll (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	6,2	6,1
1666	Arraksboll (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,5	0,6
1666	Arraksboll (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
1666	Arraksboll (beräknat)	Socker totalt	40	40
1666	Arraksboll (beräknat)	Jod	3,2	3,1
1666	Arraksboll (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,1	0,1
1666	Arraksboll (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
1666	Arraksboll (beräknat)	Oljesyra C18:1	7,6	8,3
1666	Arraksboll (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,9	2,2
1666	Arraksboll (beräknat)	Protein	3	3
1666	Arraksboll (beräknat)	Fett	21,8	21,8
1666	Arraksboll (beräknat)	Vitamin E	2,9	3,2
1666	Arraksboll (beräknat)	Vitamin D	2,0	2,7
1666	Arraksboll (beräknat)	β-Karoten	99	102
1666	Arraksboll (beräknat)	Kolhydrater	58	58
1666	Arraksboll (beräknat)	Energi (kcal)	445	445
1666	Arraksboll (beräknat)	Aska	1	1
1666	Arraksboll (beräknat)	Vatten	15	15
1666	Arraksboll (beräknat)	Natrium	197	202
1666	Arraksboll (beräknat)	Vitamin A	212	217
1666	Arraksboll (beräknat)	Retinol	204	208
1666	Arraksboll (beräknat)	Salt	0	1
1666	Arraksboll (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,0	1,0

1667	Petit-choux u. fyllning (beräknat)	Energi (kJ)	843	842
1667	Petit-choux u. fyllning (beräknat)	Disackarider	0	0
1667	Petit-choux u. fyllning (beräknat)	Monosackarider	0	0
1667	Petit-choux u. fyllning (beräknat)	Kolesterol	116	110
1667	Petit-choux u. fyllning (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
1667	Petit-choux u. fyllning (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,4	0,2
1667	Petit-choux u. fyllning (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
1667	Petit-choux u. fyllning (beräknat)	Summa mättade fettsyror	5	5
1667	Petit-choux u. fyllning (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	3,1	3,0
1667	Petit-choux u. fyllning (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,7	0,6
1667	Petit-choux u. fyllning (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,2	0,2
1667	Petit-choux u. fyllning (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,5	0,3
1667	Petit-choux u. fyllning (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
1667	Petit-choux u. fyllning (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,3	0,3
1667	Petit-choux u. fyllning (beräknat)	Socker totalt	1	1
1667	Petit-choux u. fyllning (beräknat)	Jod	14,0	14,0
1667	Petit-choux u. fyllning (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,2	1,4
1667	Petit-choux u. fyllning (beräknat)	Oljesyra C18:1	3,8	4,2
1667	Petit-choux u. fyllning (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
1667	Petit-choux u. fyllning (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1667	Petit-choux u. fyllning (beräknat)	Fett	11,7	11,7
1667	Petit-choux u. fyllning (beräknat)	Protein	6	6
1667	Petit-choux u. fyllning (beräknat)	β-Karoten	47	48
1667	Petit-choux u. fyllning (beräknat)	Vitamin D	0,9	1,2
1667	Petit-choux u. fyllning (beräknat)	Vitamin E	2,5	2,7
1667	Petit-choux u. fyllning (beräknat)	Vatten	63	63
1667	Petit-choux u. fyllning (beräknat)	Aska	0	1
1667	Petit-choux u. fyllning (beräknat)	Energi (kcal)	201	201
1667	Petit-choux u. fyllning (beräknat)	Kolhydrater	18	18
1667	Petit-choux u. fyllning (beräknat)	Retinol	141	144
1667	Petit-choux u. fyllning (beräknat)	Vitamin A	145	148
1667	Petit-choux u. fyllning (beräknat)	Natrium	99	102
1697	Glass fett 12%	Salt	0	0
1698	Glass lättglass fett ca 5%	Energi (kJ)	698	698
1698	Glass lättglass fett ca 5%	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1698	Glass lättglass fett ca 5%	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
1698	Glass lättglass fett ca 5%	Summa mättade fettsyror	2	2
1698	Glass lättglass fett ca 5%	Jod		9,0
1698	Glass lättglass fett ca 5%	Energi (kcal)	167	167
1698	Glass lättglass fett ca 5%	Kolhydrater	27	27
1698	Glass lättglass fett ca 5%	Salt	0	0
1699	Glass glasspinne fett ca 25%	Summa mättade fettsyror	12	12
1699	Glass glasspinne fett ca 25%	Summa fleromättade fettsyror	4	4
1699	Glass glasspinne fett ca 25%	Kolhydrater	26	26
1699	Glass glasspinne fett ca 25%	Salt	0	0
1700	Glass glasspinne m. kakaoöverdrag fett 20%	Summa fleromättade fettsyror	3	3
1700	Glass glasspinne m. kakaoöverdrag fett 20%	Summa enkelomättade fettsyror	6	6
1700	Glass glasspinne m. kakaoöverdrag fett 20%	Summa mättade fettsyror	10	10
1700	Glass glasspinne m. kakaoöverdrag fett 20%	Kolhydrater	28	28
1700	Glass glasspinne m. kakaoöverdrag fett 20%	Salt	0	0

1701	Glass glasspinne el. split m. isöverdrag fett ca 6%	Kolhydrater	22	22
1701	Glass glasspinne el. split m. isöverdrag fett ca 6%	Vitamin A	1	1
1701	Glass glasspinne el. split m. isöverdrag fett ca 6%	Salt	0	0
1702	Glass glasstrut fett ca 10%	Kolhydrater	34	34
1702	Glass glasstrut fett ca 10%	Salt	0	0
1703	Glass mjukglass bägare	Disackarider	17	17
1703	Glass mjukglass bägare	Summa mättade fettsyror	6	6
1703	Glass mjukglass bägare	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
1703	Glass mjukglass bägare	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1406	Räka friterad tillagad på restaurang	Salt	1	1
1407	Bläckfisk friterad	Jod		50,0
1407	Bläckfisk friterad	Salt	1	1
1408	Bläckfisk friterad tillagad på restaurang	Summa fleromättade fettsyror	8	8
1408	Bläckfisk friterad tillagad på restaurang	Summa enkelomättade fettsyror	6	6
1408	Bläckfisk friterad tillagad på restaurang	Summa mättade fettsyror	3	3
1408	Bläckfisk friterad tillagad på restaurang	Protein	11	11
1408	Bläckfisk friterad tillagad på restaurang	Vitamin A	7	7
1408	Bläckfisk friterad tillagad på restaurang	Salt	2	2
1410	(beräknat)	Energi (kcal)	71	70
1410	(beräknat)	Monosackarider	1	1
1410	(beräknat)	Energi (kJ)	295	295
1410	(beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
1410	(beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
1410	(beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1410	(beräknat)	Protein	6	6
1410	(beräknat)	Salt	1	1
1411	Räka stuvad (beräknat)	Energi (kJ)	563	541
1411	Räka stuvad (beräknat)	Disackarider	1	1
1411	Räka stuvad (beräknat)	Monosackarider	0	0
1411	Räka stuvad (beräknat)	Kolesterol	65	62
1411	Räka stuvad (beräknat)	Energi (kcal)	134	129
1411	Räka stuvad (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1411	Räka stuvad (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,4	0,3
1411	Räka stuvad (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
1411	Räka stuvad (beräknat)	Summa mättade fettsyror	4	4
1411	Räka stuvad (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	2,0	1,8
1411	Räka stuvad (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,7	0,6
1411	Räka stuvad (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,2	0,2
1411	Räka stuvad (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,6	0,5
1411	Räka stuvad (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
1411	Räka stuvad (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
1411	Räka stuvad (beräknat)	EPA (C20:5)	0,0	0,0
1411	Räka stuvad (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
1411	Räka stuvad (beräknat)	Socker totalt	1	1
1411	Räka stuvad (beräknat)	Folat	8	8
1411	Räka stuvad (beräknat)	Vitamin B6	0,0	0,0
1411	Räka stuvad (beräknat)	Vitamin B12	1,3	1,3
1411	Räka stuvad (beräknat)	Magnesium	16,6	16,7
1411	Räka stuvad (beräknat)	Kalium	65	66
1411	Räka stuvad (beräknat)	Kalcium	28,0	29,0

1411	Räka stuvad (beräknat)	Järn	0,2	0,2
1411	Räka stuvad (beräknat)	Jod	51,8	52,0
1411	Räka stuvad (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,4	0,3
1411	Räka stuvad (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,9	1,1
1411	Räka stuvad (beräknat)	Oljesyra C18:1	3,7	3,5
1411	Räka stuvad (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
1411	Räka stuvad (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1411	Räka stuvad (beräknat)	Fosfor	69	70
1411	Räka stuvad (beräknat)	Fibrer	0	0
1411	Räka stuvad (beräknat)	Fett	10,1	9,5
1411	Räka stuvad (beräknat)	Protein	7	7
1411	Räka stuvad (beräknat)	β-Karoten	87	76
1411	Räka stuvad (beräknat)	Vitamin D	0,3	0,2
1411	Räka stuvad (beräknat)	Vitamin E	2,5	2,6
1411	Räka stuvad (beräknat)	Tiamin	0,0	0,0
1411	Räka stuvad (beräknat)	Kolhydrater	4	4
1411	Räka stuvad (beräknat)	Aska	2	2
1411	Räka stuvad (beräknat)	Vatten	76	77
1411	Räka stuvad (beräknat)	Retinol	60	48
1411	Räka stuvad (beräknat)	Vitamin A	67	54
1411	Räka stuvad (beräknat)	Zink	0,47	0,47
1411	Räka stuvad (beräknat)	Selen	8,4	8,4
1411	Räka stuvad (beräknat)	Natrium	717	715
1411	Räka stuvad (beräknat)	Fritt socker	0	0
1411	Räka stuvad (beräknat)	Salt	2	2
1411	Räka stuvad (beräknat)	Niacin	0,5	0,5
1411	Räka stuvad (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,8	1,8
1411	Räka stuvad (beräknat)	Riboflavin	0,0	0,0
1411	Räka stuvad (beräknat)	Vitamin C	2	2
1412	Räksoppa ätf. (beräknat)	Energi (kcal)	89	82
1412	Räksoppa ätf. (beräknat)	Kolesterol	47	45
1412	Räksoppa ätf. (beräknat)	Monosackarider	1	1
1412	Räksoppa ätf. (beräknat)	Disackarider	1	1
1412	Räksoppa ätf. (beräknat)	Energi (kJ)	371	344
1412	Räksoppa ätf. (beräknat)	Summa mättade fettsyror	4	3
1412	Räksoppa ätf. (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
1412	Räksoppa ätf. (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,4	0,3
1412	Räksoppa ätf. (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1412	Räksoppa ätf. (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,6	0,5
1412	Räksoppa ätf. (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,2	0,1
1412	Räksoppa ätf. (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,6	0,5
1412	Räksoppa ätf. (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,8	1,5
1412	Räksoppa ätf. (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
1412	Räksoppa ätf. (beräknat)	EPA (C20:5)	0,0	0,0
1412	Räksoppa ätf. (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
1412	Räksoppa ätf. (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
1412	Räksoppa ätf. (beräknat)	Vitamin B12	0,6	0,6
1412	Räksoppa ätf. (beräknat)	Vitamin B6	0,0	0,0
1412	Räksoppa ätf. (beräknat)	Folat	7	7
1412	Räksoppa ätf. (beräknat)	Socker totalt	1	1

1412	Räksoppa ätf. (beräknat)	Jod	14,6	14,7
1412	Räksoppa ätf. (beräknat)	Järn	0,2	0,2
1412	Räksoppa ätf. (beräknat)	Kalcium	29,1	30,0
1412	Räksoppa ätf. (beräknat)	Kalium	84	85
1412	Räksoppa ätf. (beräknat)	Magnesium	14,5	14,6
1412	Räksoppa ätf. (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1412	Räksoppa ätf. (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
1412	Räksoppa ätf. (beräknat)	Oljesyra C18:1	1,6	1,4
1412	Räksoppa ätf. (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,2	0,2
1412	Räksoppa ätf. (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
1412	Räksoppa ätf. (beräknat)	Protein	5	5
1412	Räksoppa ätf. (beräknat)	Alkohol	0,2	0,2
1412	Räksoppa ätf. (beräknat)	Fett	6,3	5,6
1412	Räksoppa ätf. (beräknat)	Fibrer	0	0
1412	Räksoppa ätf. (beräknat)	Fosfor	54	55
1412	Räksoppa ätf. (beräknat)	Tiamin	0,0	0,0
1412	Räksoppa ätf. (beräknat)	Vitamin E	1,3	1,3
1412	Räksoppa ätf. (beräknat)	Vitamin D	0,1	0,0
1412	Räksoppa ätf. (beräknat)	β-Karoten	473	465
1412	Räksoppa ätf. (beräknat)	Vatten	84	84
1412	Räksoppa ätf. (beräknat)	Aska	1	1
1412	Räksoppa ätf. (beräknat)	Kolhydrater	3	3
1412	Räksoppa ätf. (beräknat)	Natrium	407	407
1412	Räksoppa ätf. (beräknat)	Selen	5,4	5,4
1412	Räksoppa ätf. (beräknat)	Zink	0,35	0,36
1412	Räksoppa ätf. (beräknat)	Vitamin A	94	86
1412	Räksoppa ätf. (beräknat)	Retinol	49	41
1412	Räksoppa ätf. (beräknat)	Tillsatt socker	0	0
1412	Räksoppa ätf. (beräknat)	Salt	1	1
1412	Räksoppa ätf. (beräknat)	Fritt socker	0	0
1412	Räksoppa ätf. (beräknat)	Vitamin C	2	2
1412	Räksoppa ätf. (beräknat)	Riboflavin	0,0	0,0
1412	Räksoppa ätf. (beräknat)	Niacinekvalenter	1,3	1,3
1412	Räksoppa ätf. (beräknat)	Niacin	0,4	0,4
1413	Västkustsallad m. musslor räkor champinjon dressing hemlagad (beräknat)	Energi (kJ)	428	428
1413	Västkustsallad m. musslor räkor champinjon dressing hemlagad (beräknat)	Disackarider	1	1
1413	Västkustsallad m. musslor räkor champinjon dressing hemlagad (beräknat)	Monosackarider	1	1
1413	Västkustsallad m. musslor räkor champinjon dressing hemlagad (beräknat)	Energi (kcal)	102	102
1413	Västkustsallad m. musslor räkor champinjon dressing hemlagad (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1413	Västkustsallad m. musslor räkor champinjon dressing hemlagad (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
1413	Västkustsallad m. musslor räkor champinjon dressing hemlagad (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
1437	Lamm njure rå	Jod		4,6
1437	Lamm njure rå	Salt	0	1
1438	Lamm tunga rå	Salt	0	0
1439	Kalv bräss rå	Salt	0	0

1441	Kalv lever rå	Salt	0	0
1442	Kalv njure rå	Salt	0	0
1443	Kalv tunga rå	Salt	0	0
1444	Nöt kalv hjärta	Summa mättade fettsyror	3	3
1444	Nöt kalv hjärta	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
1444	Nöt kalv hjärta	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1444	Nöt kalv hjärta	Salt	0	0
1445	Nöt lever rå	Salt	0	0
1446	Nöt njure rå	Salt	0	1
1447	Nöt oxtunga rå	Summa fleromättade fettsyror	0	1
1447	Nöt oxtunga rå	Summa mättade fettsyror	6	6
1447	Nöt oxtunga rå	Salt	0	0
1477	Leverpastej bredbar fett ca 10%	Jod		0,0
1478	Leverpastej bredbar fett 3-3,5%	Vitamin A	3770	3770
1479	Leverbiff mald lever stekt hemlagad	Salt	1	1
1480	Paté älgfärs kycklinglever (beräknat)	Monosackarider	0	0
1480	Paté älgfärs kycklinglever (beräknat)	Disackarider	1	1
1480	Paté älgfärs kycklinglever (beräknat)	Summa mättade fettsyror	7	6
1480	Paté älgfärs kycklinglever (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
1480	Paté älgfärs kycklinglever (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1480	Paté älgfärs kycklinglever (beräknat)	Socker totalt	1	1
1480	Paté älgfärs kycklinglever (beräknat)	Protein	14	14
1480	Paté älgfärs kycklinglever (beräknat)	Kolhydrater	4	4
1480	Paté älgfärs kycklinglever (beräknat)	Salt	2	2
1482	Lantpaté	Monosackarider	1	1
1482	Lantpaté	Summa enkelomättade fettsyror	13	13
1482	Lantpaté	Summa mättade fettsyror	10	10
1482	Lantpaté	Socker totalt	1	1
1482	Lantpaté	Protein	12	12
1482	Lantpaté	Vitamin E	0,0	0,1
1482	Lantpaté	Salt	2	2
1483	Grönpepparpaté	Monosackarider	1	1
1483	Grönpepparpaté	Summa mättade fettsyror	8	8
1483	Grönpepparpaté	Summa fleromättade fettsyror	3	3
1483	Grönpepparpaté	Protein	15	15
1483	Grönpepparpaté	Vitamin A	11170	11171
1483	Grönpepparpaté	Salt	2	2
1485	Korv kycklingkorv mager	Disackarider	0	0
1485	Korv kycklingkorv mager	Monosackarider	1	1
1485	Korv kycklingkorv mager	Socker totalt	1	1
1485	Korv kycklingkorv mager	Vitamin A	12	12
1486	Korv kycklingkorv halal	Monosackarider	0	0
1486	Korv kycklingkorv halal	Disackarider	0	0
1486	Korv kycklingkorv halal	Socker totalt	0	0
1486	Korv kycklingkorv halal	Vitamin A	20	21
1528	Korv falukorv skivad kokt (beräknat)	Kolesterol	69	50
1528	Korv falukorv skivad kokt (beräknat)	Monosackarider	0	1
1528	Korv falukorv skivad kokt (beräknat)	Disackarider	0	0
1528	Korv falukorv skivad kokt (beräknat)	Energi (kJ)	1145	1063
1528	Korv falukorv skivad kokt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	9	8

1528	Korv falukorv skivad kokt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	12	11
1528	Korv falukorv skivad kokt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	3	2
1528	Korv falukorv skivad kokt (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,4	0,3
1528	Korv falukorv skivad kokt (beräknat)	Stearinsyra C18:0	2,9	2,7
1528	Korv falukorv skivad kokt (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	5,5	5,1
1528	Korv falukorv skivad kokt (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
1528	Korv falukorv skivad kokt (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
1528	Korv falukorv skivad kokt (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,1	0,0
1528	Korv falukorv skivad kokt (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
1528	Korv falukorv skivad kokt (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
1528	Korv falukorv skivad kokt (beräknat)	Vitamin B12	0,6	0,2
1528	Korv falukorv skivad kokt (beräknat)	Socker totalt	0	1
1528	Korv falukorv skivad kokt (beräknat)	Folat	3	0
1528	Korv falukorv skivad kokt (beräknat)	Jod	2,1	0,0
1528	Korv falukorv skivad kokt (beräknat)	Järn	1,3	0,6
1528	Korv falukorv skivad kokt (beräknat)	Kalcium	10,6	7,5
1528	Korv falukorv skivad kokt (beräknat)	Kalium	74	89
1528	Korv falukorv skivad kokt (beräknat)	Magnesium	12,7	9,4
1528	Korv falukorv skivad kokt (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,1	0,0
1528	Korv falukorv skivad kokt (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,9	0,6
1528	Korv falukorv skivad kokt (beräknat)	Oljesyra C18:1	10,2	9,8
1528	Korv falukorv skivad kokt (beräknat)	Linolsyra C18:2	2,0	1,6
1528	Korv falukorv skivad kokt (beräknat)	Protein	10	10
1528	Korv falukorv skivad kokt (beräknat)	Fett	24,3	21,8
1528	Korv falukorv skivad kokt (beräknat)	Fosfor	89	106
1528	Korv falukorv skivad kokt (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
1528	Korv falukorv skivad kokt (beräknat)	Vitamin E	0,3	1,2
1528	Korv falukorv skivad kokt (beräknat)	Vitamin D	0,2	0,0
1528	Korv falukorv skivad kokt (beräknat)	Vitamin K		0,0
1528	Korv falukorv skivad kokt (beräknat)	β-Karoten	8	0
1528	Korv falukorv skivad kokt (beräknat)	Kolhydrater	4	5
1528	Korv falukorv skivad kokt (beräknat)	Energi (kcal)	274	254
1528	Korv falukorv skivad kokt (beräknat)	Aska	3	2
1528	Korv falukorv skivad kokt (beräknat)	Vatten	59	61
1528	Korv falukorv skivad kokt (beräknat)	Natrium	846	668
1528	Korv falukorv skivad kokt (beräknat)	Selen	2,1	8,5
1528	Korv falukorv skivad kokt (beräknat)	Zink	2,01	1,20
1528	Korv falukorv skivad kokt (beräknat)	Vitamin A	11	0
1528	Korv falukorv skivad kokt (beräknat)	Retinol	11	0
1528	Korv falukorv skivad kokt (beräknat)	Tillsatt socker	0	1
1528	Korv falukorv skivad kokt (beräknat)	Salt	2	2
1528	Korv falukorv skivad kokt (beräknat)	Fritt socker	0	1
1528	Korv falukorv skivad kokt (beräknat)	Vitamin C	0	32
1528	Korv falukorv skivad kokt (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,9
1528	Korv falukorv skivad kokt (beräknat)	Niacinekvivalenter	4,0	4,1
1528	Korv falukorv skivad kokt (beräknat)	Niacin	2,1	2,4
1530	Korv frukostkorv stekt (beräknat)	Salt	2	2
1531	(beräknat)	Summa mättade fettsyror	10	10
1531	(beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	12	12
1531	(beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2

1534	Korv varmkorv kokt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
1534	Korv varmkorv kokt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	11	11
1534	Korv varmkorv kokt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	8	8
1534	Korv varmkorv kokt (beräknat)	Protein	10	10
1534	Korv varmkorv kokt (beräknat)	Vitamin K	9,8	9,8
1534	Korv varmkorv kokt (beräknat)	Salt	2	2
1535	Korv varmkorv stekt (beräknat)	Energi (kJ)	1205	1206
1535	Korv varmkorv stekt (beräknat)	Energi (kcal)	288	288
1535	Korv varmkorv stekt (beräknat)	Salt	2	2
1536	Korv wienerkorv stekt (beräknat)	Energi (kJ)	1147	1147
1536	Korv wienerkorv stekt (beräknat)	Jod		0,0
1536	Korv wienerkorv stekt (beräknat)	Energi (kcal)	274	274
1536	Korv wienerkorv stekt (beräknat)	Salt	2	2
1537	Korv falukorv ugnsstekt (beräknat)	Kolesterol	38	30
1537	Korv falukorv ugnsstekt (beräknat)	Monosackarider	2	2
1537	Korv falukorv ugnsstekt (beräknat)	Disackarider	2	2
1537	Korv falukorv ugnsstekt (beräknat)	Energi (kJ)	784	749
1537	Korv falukorv ugnsstekt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	6	6
1537	Korv falukorv ugnsstekt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	6	5
1537	Korv falukorv ugnsstekt (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,3	0,3
1537	Korv falukorv ugnsstekt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1537	Korv falukorv ugnsstekt (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,5	0,5
1537	Korv falukorv ugnsstekt (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,1	0,1
1537	Korv falukorv ugnsstekt (beräknat)	Stearinsyra C18:0	1,6	1,5
1537	Korv falukorv ugnsstekt (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	3,4	3,2
1537	Korv falukorv ugnsstekt (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
1537	Korv falukorv ugnsstekt (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
1537	Korv falukorv ugnsstekt (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
1537	Korv falukorv ugnsstekt (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
1537	Korv falukorv ugnsstekt (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
1537	Korv falukorv ugnsstekt (beräknat)	Vitamin B12	0,6	0,3
1537	Korv falukorv ugnsstekt (beräknat)	Socker totalt	4	4
1537	Korv falukorv ugnsstekt (beräknat)	Folat	11	9
1537	Korv falukorv ugnsstekt (beräknat)	Jod	7,2	6,3
1537	Korv falukorv ugnsstekt (beräknat)	Järn	0,7	0,4
1537	Korv falukorv ugnsstekt (beräknat)	Kalcium	103,9	102,7
1537	Korv falukorv ugnsstekt (beräknat)	Kalium	171	179
1537	Korv falukorv ugnsstekt (beräknat)	Magnesium	16,6	15,3
1537	Korv falukorv ugnsstekt (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1537	Korv falukorv ugnsstekt (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,5	0,3
1576	Valnötter	Disackarider	2	2
1576	Valnötter	Summa fleromättade fettsyror	46	46
1576	Valnötter	Summa enkelomättade fettsyror	10	10
1576	Valnötter	Protein	14	14
1576	Valnötter	Vitamin K	3,2	3,2
1577	Kastanjer rostade	Jod		0,0
1577	Kastanjer rostade	Salt	0	0
1579	Kikärter snacks torkade m. salt	Disackarider	3	3
1579	Kikärter snacks torkade m. salt	Monosackarider	0	0
1579	Kikärter snacks torkade m. salt	Socker totalt	3	3

1579	Kikärter snacks torkade m. salt	Vitamin A	2	2
1580	Jordnötsbågar jordnötsringar	Monosackarider	1	2
1580	Jordnötsbågar jordnötsringar	Disackarider	8	4
1580	Jordnötsbågar jordnötsringar	Energi (kJ)	2230	2042
1580	Jordnötsbågar jordnötsringar	Summa mättade fettsyror	8	4
1580	Jordnötsbågar jordnötsringar	Summa enkelomättade fettsyror	17	17
1580	Jordnötsbågar jordnötsringar	Summa fleromättade fettsyror	8	3
1580	Jordnötsbågar jordnötsringar	Myristinsyra C14:0	0,1	0,0
1580	Jordnötsbågar jordnötsringar	Stearinsyra C18:0	2,7	0,7
1580	Jordnötsbågar jordnötsringar	Palmitinsyra C16:0	4,1	2,5
1580	Jordnötsbågar jordnötsringar	Linolensyra C18:3	0,0	0,1
1580	Jordnötsbågar jordnötsringar	Vitamin B6	0,0	0,2
1580	Jordnötsbågar jordnötsringar	Socker totalt	10	6
1580	Jordnötsbågar jordnötsringar	Folat	14	24
1580	Jordnötsbågar jordnötsringar	Jod	2,6	0,0
1580	Jordnötsbågar jordnötsringar	Järn	2,5	1,2
1580	Jordnötsbågar jordnötsringar	Kalcium	22,0	23,0
1580	Jordnötsbågar jordnötsringar	Kalium	240	270
1580	Jordnötsbågar jordnötsringar	Magnesium	2,0	72,0
1580	Jordnötsbågar jordnötsringar	Arakidinsyra C20:0	0,4	0,2
1580	Jordnötsbågar jordnötsringar	Oljesyra C18:1	16,8	16,2
1580	Jordnötsbågar jordnötsringar	Linolsyra C18:2	8,0	3,3
1580	Jordnötsbågar jordnötsringar	Protein	6	11
1580	Jordnötsbågar jordnötsringar	Fett	35,0	25,0
1580	Jordnötsbågar jordnötsringar	Fibrer	11	6
1580	Jordnötsbågar jordnötsringar	Fosfor	305	170
1580	Jordnötsbågar jordnötsringar	Tiamin	0,0	0,1
1580	Jordnötsbågar jordnötsringar	Vitamin E	0,0	6,8
1580	Jordnötsbågar jordnötsringar	Vitamin K		2,8
1580	Jordnötsbågar jordnötsringar	β-Karoten	0	20
1580	Jordnötsbågar jordnötsringar	Kolhydrater	44	51
1580	Jordnötsbågar jordnötsringar	Energi (kcal)	533	488
1580	Jordnötsbågar jordnötsringar	Aska	2	3
1580	Jordnötsbågar jordnötsringar	Vatten	2	3
1580	Jordnötsbågar jordnötsringar	Natrium	160	810
1580	Jordnötsbågar jordnötsringar	Selen	1,0	0,0
1580	Jordnötsbågar jordnötsringar	Zink	0,10	1,49
1580	Jordnötsbågar jordnötsringar	Vitamin A	0	3
1580	Jordnötsbågar jordnötsringar	Tillsatt socker	10	6
1580	Jordnötsbågar jordnötsringar	Salt	0	2
1580	Jordnötsbågar jordnötsringar	Fritt socker	10	6
1580	Jordnötsbågar jordnötsringar	Riboflavin	0,0	0,1
1580	Jordnötsbågar jordnötsringar	Niacinekvivalenter	1,5	6,9
1580	Jordnötsbågar jordnötsringar	Niacin	0,9	5,0
1581	Chips majs tortilla	Energi (kJ)	1927	1927
1581	Chips majs tortilla	Disackarider	1	1
1581	Chips majs tortilla	Monosackarider	0	0
1581	Chips majs tortilla	Energi (kcal)	461	461
1582	Ostbågar	Kolesterol	0	14
1582	Ostbågar	Monosackarider	1	1

1582	Ostbågar	Disackarider	2	2
1582	Ostbågar	Energi (kJ)	2200	2300
1582	Ostbågar	Summa mättade fettsyror	9	5
1582	Ostbågar	Summa enkelomättade fettsyror	18	25
1582	Ostbågar	Fettsyra 4:0-10:0	0,3	0,4
1582	Ostbågar	Summa fleromättade fettsyror	1	4
1582	Ostbågar	Myristinsyra C14:0	0,6	0,4
1582	Ostbågar	Laurinsyra C12:0	0,2	0,1
1582	Ostbågar	Stearinsyra C18:0	3,7	1,4
1582	Ostbågar	Palmitinsyra C16:0	4,2	2,5
1582	Ostbågar	Linolensyra C18:3	0,1	0,0
1582	Ostbågar	Vitamin B6	0,0	0,1
1582	Ostbågar	Vitamin B12	0,1	0,2
1582	Ostbågar	Socker totalt	3	3
1582	Ostbågar	Folat	14	13
1582	Ostbågar	Jod	12,0	0,0
1582	Ostbågar	Järn	0,9	0,2
1582	Ostbågar	Kalcium	59,0	210,0
1582	Ostbågar	Kalium	240	120
1582	Ostbågar	Magnesium	2,0	14,0
1582	Ostbågar	Arakidinsyra C20:0	0,2	0,1
1582	Ostbågar	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
1582	Ostbågar	Oljesyra C18:1	17,2	24,8
1582	Ostbågar	Linolsyra C18:2	1,3	3,6
1582	Ostbågar	Protein	10	9
1582	Ostbågar	Fett	30,0	35,5
1582	Ostbågar	Fibrer	1	3
1582	Ostbågar	Fosfor	225	230
1582	Ostbågar	Tiamin	0,0	0,0
1582	Ostbågar	Vitamin E	0,0	17,9
1582	Ostbågar	Vitamin K		2,7
1582	Ostbågar	β-Karoten	204	466
1582	Ostbågar	Kolhydrater	54	48
1582	Ostbågar	Energi (kcal)	526	550
1582	Ostbågar	Aska	4	3
1582	Ostbågar	Vatten	2	2
1582	Ostbågar	Natrium	160	880
1582	Ostbågar	Selen	1,0	0,0
1582	Ostbågar	Zink	0,10	0,73
1582	Ostbågar	Vitamin A	17	80
1582	Ostbågar	Retinol	0	32
1582	Ostbågar	Tillsatt socker	2	1
1582	Ostbågar	Salt	2	2
1582	Ostbågar	Fritt socker	2	1
1582	Ostbågar	Riboflavin	0,0	0,1
1582	Ostbågar	Niacinekvivalenter	1,9	1,2
1582	Ostbågar	Niacin	0,9	0,4
1584	Chips potatis m. havssalt	Disackarider	0	1
1584	Chips potatis m. havssalt	Energi (kJ)	2189	2189
1584	Chips potatis m. havssalt	Vitamin K	5,2	5,3

1584	Chips potatis m. havssalt	Energi (kcal)	523	523
1584	Chips potatis m. havssalt	Salt	1	1
1585	Salta pinnar	Energi (kJ)	1605	1636
1585	Salta pinnar	Disackarider	5	2
1585	Salta pinnar	Monosackarider	2	0
1585	Salta pinnar	Summa fleromättade fettsyror	3	1
1585	Salta pinnar	Summa enkelomättade fettsyror	2	4
1585	Salta pinnar	Summa mättade fettsyror	1	1
1585	Salta pinnar	Palmitinsyra C16:0	1,0	0,3
1585	Salta pinnar	Stearinsyra C18:0	0,2	0,1
1585	Salta pinnar	Myristinsyra C14:0	0,1	0,0
1585	Salta pinnar	Linolensyra C18:3	0,2	0,2
1585	Salta pinnar	Folat	8	17
1585	Salta pinnar	Socker totalt	7	2
1585	Salta pinnar	Vitamin B12	0,1	0,0
1585	Salta pinnar	Vitamin B6	0,0	0,1
1585	Salta pinnar	Magnesium	29,0	37,0
1585	Salta pinnar	Kalium	120	170
1585	Salta pinnar	Kalcium	52,0	26,0
1585	Salta pinnar	Järn	0,9	1,5
1585	Salta pinnar	Jod	2,2	1,0
1585	Salta pinnar	Linolsyra C18:2	2,7	1,1
1585	Salta pinnar	Oljesyra C18:1	1,0	3,6
1585	Salta pinnar	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,0
1585	Salta pinnar	Arakidinsyra C20:0	0,1	0,0
1585	Salta pinnar	Fosfor	141	160
1585	Salta pinnar	Fibrer	4	6
1585	Salta pinnar	Fett	6,3	5,7
1585	Salta pinnar	Protein	11	12
1585	Salta pinnar	Vitamin K		5,8
1585	Salta pinnar	Vitamin E	0,0	0,7
1585	Salta pinnar	Tiamin	0,0	0,2
1585	Salta pinnar	Vatten	5	3
1585	Salta pinnar	Aska	6	5
1585	Salta pinnar	Energi (kcal)	384	391
1585	Salta pinnar	Kolhydrater	68	70
1585	Salta pinnar	Zink	0,40	1,06
1585	Salta pinnar	Selen	1,0	5,8
1585	Salta pinnar	Natrium	1800	1700
1585	Salta pinnar	Fritt socker	4	2
1585	Salta pinnar	Salt	5	4
1585	Salta pinnar	Tillsatt socker	4	2
1585	Salta pinnar	Niacinekvivalenter	2,5	3,2
1585	Salta pinnar	Niacin	0,7	1,3
1612	Kex rån m. cremefyllning smaksatt	Vitamin A	0	7
1612	Kex rån m. cremefyllning smaksatt	Salt	0	0
1613	Kex havrekex fullkorn	Disackarider	23	23
1613	Kex havrekex fullkorn	Monosackarider	1	1
1613	Kex havrekex fullkorn	Summa fleromättade fettsyror	3	3
1613	Kex havrekex fullkorn	Summa enkelomättade fettsyror	8	8

1613	Kex havrekex fullkorn	Summa mättade fettsyror	8	8
1613	Kex havrekex fullkorn	Socker totalt	24	24
1613	Kex havrekex fullkorn	Protein	9	9
1613	Kex havrekex fullkorn	Salt	1	1
1614	Kex Mariekex	Monosackarider	1	1
1614	Kex Mariekex	Disackarider	19	19
1614	Kex Mariekex	Energi (kJ)	1879	1879
1614	Kex Mariekex	Summa mättade fettsyror	5	5
1614	Kex Mariekex	Summa enkelomättade fettsyror	5	6
1614	Kex Mariekex	Protein	7	7
1614	Kex Mariekex	Energi (kcal)	449	449
1614	Kex Mariekex	Salt	1	1
1615	Kex mördegskex	Energi (kJ)	2007	2007
1615	Kex mördegskex	Disackarider	22	22
1615	Kex mördegskex	Monosackarider	1	1
1615	Kex mördegskex	Summa fleromättade fettsyror	1	2
1615	Kex mördegskex	Summa enkelomättade fettsyror	11	11
1615	Kex mördegskex	Summa mättade fettsyror	5	5
1615	Kex mördegskex	Protein	5	5
1615	Kex mördegskex	Energi (kcal)	480	480
1615	Kex mördegskex	Salt	1	1
1616	Kex m. syltfyllning	Monosackarider	5	5
1616	Kex m. syltfyllning	Energi (kJ)	1985	1985
1616	Kex m. syltfyllning	Summa mättade fettsyror	9	9
1616	Kex m. syltfyllning	Summa enkelomättade fettsyror	7	7
1616	Kex m. syltfyllning	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1616	Kex m. syltfyllning	Protein	4	4
1616	Kex m. syltfyllning	Energi (kcal)	474	474
1616	Kex m. syltfyllning	Salt	1	1
1617	Kex m. nougatfyllning	Energi (kJ)	2029	2050
1617	Kex m. nougatfyllning	Disackarider	28	31
1617	Kex m. nougatfyllning	Monosackarider	0	0
1617	Kex m. nougatfyllning	Kolesterol	2	1
1617	Kex m. nougatfyllning	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1617	Kex m. nougatfyllning	Fettsyra 4:0-10:0	1,1	1,2
1617	Kex m. nougatfyllning	Summa enkelomättade fettsyror	9	9
1617	Kex m. nougatfyllning	Summa mättade fettsyror	9	12
1617	Kex m. nougatfyllning	Palmitinsyra C16:0	1,7	2,6
1617	Kex m. nougatfyllning	Stearinsyra C18:0	1,8	1,5
1617	Kex m. nougatfyllning	Laurinsyra C12:0	3,3	4,5
1617	Kex m. nougatfyllning	Myristinsyra C14:0	1,2	1,8
1617	Kex m. nougatfyllning	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
1617	Kex m. nougatfyllning	Folat	16	15
1617	Kex m. nougatfyllning	Socker totalt	28	32
1617	Kex m. nougatfyllning	Vitamin B12	0,2	0,0
1617	Kex m. nougatfyllning	Vitamin B6	0,1	0,1
1617	Kex m. nougatfyllning	Magnesium	28,1	38,0
1617	Kex m. nougatfyllning	Kalium	276	270
1617	Kex m. nougatfyllning	Kalcium	48,2	67,0
1617	Kex m. nougatfyllning	Järn	2,2	1,8

1617	Kex m. nougatfyllning	Jod	6,0	0,0
1617	Kex m. nougatfyllning	Linolsyra C18:2	1,4	1,3
1617	Kex m. nougatfyllning	Oljesyra C18:1	8,5	9,0
1617	Kex m. nougatfyllning	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
1617	Kex m. nougatfyllning	Arakidinsyra C20:0	0,1	0,1
1617	Kex m. nougatfyllning	Fosfor	98	130
1617	Kex m. nougatfyllning	Fibrer	3	4
1617	Kex m. nougatfyllning	Fett	20,7	23,2
1617	Kex m. nougatfyllning	Protein	6	6
1617	Kex m. nougatfyllning	β-Karoten	2	0
1617	Kex m. nougatfyllning	Vitamin K	35,3	2,0
1617	Kex m. nougatfyllning	Vitamin D	0,2	0,0
1617	Kex m. nougatfyllning	Vitamin E	3,7	5,3
1617	Kex m. nougatfyllning	Tiamin	0,0	0,1
1617	Kex m. nougatfyllning	Vatten	2	3
1617	Kex m. nougatfyllning	Aska	1	1
1617	Kex m. nougatfyllning	Energi (kcal)	485	490
1617	Kex m. nougatfyllning	Kolhydrater	67	63
1617	Kex m. nougatfyllning	Retinol	7	0
1617	Kex m. nougatfyllning	Vitamin A	7	0
1617	Kex m. nougatfyllning	Zink	0,67	0,61
1617	Kex m. nougatfyllning	Selen	2,5	0,0
1617	Kex m. nougatfyllning	Natrium	236	200
1617	Kex m. nougatfyllning	Fritt socker	27	29
1617	Kex m. nougatfyllning	Salt	1	1
1617	Kex m. nougatfyllning	Tillsatt socker	27	29
1617	Kex m. nougatfyllning	Niacin	0,8	0,4
1617	Kex m. nougatfyllning	Niacinekvivalenter	1,8	1,4
1617	Kex m. nougatfyllning	Riboflavin	0,1	0,1
1618	Maräng m. choklad	Monosackarider	0	1
1618	Maräng m. choklad	Disackarider	92	93
1618	Maräng m. choklad	Summa mättade fettsyror	1	1
1618	Maräng m. choklad	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
1618	Maräng m. choklad	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1618	Maräng m. choklad	Socker totalt	93	93
1618	Maräng m. choklad	Protein	3	3
1618	Maräng m. choklad	Vitamin A	0	0
1619	Småkakor olika sorter	Disackarider	31	31
1619	Småkakor olika sorter	Monosackarider	0	0
1619	Småkakor olika sorter	Summa fleromättade fettsyror	2	3
1619	Småkakor olika sorter	Summa enkelomättade fettsyror	9	9
1619	Småkakor olika sorter	Summa mättade fettsyror	9	9
1619	Småkakor olika sorter	Socker totalt	32	32
1619	Småkakor olika sorter	Protein	5	5
1619	Småkakor olika sorter	Vitamin A	240	240
1619	Småkakor olika sorter	Salt	1	1
1620	Jitterbugg m. mördeg maräng	Monosackarider	0	0
1620	Jitterbugg m. mördeg maräng	Disackarider	17	18
1620	Jitterbugg m. mördeg maräng	Summa enkelomättade fettsyror	11	11
1620	Jitterbugg m. mördeg maräng	Summa fleromättade fettsyror	4	4

1620	Jitterbugg m. mördeg maräng	Socker totalt	18	18
1620	Jitterbugg m. mördeg maräng	Protein	7	7
1620	Jitterbugg m. mördeg maräng	Salt	1	1
1621	Cookie amerikansk m. choklad	Monosackarider	4	4
1621	Cookie amerikansk m. choklad	Summa fleromättade fettsyror	2	2
1621	Cookie amerikansk m. choklad	Summa enkelomättade fettsyror	10	10
1621	Cookie amerikansk m. choklad	Summa mättade fettsyror	10	10
1621	Cookie amerikansk m. choklad	Protein	5	5
1652	choklad	Vitamin A	118	118
1652	choklad	Salt	0	0
1653	glasyr	Monosackarider	2	2
1653	glasyr	Disackarider	33	33
1653	glasyr	Summa mättade fettsyror	8	8
1653	glasyr	Summa enkelomättade fettsyror	8	8
1653	glasyr	Summa fleromättade fettsyror	3	3
1653	glasyr	Protein	7	7
1653	glasyr	Vitamin A	225	225
1653	glasyr	Salt	0	0
1654	Mjuk kaka drömtårta chokladrulltårta	Disackarider	35	35
1654	Mjuk kaka drömtårta chokladrulltårta	Monosackarider	1	1
1654	Mjuk kaka drömtårta chokladrulltårta	Summa fleromättade fettsyror	2	2
1654	Mjuk kaka drömtårta chokladrulltårta	Summa enkelomättade fettsyror	7	7
1654	Mjuk kaka drömtårta chokladrulltårta	Summa mättade fettsyror	7	7
1654	Mjuk kaka drömtårta chokladrulltårta	Protein	6	6
1654	Mjuk kaka drömtårta chokladrulltårta	Salt	1	1
1655	Mjuk kaka rulltårta m. sylt	Monosackarider	5	5
1655	Mjuk kaka rulltårta m. sylt	Summa mättade fettsyror	8	8
1655	Mjuk kaka rulltårta m. sylt	Summa fleromättade fettsyror	1	2
1655	Mjuk kaka rulltårta m. sylt	Vitamin A	66	66
1655	Mjuk kaka rulltårta m. sylt	Salt	1	1
1656	Punschrulle	Disackarider	48	48
1656	Punschrulle	Monosackarider	3	3
1656	Punschrulle	Summa mättade fettsyror	7	7
1656	Punschrulle	Socker totalt	51	51
1656	Punschrulle	Protein	5	5
1656	Punschrulle	Vitamin A	58	58
1656	Punschrulle	Salt	0	0
1657	Chokladboll	Kolesterol	2	3
1657	Chokladboll	Monosackarider	2	2
1657	Chokladboll	Disackarider	28	31
1657	Chokladboll	Energi (kJ)	2109	2125
1657	Chokladboll	Summa mättade fettsyror	15	17
1657	Chokladboll	Summa enkelomättade fettsyror	12	10
1657	Chokladboll	Fettsyra 4:0-10:0	0,6	0,7
1657	Chokladboll	Summa fleromättade fettsyror	3	3
1657	Chokladboll	Myristinsyra C14:0	1,4	1,9
1657	Chokladboll	Laurinsyra C12:0	3,2	4,6
1657	Chokladboll	Stearinsyra C18:0	2,1	2,2
1657	Chokladboll	Palmitinsyra C16:0	7,4	7,8
1657	Chokladboll	Linolensyra C18:3	0,4	0,2

1657	Chokladboll	Fullkorn totalt	0	27
1657	Chokladboll	Vitamin B6	0,1	0,0
1657	Chokladboll	Vitamin B12	0,1	0,0
1657	Chokladboll	Socker totalt	29	33
1657	Chokladboll	Folat	18	9
1657	Chokladboll	Jod	2,0	0,0
1657	Chokladboll	Järn	4,9	2,4
1657	Chokladboll	Kalcium	22,3	21,0
1657	Chokladboll	Kalium	289	260
1657	Chokladboll	Magnesium	30,4	54,0
1657	Chokladboll	Arakidinsyra C20:0	0,1	0,1
1657	Chokladboll	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
1657	Chokladboll	Oljesyra C18:1	11,5	9,9
1657	Chokladboll	Linolsyra C18:2	2,7	2,6
1657	Chokladboll	Protein	4	5
1657	Chokladboll	Fett	31,2	31,5
1657	Chokladboll	Fibrer	5	5
1657	Chokladboll	Fosfor	151	150
1657	Chokladboll	Vitamin E	4,1	3,2
1657	Chokladboll	Vitamin D	0,5	0,0
1657	Chokladboll	Vitamin K		4,8
1657	Chokladboll	β-Karoten	106	42
1657	Chokladboll	Kolhydrater	50	49
1657	Chokladboll	Energi (kcal)	504	508
1657	Chokladboll	Aska	1	1
1657	Chokladboll	Vatten	9	8
1657	Chokladboll	Natrium	135	170
1657	Chokladboll	Selen	3,1	0,0
1657	Chokladboll	Zink	1,33	1,11
1657	Chokladboll	Vitamin A	19	4
1657	Chokladboll	Retinol	10	0
1657	Chokladboll	Tillsatt socker	29	33
1657	Chokladboll	Salt	0	0
1657	Chokladboll	Fritt socker	29	33
1657	Chokladboll	Riboflavin	0,0	0,1
1657	Chokladboll	Tiamin	0,1	0,1
1657	Chokladboll	Niacin	0,5	0,4
1658	Gräddtårta m. jordgubb banan hemlagad	Monosackarider	4	4
1658	Gräddtårta m. jordgubb banan hemlagad	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1658	Gräddtårta m. jordgubb banan hemlagad	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
1658	Gräddtårta m. jordgubb banan hemlagad	Summa mättade fettsyror	7	7
1658	Gräddtårta m. jordgubb banan hemlagad	Vitamin A	127	128
1658	Gräddtårta m. jordgubb banan hemlagad	Salt	0	0
1659	Potatisbakelse m. vaniljkräm smörkräm marsipan	Monosackarider	4	4
1659	Potatisbakelse m. vaniljkräm smörkräm marsipan	Disackarider	42	43
1659	Potatisbakelse m. vaniljkräm smörkräm marsipan	Summa enkelomättade fettsyror	7	7
1659	Potatisbakelse m. vaniljkräm smörkräm marsipan	Summa fleromättade fettsyror	2	2
1659	Potatisbakelse m. vaniljkräm smörkräm marsipan	Protein	5	5
1659	Potatisbakelse m. vaniljkräm smörkräm marsipan	Salt	0	0
1660	Äppelkaka m. ströbröd (beräknat)	Energi (kJ)	916	915

1660	Äppelkaka m. ströbröd (beräknat)	Disackarider	14	14
1660	Äppelkaka m. ströbröd (beräknat)	Kolesterol	14	7
1660	Äppelkaka m. ströbröd (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	2
1660	Äppelkaka m. ströbröd (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,5	0,3
1660	Äppelkaka m. ströbröd (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
1660	Äppelkaka m. ströbröd (beräknat)	Summa mättade fettsyror	5	5
1660	Äppelkaka m. ströbröd (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	2,9	2,9
1660	Äppelkaka m. ströbröd (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,6	0,5
1660	Äppelkaka m. ströbröd (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,3	0,3
1660	Äppelkaka m. ströbröd (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,5	0,4
1660	Äppelkaka m. ströbröd (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
1660	Äppelkaka m. ströbröd (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,3	0,4
1660	Äppelkaka m. ströbröd (beräknat)	Socker totalt	20	20
1690	Glass vaniljsmak fett ca 8%	Disackarider	16	16
1690	Glass vaniljsmak fett ca 8%	Monosackarider	6	6
1690	Glass vaniljsmak fett ca 8%	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1690	Glass vaniljsmak fett ca 8%	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
1690	Glass vaniljsmak fett ca 8%	Summa mättade fettsyror	5	5
1690	Glass vaniljsmak fett ca 8%	Vitamin B6	0,0	0,1
1690	Glass vaniljsmak fett ca 8%	Protein	2	3
1690	Glass vaniljsmak fett ca 8%	Vitamin K	1,2	1,2
1690	Glass vaniljsmak fett ca 8%	Salt	0	0
1691	Glass fett ca 10%	Summa mättade fettsyror	3	3
1691	Glass fett ca 10%	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
1691	Glass fett ca 10%	Summa fleromättade fettsyror	2	2
1691	Glass fett ca 10%	Salt	0	0
1692	Glass glasstrut fett ca 15%	Kolhydrater	29	29
1692	Glass glasstrut fett ca 15%	Salt	0	0
1693	Glass lättglass m. sötningsm. fett ca 6%	Summa mättade fettsyror	2	2
1693	Glass lättglass m. sötningsm. fett ca 6%	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
1693	Glass lättglass m. sötningsm. fett ca 6%	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1693	Glass lättglass m. sötningsm. fett ca 6%	Jod		9,0
1693	Glass lättglass m. sötningsm. fett ca 6%	Kolhydrater	18	18
1693	Glass lättglass m. sötningsm. fett ca 6%	Salt	0	0
1694	chokladöverdrag	Disackarider	24	24
1694	chokladöverdrag	Monosackarider	2	2
1694	chokladöverdrag	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1694	chokladöverdrag	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
1694	chokladöverdrag	Summa mättade fettsyror	14	14
1694	chokladöverdrag	Protein	4	4
1694	chokladöverdrag	Vitamin A	11	11
1694	chokladöverdrag	Salt	0	0
1695	Glass vaniljglass m. chokladkex	Monosackarider	1	1
1695	Glass vaniljglass m. chokladkex	Disackarider	21	21
1695	Glass vaniljglass m. chokladkex	Summa mättade fettsyror	7	8
1695	Glass vaniljglass m. chokladkex	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
1695	Glass vaniljglass m. chokladkex	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1695	Glass vaniljglass m. chokladkex	Protein	5	5
1695	Glass vaniljglass m. chokladkex	Vitamin A	10	10
1695	Glass vaniljglass m. chokladkex	Salt	0	0

1696	Glass gräddglass fett 15%	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
1696	Glass gräddglass fett 15%	Summa mättade fettsyror	9	9
1696	Glass gräddglass fett 15%	Salt	0	0
1697	Glass fett 12%	Summa mättade fettsyror	5	5
1697	Glass fett 12%	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
1697	Glass fett 12%	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1732	Apelsinsoppa (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
1732	Apelsinsoppa (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
1732	Apelsinsoppa (beräknat)	Protein	0	0
1732	Apelsinsoppa (beräknat)	Avfall (skal etc.)	6	5
1732	Apelsinsoppa (beräknat)	Salt	0	0
1734	Blåbärssoppa hemlagad (beräknat)	Avfall (skal etc.)	1	1
1734	Blåbärssoppa hemlagad (beräknat)	Salt	0	0
1740	Svartvinbärskräm (beräknat)	Energi (kJ)	299	286
1740	Svartvinbärskräm (beräknat)	Disackarider	8	8
1740	Svartvinbärskräm (beräknat)	Monosackarider	3	3
1740	Svartvinbärskräm (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1740	Svartvinbärskräm (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
1392	Krabba Blå krabba kokt	Salt	1	1
1393	Hummer kokt	Jod	700,0	350,0
1393	Hummer kokt	Salt	1	1
1394	Kräfta kokt	Energi (kJ)	296	299
1394	Kräfta kokt	Summa mättade fettsyror	0	0
1394	Kräfta kokt	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
1394	Kräfta kokt	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1394	Kräfta kokt	Protein	16	16
1394	Kräfta kokt	Vitamin K	2,2	2,2
1394	Kräfta kokt	Kolhydrater	1	0
1394	Kräfta kokt	Salt	2	2
1395	Räka kokt	Energi (kJ)	323	323
1395	Räka kokt	Energi (kcal)	77	77
1395	Räka kokt	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1395	Räka kokt	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
1395	Räka kokt	Summa mättade fettsyror	0	0
1395	Räka kokt	Protein	18	18
1395	Räka kokt	Salt	2	2
1396	Hummer kokt el. konserv.	Jod		350,0
1396	Hummer kokt el. konserv.	Salt	1	1
1397	Krabba kokt	Salt	1	1
1398	Krabba konserv.	Jod		268,0
1398	Krabba konserv.	Salt	1	1
1399	Räka konserv. m. lag	Jod		11,9
1399	Räka konserv. m. lag	Salt	2	2
1400	Räka konserv. u. lag	Summa mättade fettsyror	0	0
1400	Räka konserv. u. lag	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
1400	Räka konserv. u. lag	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1400	Räka konserv. u. lag	Protein	16	16
1400	Räka konserv. u. lag	Salt	3	3
1429	Blodbröd paltbröd frysvara	Salt	1	1
1430	Blodpudding blodkorv fett 10%	Jod		0,0

1432	Blodpudding blodkorv stekt fett 8% (beräknat)	Jod		0,0
1433	Blodbröd paltbröd kokt m. salt (beräknat)	Salt	0	0
1434	Lamm bräss rå	Salt	0	0
1435	Lamm hjärta rå	Salt	0	0
1436	Lamm lever rå	Salt	0	0
1466	Njursauté (beräknat)	Fett	8,8	8,4
1466	Njursauté (beräknat)	Fibrer	1	1
1466	Njursauté (beräknat)	Fosfor	145	145
1466	Njursauté (beräknat)	Tiamin	0,2	0,2
1466	Njursauté (beräknat)	Vitamin E	1,1	1,1
1466	Njursauté (beräknat)	Vitamin D	0,5	0,5
1466	Njursauté (beräknat)	β-Karoten	50	43
1466	Njursauté (beräknat)	Kolhydrater	3	3
1466	Njursauté (beräknat)	Energi (kcal)	130	127
1466	Njursauté (beräknat)	Aska	2	2
1466	Njursauté (beräknat)	Vatten	76	76
1466	Njursauté (beräknat)	Natrium	584	582
1466	Njursauté (beräknat)	Selen	49,0	49,1
1466	Njursauté (beräknat)	Zink	1,29	1,29
1466	Njursauté (beräknat)	Vitamin A	84	75
1466	Njursauté (beräknat)	Retinol	80	72
1466	Njursauté (beräknat)	Tillsatt socker	0	0
1466	Njursauté (beräknat)	Salt	1	1
1466	Njursauté (beräknat)	Fritt socker	0	0
1466	Njursauté (beräknat)	Vitamin C	9	9
1466	Njursauté (beräknat)	Riboflavin	1,1	1,1
1466	Njursauté (beräknat)	Niacinekvivalenter	5,4	5,4
1466	Njursauté (beräknat)	Niacin	3,7	3,7
1467	Leverbiff mald lever stekt frysvara	Jod		22,1
1467	Leverbiff mald lever stekt frysvara	Salt	2	2
1468	Gryta levergryta m. grönsaker frysvara	Salt	1	1
1471	Leverpalt	Salt	1	1
1472	Njurpalt	Salt	1	1
1473	Leverbiff mald lever rå frysvara	Jod		3,0
1473	Leverbiff mald lever rå frysvara	Salt	1	1
1474	Leverpastej bredbar fett ca 24%	Monosackarider	1	1
1474	Leverpastej bredbar fett ca 24%	Summa fleromättade fettsyror	2	2
1474	Leverpastej bredbar fett ca 24%	Summa enkelomättade fettsyror	9	9
1474	Leverpastej bredbar fett ca 24%	Summa mättade fettsyror	7	7
1474	Leverpastej bredbar fett ca 24%	Protein	10	10
1474	Leverpastej bredbar fett ca 24%	Vitamin K	6,4	6,4
1474	Leverpastej bredbar fett ca 24%	Salt	2	2
1476	Leverpastej skivbar fett 14%	Energi (kJ)	889	889
1476	Leverpastej skivbar fett 14%	Summa mättade fettsyror	4	4
1476	Leverpastej skivbar fett 14%	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
1476	Leverpastej skivbar fett 14%	Summa fleromättade fettsyror	1	2
1476	Leverpastej skivbar fett 14%	Jod		0,0
1476	Leverpastej skivbar fett 14%	Energi (kcal)	212	212
1518	Korv salsiccia rå kött 73%	Monosackarider	0	0
1518	Korv salsiccia rå kött 73%	Disackarider	0	0

1518	Korv salsiccia rå kött 73%	Socker totalt	0	0
1518	Korv salsiccia rå kött 73%	Vitamin A	13	14
1519	Korv salsiccia stekt u. fett kött 73%	Disackarider	0	0
1519	Korv salsiccia stekt u. fett kött 73%	Monosackarider	0	0
1519	Korv salsiccia stekt u. fett kött 73%	Socker totalt	0	0
1519	Korv salsiccia stekt u. fett kött 73%	Vitamin A	8	8
1521	Korv värmlandskorv rå kött 45%	Energi (kJ)	966	966
1521	Korv värmlandskorv rå kött 45%	Jod		0,0
1521	Korv värmlandskorv rå kött 45%	Energi (kcal)	231	231
1522	Korv värmlandskorv kokt kött 45%	Energi (kJ)	932	932
1522	Korv värmlandskorv kokt kött 45%	Jod		0,0
1522	Korv värmlandskorv kokt kött 45%	Energi (kcal)	223	223
1523	Gris bacon stekt mager (beräknat)	Disackarider	0	0
1523	Gris bacon stekt mager (beräknat)	Socker totalt	1	1
1523	Gris bacon stekt mager (beräknat)	Vitamin A	7	7
1524	Gris bacon rå mager	Disackarider	0	0
1524	Gris bacon rå mager	Socker totalt	1	1
1524	Gris bacon rå mager	Vitamin A	5	5
1526	(beräknat)	Salt	2	2
1565	Kokosnöt	Salt	0	0
1566	Kokosmjölk fett ca 6%	Disackarider	1	1
1566	Kokosmjölk fett ca 6%	Monosackarider	0	0
1566	Kokosmjölk fett ca 6%	Socker totalt	1	1
1566	Kokosmjölk fett ca 6%	Vitamin A	0	0
1567	Linfrö hela	Disackarider	1	1
1567	Linfrö hela	Summa mättade fettsyror	3	3
1567	Linfrö hela	Summa enkelomättade fettsyror	7	8
1567	Linfrö hela	Summa fleromättade fettsyror	30	31
1567	Linfrö hela	Protein	19	19
1567	Linfrö hela	Salt	0	0
1568	Paranötter	Summa fleromättade fettsyror	29	29
1568	Paranötter	Summa enkelomättade fettsyror	20	20
1568	Paranötter	Summa mättade fettsyror	15	15
1569	Pekannötter	Monosackarider	1	1
1569	Pekannötter	Disackarider	3	3
1569	Pekannötter	Summa mättade fettsyror	6	6
1569	Pekannötter	Summa enkelomättade fettsyror	43	43
1569	Pekannötter	Summa fleromättade fettsyror	21	21
1569	Pekannötter	Protein	8	9
1569	Pekannötter	Vitamin K	3,5	3,5
1570	Pistaschnötter	Salt	0	0
1571	Pumpafrö	Monosackarider	0	0
1571	Pumpafrö	Disackarider	1	1
1571	Pumpafrö	Summa mättade fettsyror	7	7
1571	Pumpafrö	Summa enkelomättade fettsyror	16	16
1571	Pumpafrö	Summa fleromättade fettsyror	22	22
1571	Pumpafrö	Protein	30	30
1571	Pumpafrö	Salt	0	0
1572	Sesamfrö m. skal	Summa fleromättade fettsyror	23	23
1572	Sesamfrö m. skal	Summa mättade fettsyror	7	7

1572	Sesamfrö m. skal	Protein	20	20
1573	Sesamfrö u. skal	Summa enkelomättade fettsyror	24	24
1573	Sesamfrö u. skal	Summa fleromättade fettsyror	25	25
1573	Sesamfrö u. skal	Protein	21	21
1573	Sesamfrö u. skal	Salt	0	0
1574	Solrosfrö	Summa fleromättade fettsyror	30	30
1574	Solrosfrö	Summa enkelomättade fettsyror	18	18
1574	Solrosfrö	Protein	21	21
1575	Sötmandel	Monosackarider	1	1
1575	Sötmandel	Disackarider	3	3
1575	Sötmandel	Summa mättade fettsyror	4	4
1575	Sötmandel	Summa enkelomättade fettsyror	35	35
1575	Sötmandel	Summa fleromättade fettsyror	12	12
1575	Sötmandel	Protein	21	21
1604	Skorpor fullkorn osötade	Protein	13	13
1604	Skorpor fullkorn osötade	Vitamin A	0	0
1604	Skorpor fullkorn osötade	Salt	2	2
1605	Mandelkubb	Disackarider	27	27
1605	Mandelkubb	Monosackarider	0	0
1605	Mandelkubb	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
1605	Mandelkubb	Summa mättade fettsyror	6	6
1605	Mandelkubb	Socker totalt	27	27
1605	Mandelkubb	Salt	1	1
1606	Munk u. fyllning	Monosackarider	0	0
1606	Munk u. fyllning	Disackarider	19	19
1606	Munk u. fyllning	Summa mättade fettsyror	9	9
1606	Munk u. fyllning	Summa enkelomättade fettsyror	12	12
1606	Munk u. fyllning	Summa fleromättade fettsyror	3	3
1606	Munk u. fyllning	Socker totalt	19	19
1606	Munk u. fyllning	Protein	5	5
1606	Munk u. fyllning	Salt	1	1
1607	Munk fylld m. äppelmos vaniljkräm	Disackarider	10	10
1607	Munk fylld m. äppelmos vaniljkräm	Monosackarider	4	4
1607	Munk fylld m. äppelmos vaniljkräm	Summa fleromättade fettsyror	2	2
1607	Munk fylld m. äppelmos vaniljkräm	Summa enkelomättade fettsyror	5	6
1607	Munk fylld m. äppelmos vaniljkräm	Protein	6	6
1607	Munk fylld m. äppelmos vaniljkräm	Vitamin A	11	11
1608	Wienerbröd m. vaniljkräm sylt florsocker	Disackarider	10	10
1608	Wienerbröd m. vaniljkräm sylt florsocker	Summa mättade fettsyror	12	12
1608	Wienerbröd m. vaniljkräm sylt florsocker	Summa enkelomättade fettsyror	11	11
1608	Wienerbröd m. vaniljkräm sylt florsocker	Summa fleromättade fettsyror	3	3
1608	Wienerbröd m. vaniljkräm sylt florsocker	Protein	6	6
1608	Wienerbröd m. vaniljkräm sylt florsocker	Vitamin A	250	250
1608	Wienerbröd m. vaniljkräm sylt florsocker	Salt	1	1
1609	Sött vetebröd bakpulver (beräknat)	Energi (kJ)	1319	1319
1609	Sött vetebröd bakpulver (beräknat)	Disackarider	13	13
1609	Sött vetebröd bakpulver (beräknat)	Monosackarider	0	0
1609	Sött vetebröd bakpulver (beräknat)	Kolesterol	37	30
1609	Sött vetebröd bakpulver (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
1609	Sött vetebröd bakpulver (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,5	0,3

1609	Sött vetebröd bakpulver (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
1609	Sött vetebröd bakpulver (beräknat)	Summa mättade fettsyror	6	5
1609	Sött vetebröd bakpulver (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	3,3	3,2
1609	Sött vetebröd bakpulver (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,7	0,6
1609	Sött vetebröd bakpulver (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,3	0,3
1609	Sött vetebröd bakpulver (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,6	0,4
1609	Sött vetebröd bakpulver (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
1609	Sött vetebröd bakpulver (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,3	0,4
1609	Sött vetebröd bakpulver (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
1609	Sött vetebröd bakpulver (beräknat)	Folat	12	12
1609	Sött vetebröd bakpulver (beräknat)	Socker totalt	13	13
1609	Sött vetebröd bakpulver (beräknat)	Vitamin B12	0,2	0,2
1609	Sött vetebröd bakpulver (beräknat)	Vitamin B6	0,0	0,0
1609	Sött vetebröd bakpulver (beräknat)	Magnesium	13,2	13,2
1609	Sött vetebröd bakpulver (beräknat)	Kalium	125	125
1609	Sött vetebröd bakpulver (beräknat)	Kalcium	225,2	225,1
1609	Sött vetebröd bakpulver (beräknat)	Järn	0,4	0,4
1609	Sött vetebröd bakpulver (beräknat)	Jod	6,8	6,7
1609	Sött vetebröd bakpulver (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,2	1,4
1609	Sött vetebröd bakpulver (beräknat)	Oljesyra C18:1	3,6	4,1
1609	Sött vetebröd bakpulver (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
1609	Sött vetebröd bakpulver (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1609	Sött vetebröd bakpulver (beräknat)	Fosfor	332	332
1609	Sött vetebröd bakpulver (beräknat)	Fibrer	2	2
1609	Sött vetebröd bakpulver (beräknat)	Fett	11,9	11,8
1609	Sött vetebröd bakpulver (beräknat)	Protein	5	5
1609	Sött vetebröd bakpulver (beräknat)	β-Karoten	61	63
1609	Sött vetebröd bakpulver (beräknat)	Vitamin D	0,9	1,2
1609	Sött vetebröd bakpulver (beräknat)	Vitamin E	1,4	1,7
1609	Sött vetebröd bakpulver (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
1609	Sött vetebröd bakpulver (beräknat)	Vatten	34	34
1609	Sött vetebröd bakpulver (beräknat)	Aska	2	2
1609	Sött vetebröd bakpulver (beräknat)	Energi (kcal)	315	315
1609	Sött vetebröd bakpulver (beräknat)	Kolhydrater	46	46
1609	Sött vetebröd bakpulver (beräknat)	Retinol	103	106
1609	Sött vetebröd bakpulver (beräknat)	Vitamin A	108	112
1609	Sött vetebröd bakpulver (beräknat)	Zink	0,51	0,51
1609	Sött vetebröd bakpulver (beräknat)	Selen	6,3	6,3
1609	Sött vetebröd bakpulver (beräknat)	Natrium	281	284
1609	Sött vetebröd bakpulver (beräknat)	Fritt socker	11	11
1609	Sött vetebröd bakpulver (beräknat)	Salt	1	1
1609	Sött vetebröd bakpulver (beräknat)	Tillsatt socker	11	11
1609	Sött vetebröd bakpulver (beräknat)	Niacin	0,4	0,4
1609	Sött vetebröd bakpulver (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,5	1,5
1609	Sött vetebröd bakpulver (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
1609	Sött vetebröd bakpulver (beräknat)	Vitamin C	1	1
1610	Sött vetebröd saffransbröd hembakad (beräknat)	Kolesterol	21	16
1610	Sött vetebröd saffransbröd hembakad (beräknat)	Monosackarider	2	2
1610	Sött vetebröd saffransbröd hembakad (beräknat)	Disackarider	10	10
1610	Sött vetebröd saffransbröd hembakad (beräknat)	Energi (kJ)	1213	1213

1610	Sött vetebröd saffransbröd hembakad (beräknat)	Summa mättade fettsyror	4	4
1610	Sött vetebröd saffransbröd hembakad (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	3
1610	Sött vetebröd saffransbröd hembakad (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,4	0,2
1610	Sött vetebröd saffransbröd hembakad (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	2
1610	Sött vetebröd saffransbröd hembakad (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,4	0,3
1610	Sött vetebröd saffransbröd hembakad (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,2	0,2
1610	Sött vetebröd saffransbröd hembakad (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,5	0,4
1610	Sött vetebröd saffransbröd hembakad (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	2,3	2,2
1610	Sött vetebröd saffransbröd hembakad (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
1610	Sött vetebröd saffransbröd hembakad (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,2	0,3
1610	Sött vetebröd saffransbröd hembakad (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
1610	Sött vetebröd saffransbröd hembakad (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
1610	Sött vetebröd saffransbröd hembakad (beräknat)	Vitamin B12	0,2	0,2
1610	Sött vetebröd saffransbröd hembakad (beräknat)	Socker totalt	12	12
1610	Sött vetebröd saffransbröd hembakad (beräknat)	Folat	27	27
1610	Sött vetebröd saffransbröd hembakad (beräknat)	Jod	23,7	23,7
1610	Sött vetebröd saffransbröd hembakad (beräknat)	Järn	0,6	0,6
1610	Sött vetebröd saffransbröd hembakad (beräknat)	Kalcium	48,5	48,5
1610	Sött vetebröd saffransbröd hembakad (beräknat)	Kalium	169	169
1610	Sött vetebröd saffransbröd hembakad (beräknat)	Magnesium	16,6	16,6
1610	Sött vetebröd saffransbröd hembakad (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1610	Sött vetebröd saffransbröd hembakad (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,0
1610	Sött vetebröd saffransbröd hembakad (beräknat)	Oljesyra C18:1	2,4	2,8
1610	Sött vetebröd saffransbröd hembakad (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,9	1,1
1610	Sött vetebröd saffransbröd hembakad (beräknat)	Protein	6	6
1610	Sött vetebröd saffransbröd hembakad (beräknat)	Fett	8,4	8,4
1610	Sött vetebröd saffransbröd hembakad (beräknat)	Fibrer	2	2
1610	Sött vetebröd saffransbröd hembakad (beräknat)	Fosfor	102	102
1610	Sött vetebröd saffransbröd hembakad (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
1610	Sött vetebröd saffransbröd hembakad (beräknat)	Vitamin E	1,0	1,2
1610	Sött vetebröd saffransbröd hembakad (beräknat)	Vitamin D	0,7	0,9
1610	Sött vetebröd saffransbröd hembakad (beräknat)	β-Karoten	44	45
1610	Sött vetebröd saffransbröd hembakad (beräknat)	Kolhydrater	46	46
1610	Sött vetebröd saffransbröd hembakad (beräknat)	Energi (kcal)	290	290
1610	Sött vetebröd saffransbröd hembakad (beräknat)	Aska	1	1
1610	Sött vetebröd saffransbröd hembakad (beräknat)	Vatten	36	36
1610	Sött vetebröd saffransbröd hembakad (beräknat)	Natrium	176	178
1610	Sött vetebröd saffransbröd hembakad (beräknat)	Selen	5,9	5,9
1610	Sött vetebröd saffransbröd hembakad (beräknat)	Zink	0,56	0,56
1610	Sött vetebröd saffransbröd hembakad (beräknat)	Vitamin A	71	73
1610	Sött vetebröd saffransbröd hembakad (beräknat)	Retinol	67	70
1610	Sött vetebröd saffransbröd hembakad (beräknat)	Tillsatt socker	7	7
1610	Sött vetebröd saffransbröd hembakad (beräknat)	Salt	0	0
1610	Sött vetebröd saffransbröd hembakad (beräknat)	Fritt socker	7	7
1610	Sött vetebröd saffransbröd hembakad (beräknat)	Vitamin C	1	1
1610	Sött vetebröd saffransbröd hembakad (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
1610	Sött vetebröd saffransbröd hembakad (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,8	1,8
1610	Sött vetebröd saffransbröd hembakad (beräknat)	Niacin	0,8	0,8
1611	Kex cream crackers	Jod		2,3
1611	Kex cream crackers	Salt	1	2

1612	Kex rån m. cremefyllning smaksatt	Monosackarider	0	0
1612	Kex rån m. cremefyllning smaksatt	Disackarider	33	33
1612	Kex rån m. cremefyllning smaksatt	Summa mättade fettsyror	28	28
1612	Kex rån m. cremefyllning smaksatt	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
1612	Kex rån m. cremefyllning smaksatt	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1612	Kex rån m. cremefyllning smaksatt	Socker totalt	33	33
1612	Kex rån m. cremefyllning smaksatt	Protein	4	4
1646	Toscabit m. mazarinmassa mandel choklad	Summa enkelomättade fettsyror	13	13
1646	Toscabit m. mazarinmassa mandel choklad	Summa mättade fettsyror	13	14
1646	Toscabit m. mazarinmassa mandel choklad	Protein	7	7
1646	Toscabit m. mazarinmassa mandel choklad	Salt	0	0
1647	Bärtårta m. grädde vaniljkräm sylt gele	Monosackarider	6	6
1647	Bärtårta m. grädde vaniljkräm sylt gele	Disackarider	16	16
1647	Bärtårta m. grädde vaniljkräm sylt gele	Summa mättade fettsyror	6	6
1647	Bärtårta m. grädde vaniljkräm sylt gele	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
1647	Bärtårta m. grädde vaniljkräm sylt gele	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1647	Bärtårta m. grädde vaniljkräm sylt gele	Protein	3	3
1647	Bärtårta m. grädde vaniljkräm sylt gele	Vitamin A	99	99
1647	Bärtårta m. grädde vaniljkräm sylt gele	Salt	0	0
1648	marsipan	Disackarider	24	24
1648	marsipan	Monosackarider	3	3
1648	marsipan	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1648	marsipan	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
1648	marsipan	Summa mättade fettsyror	7	7
1648	marsipan	Protein	4	4
1648	marsipan	Vitamin A	111	111
1648	marsipan	Salt	0	0
1649	Choklادتårta Sachertårta	Monosackarider	4	4
1649	Choklادتårta Sachertårta	Disackarider	27	27
1649	Choklادتårta Sachertårta	Summa mättade fettsyror	16	16
1649	Choklادتårta Sachertårta	Summa enkelomättade fettsyror	7	7
1649	Choklادتårta Sachertårta	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1649	Choklادتårta Sachertårta	Protein	6	6
1649	Choklادتårta Sachertårta	Vitamin A	185	186
1649	Choklادتårta Sachertårta	Salt	1	1
1650	glasyr	Disackarider	13	13
1650	glasyr	Monosackarider	2	3
1650	glasyr	Summa fleromättade fettsyror	2	2
1650	glasyr	Summa enkelomättade fettsyror	7	7
1650	glasyr	Summa mättade fettsyror	11	11
1650	glasyr	Protein	3	3
1650	glasyr	Vitamin A	258	258
1651	frukt gele	Monosackarider	4	4
1651	frukt gele	Disackarider	28	28
1651	frukt gele	Summa mättade fettsyror	2	2
1651	frukt gele	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
1651	frukt gele	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1651	frukt gele	Protein	5	5
1651	frukt gele	Vitamin A	13	13
1651	frukt gele	Salt	0	0

1652	choklad	Disackarider	44	44
1652	choklad	Monosackarider	3	4
1652	choklad	Summa fleromättade fettsyror	3	3
1652	choklad	Summa enkelomättade fettsyror	9	9
1652	choklad	Summa mättade fettsyror	15	15
1652	choklad	Socker totalt	48	48
1652	choklad	Protein	6	6
1681	Mjuk kaka sockerkaka fin (beräknat)	Myristinsyra C14:0	1,0	0,7
1681	Mjuk kaka sockerkaka fin (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
1681	Mjuk kaka sockerkaka fin (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,5	0,7
1681	Mjuk kaka sockerkaka fin (beräknat)	Socker totalt	29	29
1681	Mjuk kaka sockerkaka fin (beräknat)	Jod	7,5	7,4
1681	Mjuk kaka sockerkaka fin (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,9	2,3
1681	Mjuk kaka sockerkaka fin (beräknat)	Oljesyra C18:1	6,6	7,5
1681	Mjuk kaka sockerkaka fin (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,2	0,1
1681	Mjuk kaka sockerkaka fin (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1681	Mjuk kaka sockerkaka fin (beräknat)	Fett	20,6	20,5
1681	Mjuk kaka sockerkaka fin (beräknat)	Protein	4	4
1681	Mjuk kaka sockerkaka fin (beräknat)	β-Karoten	103	106
1681	Mjuk kaka sockerkaka fin (beräknat)	Vitamin D	1,3	1,8
1681	Mjuk kaka sockerkaka fin (beräknat)	Vitamin E	2,6	3,1
1681	Mjuk kaka sockerkaka fin (beräknat)	Vatten	25	25
1681	Mjuk kaka sockerkaka fin (beräknat)	Aska	1	1
1681	Mjuk kaka sockerkaka fin (beräknat)	Energi (kcal)	398	397
1681	Mjuk kaka sockerkaka fin (beräknat)	Kolhydrater	48	48
1681	Mjuk kaka sockerkaka fin (beräknat)	Retinol	193	199
1681	Mjuk kaka sockerkaka fin (beräknat)	Vitamin A	202	208
1681	Mjuk kaka sockerkaka fin (beräknat)	Natrium	206	213
1681	Mjuk kaka sockerkaka fin (beräknat)	Salt	1	1
1681	Mjuk kaka sockerkaka fin (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,1	1,1
1682	Mjuk kaka pepparkaka (beräknat)	Kolesterol	69	61
1682	Mjuk kaka pepparkaka (beräknat)	Monosackarider	0	0
1682	Mjuk kaka pepparkaka (beräknat)	Disackarider	26	26
1682	Mjuk kaka pepparkaka (beräknat)	Energi (kJ)	1403	1402
1682	Mjuk kaka pepparkaka (beräknat)	Summa mättade fettsyror	7	7
1682	Mjuk kaka pepparkaka (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
1682	Mjuk kaka pepparkaka (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,7	0,5
1682	Mjuk kaka pepparkaka (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
1682	Mjuk kaka pepparkaka (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,8	0,6
1682	Mjuk kaka pepparkaka (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,4	0,4
1682	Mjuk kaka pepparkaka (beräknat)	Stearinsyra C18:0	1,0	0,8
1682	Mjuk kaka pepparkaka (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	4,1	4,0
1682	Mjuk kaka pepparkaka (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,4	0,5
1682	Mjuk kaka pepparkaka (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
1682	Mjuk kaka pepparkaka (beräknat)	Socker totalt	26	26
1682	Mjuk kaka pepparkaka (beräknat)	Jod	8,8	8,7
1682	Mjuk kaka pepparkaka (beräknat)	Järn	2,3	1,3
1682	Mjuk kaka pepparkaka (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1682	Mjuk kaka pepparkaka (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
1682	Mjuk kaka pepparkaka (beräknat)	Oljesyra C18:1	4,6	5,1

1682	Mjuk kaka pepparkaka (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,3	1,5
1682	Mjuk kaka pepparkaka (beräknat)	Protein	5	5
1682	Mjuk kaka pepparkaka (beräknat)	Fett	14,8	14,7
1682	Mjuk kaka pepparkaka (beräknat)	Vitamin E	1,9	2,2
1682	Mjuk kaka pepparkaka (beräknat)	Vitamin D	1,0	1,3
1682	Mjuk kaka pepparkaka (beräknat)	β-Karoten	71	73
1682	Mjuk kaka pepparkaka (beräknat)	Kolhydrater	45	45
1682	Mjuk kaka pepparkaka (beräknat)	Energi (kcal)	335	335
1682	Mjuk kaka pepparkaka (beräknat)	Aska	1	1
1682	Mjuk kaka pepparkaka (beräknat)	Vatten	33	33
1682	Mjuk kaka pepparkaka (beräknat)	Natrium	176	180
1682	Mjuk kaka pepparkaka (beräknat)	Vitamin A	148	152
1682	Mjuk kaka pepparkaka (beräknat)	Retinol	143	146
1682	Mjuk kaka pepparkaka (beräknat)	Salt	0	0
1682	Mjuk kaka pepparkaka (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,2	1,2
1683	Mjuk kaka nötkaka (beräknat)	Disackarider	30	30
1683	Mjuk kaka nötkaka (beräknat)	Monosackarider	1	1
1683	Mjuk kaka nötkaka (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	3	3
1683	Mjuk kaka nötkaka (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	23	23
1683	Mjuk kaka nötkaka (beräknat)	Summa mättade fettsyror	3	3
1683	Mjuk kaka nötkaka (beräknat)	Protein	10	10
1683	Mjuk kaka nötkaka (beräknat)	Salt	0	0
1684	Mjuk kaka sockerkaka fin mager (beräknat)	Kolesterol	62	57
1684	Mjuk kaka sockerkaka fin mager (beräknat)	Monosackarider	0	0
1684	Mjuk kaka sockerkaka fin mager (beräknat)	Disackarider	29	29
1684	Mjuk kaka sockerkaka fin mager (beräknat)	Energi (kJ)	1222	1221
1684	Mjuk kaka sockerkaka fin mager (beräknat)	Summa mättade fettsyror	4	3
1684	Mjuk kaka sockerkaka fin mager (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
1684	Mjuk kaka sockerkaka fin mager (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,3	0,2
1684	Mjuk kaka sockerkaka fin mager (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1684	Mjuk kaka sockerkaka fin mager (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,4	0,2
1684	Mjuk kaka sockerkaka fin mager (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,2	0,2
1684	Mjuk kaka sockerkaka fin mager (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,5	0,4
1684	Mjuk kaka sockerkaka fin mager (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	2,2	2,2
1684	Mjuk kaka sockerkaka fin mager (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,2	0,3
1684	Mjuk kaka sockerkaka fin mager (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
1684	Mjuk kaka sockerkaka fin mager (beräknat)	Socker totalt	29	29
1684	Mjuk kaka sockerkaka fin mager (beräknat)	Jod	7,5	7,5
1684	Mjuk kaka sockerkaka fin mager (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1684	Mjuk kaka sockerkaka fin mager (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
1684	Mjuk kaka sockerkaka fin mager (beräknat)	Oljesyra C18:1	2,6	3,0
1684	Mjuk kaka sockerkaka fin mager (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,9	1,0
1684	Mjuk kaka sockerkaka fin mager (beräknat)	Protein	4	4
1684	Mjuk kaka sockerkaka fin mager (beräknat)	Fett	8,3	8,3
1684	Mjuk kaka sockerkaka fin mager (beräknat)	Vitamin E	1,5	1,7
1684	Mjuk kaka sockerkaka fin mager (beräknat)	Vitamin D	0,6	0,8
1684	Mjuk kaka sockerkaka fin mager (beräknat)	β-Karoten	36	37
1684	Mjuk kaka sockerkaka fin mager (beräknat)	Kolhydrater	49	49
1684	Mjuk kaka sockerkaka fin mager (beräknat)	Energi (kcal)	292	292
1684	Mjuk kaka sockerkaka fin mager (beräknat)	Aska	1	1

1684	Mjuk kaka sockerkaka fin mager (beräknat)	Vatten	37	37
1684	Mjuk kaka sockerkaka fin mager (beräknat)	Natrium	126	128
1684	Mjuk kaka sockerkaka fin mager (beräknat)	Vitamin A	93	95
1684	Mjuk kaka sockerkaka fin mager (beräknat)	Retinol	90	92
1684	Mjuk kaka sockerkaka fin mager (beräknat)	Salt	0	0
1684	Mjuk kaka sockerkaka fin mager (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,1	1,1
1685	Mjuk kaka sockerkaka saftig (beräknat)	Energi (kJ)	1334	1334
1685	Mjuk kaka sockerkaka saftig (beräknat)	Disackarider	31	31
1685	Mjuk kaka sockerkaka saftig (beräknat)	Monosackarider	0	0
1685	Mjuk kaka sockerkaka saftig (beräknat)	Kolesterol	67	62
1685	Mjuk kaka sockerkaka saftig (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	2
1685	Mjuk kaka sockerkaka saftig (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,3	0,2
1685	Mjuk kaka sockerkaka saftig (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
1685	Mjuk kaka sockerkaka saftig (beräknat)	Summa mättade fettsyror	4	4
1685	Mjuk kaka sockerkaka saftig (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	2,4	2,4
1685	Mjuk kaka sockerkaka saftig (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,6	0,5
1685	Mjuk kaka sockerkaka saftig (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,2	0,2
1685	Mjuk kaka sockerkaka saftig (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,4	0,3
1685	Mjuk kaka sockerkaka saftig (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
1685	Mjuk kaka sockerkaka saftig (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,2	0,3
1685	Mjuk kaka sockerkaka saftig (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
1685	Mjuk kaka sockerkaka saftig (beräknat)	Folat	15	15
1685	Mjuk kaka sockerkaka saftig (beräknat)	Socker totalt	32	32
1685	Mjuk kaka sockerkaka saftig (beräknat)	Vitamin B12	0,3	0,3
1685	Mjuk kaka sockerkaka saftig (beräknat)	Vitamin B6	0,0	0,0
1685	Mjuk kaka sockerkaka saftig (beräknat)	Magnesium	10,3	10,3
1685	Mjuk kaka sockerkaka saftig (beräknat)	Kalium	100	100
1685	Mjuk kaka sockerkaka saftig (beräknat)	Kalcium	126,9	126,8
1685	Mjuk kaka sockerkaka saftig (beräknat)	Järn	0,5	0,5
1685	Mjuk kaka sockerkaka saftig (beräknat)	Jod	9,7	9,6
1685	Mjuk kaka sockerkaka saftig (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,0	1,1
1685	Mjuk kaka sockerkaka saftig (beräknat)	Oljesyra C18:1	2,9	3,2
1685	Mjuk kaka sockerkaka saftig (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
1685	Mjuk kaka sockerkaka saftig (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1685	Mjuk kaka sockerkaka saftig (beräknat)	Fosfor	203	203
1685	Mjuk kaka sockerkaka saftig (beräknat)	Fibrer	1	1
1685	Mjuk kaka sockerkaka saftig (beräknat)	Fett	9,1	9,1
1685	Mjuk kaka sockerkaka saftig (beräknat)	Protein	5	5
1685	Mjuk kaka sockerkaka saftig (beräknat)	β-Karoten	41	42
1685	Mjuk kaka sockerkaka saftig (beräknat)	Vitamin D	0,8	1,0
1685	Mjuk kaka sockerkaka saftig (beräknat)	Vitamin E	1,6	1,8
1685	Mjuk kaka sockerkaka saftig (beräknat)	Vatten	30	30
1685	Mjuk kaka sockerkaka saftig (beräknat)	Aska	1	1
1685	Mjuk kaka sockerkaka saftig (beräknat)	Energi (kcal)	319	319
1685	Mjuk kaka sockerkaka saftig (beräknat)	Kolhydrater	53	53
1685	Mjuk kaka sockerkaka saftig (beräknat)	Retinol	97	100
1685	Mjuk kaka sockerkaka saftig (beräknat)	Vitamin A	101	103
1685	Mjuk kaka sockerkaka saftig (beräknat)	Zink	0,49	0,49
1685	Mjuk kaka sockerkaka saftig (beräknat)	Selen	7,0	7,0
1685	Mjuk kaka sockerkaka saftig (beräknat)	Natrium	173	175

1685	Mjuk kaka sockerkaka saftig (beräknat)	Fritt socker	30	30
1685	Mjuk kaka sockerkaka saftig (beräknat)	Salt	0	0
1685	Mjuk kaka sockerkaka saftig (beräknat)	Tillsatt socker	30	30
1685	Mjuk kaka sockerkaka saftig (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,4	1,4
1685	Mjuk kaka sockerkaka saftig (beräknat)	Vitamin C	1	1
1685	Mjuk kaka sockerkaka saftig (beräknat)	Niacin	0,3	0,3
1685	Mjuk kaka sockerkaka saftig (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
1685	Mjuk kaka sockerkaka saftig (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
1686	Kex digestive fullkorn 23%	Monosackarider	1	1
1686	Kex digestive fullkorn 23%	Disackarider	16	16
1686	Kex digestive fullkorn 23%	Summa mättade fettsyror	8	8
1686	Kex digestive fullkorn 23%	Summa enkelomättade fettsyror	8	8
1686	Kex digestive fullkorn 23%	Summa fleromättade fettsyror	2	2
1686	Kex digestive fullkorn 23%	Socker totalt	17	17
1686	Kex digestive fullkorn 23%	Protein	6	6
1686	Kex digestive fullkorn 23%	Vitamin A	0	7
1686	Kex digestive fullkorn 23%	Salt	2	2
1687	Mjuk kaka fruktkaka (beräknat)	Energi (kJ)	1621	1619
1687	Mjuk kaka fruktkaka (beräknat)	Disackarider	16	16
1687	Mjuk kaka fruktkaka (beräknat)	Monosackarider	11	11
1687	Mjuk kaka fruktkaka (beräknat)	Kolesterol	80	68
1687	Mjuk kaka fruktkaka (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	3	3
1687	Mjuk kaka fruktkaka (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,8	0,4
1687	Mjuk kaka fruktkaka (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	8	8
1687	Mjuk kaka fruktkaka (beräknat)	Summa mättade fettsyror	9	8
1687	Mjuk kaka fruktkaka (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	5,4	5,3
1687	Mjuk kaka fruktkaka (beräknat)	Stearinsyra C18:0	1,2	1,0
1687	Mjuk kaka fruktkaka (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,4	0,5
1687	Mjuk kaka fruktkaka (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,9	0,6
1687	Mjuk kaka fruktkaka (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
1687	Mjuk kaka fruktkaka (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,5	0,6
1687	Mjuk kaka fruktkaka (beräknat)	Socker totalt	27	27
1687	Mjuk kaka fruktkaka (beräknat)	Jod	16,8	16,6
1687	Mjuk kaka fruktkaka (beräknat)	Linolsyra C18:2	2,1	2,4
1687	Mjuk kaka fruktkaka (beräknat)	Oljesyra C18:1	7,8	8,6
1687	Mjuk kaka fruktkaka (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,2	0,1
1687	Mjuk kaka fruktkaka (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1687	Mjuk kaka fruktkaka (beräknat)	Fett	21,2	21,1
1687	Mjuk kaka fruktkaka (beräknat)	Protein	5	5
1687	Mjuk kaka fruktkaka (beräknat)	β-Karoten	149	152
1687	Mjuk kaka fruktkaka (beräknat)	Vitamin D	1,2	1,7
1687	Mjuk kaka fruktkaka (beräknat)	Vitamin E	4,0	4,4
1687	Mjuk kaka fruktkaka (beräknat)	Vatten	25	25
1687	Mjuk kaka fruktkaka (beräknat)	Aska	3	3
1687	Mjuk kaka fruktkaka (beräknat)	Energi (kcal)	387	387
1687	Mjuk kaka fruktkaka (beräknat)	Kolhydrater	43	43
1687	Mjuk kaka fruktkaka (beräknat)	Retinol	180	186
1687	Mjuk kaka fruktkaka (beräknat)	Vitamin A	193	199
1687	Mjuk kaka fruktkaka (beräknat)	Natrium	170	176
1687	Mjuk kaka fruktkaka (beräknat)	Salt	0	0

1687	Mjuk kaka fruktkaka (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,8	1,8
1689	Glass gräddglass fett 12%	Monosackarider	3	3
1689	Glass gräddglass fett 12%	Disackarider	17	17
1689	Glass gräddglass fett 12%	Summa mättade fettsyror	6	6
1689	Glass gräddglass fett 12%	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1689	Glass gräddglass fett 12%	Vitamin B6	0,0	0,0
1689	Glass gräddglass fett 12%	Protein	3	3
1689	Glass gräddglass fett 12%	Vitamin K	4,2	4,2
1689	Glass gräddglass fett 12%	Salt	0	0
1719	Crème fraiche fett 34%	Summa enkelomättade fettsyror	8	8
1719	Crème fraiche fett 34%	Kolhydrater	3	3
1719	Crème fraiche fett 34%	Salt	0	0
1721	Crème fraiche lätt fett 15%	Summa mättade fettsyror	10	10
1721	Crème fraiche lätt fett 15%	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1721	Crème fraiche lätt fett 15%	Kolhydrater	4	4
1721	Crème fraiche lätt fett 15%	Salt	0	0
1725	Gräddersättning pulver fett 35%	Jod		115,0
1725	Gräddersättning pulver fett 35%	Salt	0	0
1726	Gräddfilssås m. kryddgrönt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	7	7
1726	Gräddfilssås m. kryddgrönt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1726	Gräddfilssås m. kryddgrönt (beräknat)	Kolhydrater	4	4
1726	Gräddfilssås m. kryddgrönt (beräknat)	Salt	1	1
1727	Gräddfilssås fett 9% (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1387	Snigel vinbergssnäcka	Jod		6,0
1387	Snigel vinbergssnäcka	Salt	0	0
1388	Groda lår rått frysvara	Jod		6,0
1388	Groda lår rått frysvara	Salt	0	0
1389	Mussla konserv. m. lag	Jod		170,0
1389	Mussla konserv. m. lag	Salt	1	1
1390	Mussla konserv. u. lag	Summa mättade fettsyror	0	0
1390	Mussla konserv. u. lag	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
1390	Mussla konserv. u. lag	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1390	Mussla konserv. u. lag	Protein	17	17
1390	Mussla konserv. u. lag	Vitamin K	9,1	9,1
1390	Mussla konserv. u. lag	Salt	1	1
1391	Ostron konserv. m. lag	Jod		85,0
1420	Fiskbuljong pasta el. pulver lågsalt storhushåll	Salt	34	34
1421	vatten smör typ Smögen	Summa mättade fettsyror	4	4
1421	vatten smör typ Smögen	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1421	vatten smör typ Smögen	Protein	3	3
1421	vatten smör typ Smögen	Salt	1	1
1422	Fiskbuljong ätf.	Salt	1	1
1423	Gris blod rått	Salt	1	1
1424	Nöt blod rått	Jod		5,0
1424	Nöt blod rått	Salt	1	1
1426	Blodpudding blodkorv fett 19%	Salt	1	1
1427	Blodpalt	Jod		35,0
1427	Blodpalt	Salt	1	1
1458	Nöt lever panerad stekt (beräknat)	Socker totalt	0	0
1458	Nöt lever panerad stekt (beräknat)	Jod	17,7	17,7

1458	Nöt lever panerad stekt (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1458	Nöt lever panerad stekt (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
1458	Nöt lever panerad stekt (beräknat)	Oljesyra C18:1	3,1	3,1
1458	Nöt lever panerad stekt (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,1	1,2
1458	Nöt lever panerad stekt (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,3	0,3
1458	Nöt lever panerad stekt (beräknat)	Protein	23	23
1458	Nöt lever panerad stekt (beräknat)	Fett	7,9	8,0
1458	Nöt lever panerad stekt (beräknat)	Fosfor	393	393
1458	Nöt lever panerad stekt (beräknat)	Vitamin E	2,0	2,1
1458	Nöt lever panerad stekt (beräknat)	Vitamin D	0,3	0,3
1458	Nöt lever panerad stekt (beräknat)	β-Karoten	1051	1048
1458	Nöt lever panerad stekt (beräknat)	Vatten	55	55
1458	Nöt lever panerad stekt (beräknat)	Aska	2	2
1458	Nöt lever panerad stekt (beräknat)	Kolhydrater	12	12
1458	Nöt lever panerad stekt (beräknat)	Natrium	259	256
1458	Nöt lever panerad stekt (beräknat)	Vitamin A	15685	15679
1458	Nöt lever panerad stekt (beräknat)	Retinol	15597	15592
1458	Nöt lever panerad stekt (beräknat)	Salt	1	1
1458	Nöt lever panerad stekt (beräknat)	Niacinekvalenter	16,6	16,6
1459	Nöt lever stekt (beräknat)	Avfall (skal etc.)	9	7
1459	Nöt lever stekt (beräknat)	Salt	1	1
1460	Nöt oxtunga rimmad kokt	Energi (kcal)	292	292
1460	Nöt oxtunga rimmad kokt	Energi (kJ)	1220	1220
1460	Nöt oxtunga rimmad kokt	Jod		29,4
1461	Lever stuvad hemlagad	Jod		50,0
1461	Lever stuvad hemlagad	Salt	1	1
1462	Gryta m. kalvhjärta grönsaker (beräknat)	Energi (kcal)	85	86
1462	Gryta m. kalvhjärta grönsaker (beräknat)	Disackarider	1	1
1462	Gryta m. kalvhjärta grönsaker (beräknat)	Energi (kJ)	358	359
1462	Gryta m. kalvhjärta grönsaker (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
1462	Gryta m. kalvhjärta grönsaker (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
1462	Gryta m. kalvhjärta grönsaker (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
1462	Gryta m. kalvhjärta grönsaker (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1462	Gryta m. kalvhjärta grönsaker (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,1	0,1
1462	Gryta m. kalvhjärta grönsaker (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
1462	Gryta m. kalvhjärta grönsaker (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,5	0,5
1462	Gryta m. kalvhjärta grönsaker (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,7	0,7
1462	Gryta m. kalvhjärta grönsaker (beräknat)	Socker totalt	3	3
1462	Gryta m. kalvhjärta grönsaker (beräknat)	Jod	1,3	1,3
1462	Gryta m. kalvhjärta grönsaker (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1462	Gryta m. kalvhjärta grönsaker (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
1462	Gryta m. kalvhjärta grönsaker (beräknat)	Oljesyra C18:1	1,8	1,8
1462	Gryta m. kalvhjärta grönsaker (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,4	0,4
1462	Gryta m. kalvhjärta grönsaker (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
1462	Gryta m. kalvhjärta grönsaker (beräknat)	Protein	7	7
1462	Gryta m. kalvhjärta grönsaker (beräknat)	Fett	4,6	4,7
1462	Gryta m. kalvhjärta grönsaker (beräknat)	Fosfor	76	76
1462	Gryta m. kalvhjärta grönsaker (beräknat)	Vitamin E	0,6	0,7
1462	Gryta m. kalvhjärta grönsaker (beräknat)	Vitamin D	0,4	0,4
1462	Gryta m. kalvhjärta grönsaker (beräknat)	β-Karoten	1361	1359

1462	Gryta m. kalvhjärta grönsaker (beräknat)	Vatten	83	83
1462	Gryta m. kalvhjärta grönsaker (beräknat)	Aska	1	1
1462	Gryta m. kalvhjärta grönsaker (beräknat)	Kolhydrater	4	4
1462	Gryta m. kalvhjärta grönsaker (beräknat)	Natrium	167	166
1462	Gryta m. kalvhjärta grönsaker (beräknat)	Vitamin A	141	139
1462	Gryta m. kalvhjärta grönsaker (beräknat)	Retinol	7	5
1462	Gryta m. kalvhjärta grönsaker (beräknat)	Salt	0	0
1462	Gryta m. kalvhjärta grönsaker (beräknat)	Niacinekvivalenter	4,6	4,6
1463	Korvkaka (beräknat)	Energi (kJ)	492	493
1463	Korvkaka (beräknat)	Disackarider	2	2
1463	Korvkaka (beräknat)	Monosackarider	4	4
1463	Korvkaka (beräknat)	Kolesterol	77	77
1463	Korvkaka (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1463	Korvkaka (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
1463	Korvkaka (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
1463	Korvkaka (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
1463	Korvkaka (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,5	0,5
1463	Korvkaka (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,2	0,2
1463	Korvkaka (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
1463	Korvkaka (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,1	0,1
1463	Korvkaka (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
1463	Korvkaka (beräknat)	EPA (C20:5)	0,0	0,0
1463	Korvkaka (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,1	0,1
1463	Korvkaka (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
1463	Korvkaka (beräknat)	Folat	250	250
1463	Korvkaka (beräknat)	Socker totalt	6	6
1463	Korvkaka (beräknat)	Vitamin B12	10,6	10,6
1463	Korvkaka (beräknat)	Vitamin B6	0,2	0,2
1463	Korvkaka (beräknat)	Fullkorn totalt	5	5
1463	Korvkaka (beräknat)	Magnesium	17,2	17,2
1463	Korvkaka (beräknat)	Kalium	174	174
1463	Korvkaka (beräknat)	Kalcium	54,7	54,7
1463	Korvkaka (beräknat)	Järn	2,8	2,8
1463	Korvkaka (beräknat)	Jod	26,6	26,6
1463	Korvkaka (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
1463	Korvkaka (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,4	0,4
1463	Korvkaka (beräknat)	Oljesyra C18:1	1,0	1,0
1463	Korvkaka (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
1463	Korvkaka (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1463	Korvkaka (beräknat)	Fosfor	142	142
1463	Korvkaka (beräknat)	Fibrer	1	1
1463	Korvkaka (beräknat)	Fett	2,9	3,0
1463	Korvkaka (beräknat)	Protein	7	7
1463	Korvkaka (beräknat)	β-Karoten	89	89
1463	Korvkaka (beräknat)	Vitamin D	0,5	0,5
1463	Korvkaka (beräknat)	Vitamin E	0,8	0,8
1463	Korvkaka (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
1463	Korvkaka (beräknat)	Vatten	73	73
1463	Korvkaka (beräknat)	Aska	1	1
1463	Korvkaka (beräknat)	Energi (kcal)	118	118

1463	Korvkaka (beräknat)	Kolhydrater	15	15
1463	Korvkaka (beräknat)	Retinol	2359	2357
1463	Korvkaka (beräknat)	Vitamin A	2366	2365
1463	Korvkaka (beräknat)	Zink	1,41	1,41
1463	Korvkaka (beräknat)	Selen	7,8	7,8
1463	Korvkaka (beräknat)	Natrium	168	167
1463	Korvkaka (beräknat)	Fritt socker	1	1
1463	Korvkaka (beräknat)	Salt	0	0
1463	Korvkaka (beräknat)	Tillsatt socker	1	1
1463	Korvkaka (beräknat)	Niacin	2,6	2,6
1463	Korvkaka (beräknat)	Niacinekvivalenter	3,9	3,9
1463	Korvkaka (beräknat)	Riboflavin	0,8	0,8
1463	Korvkaka (beräknat)	Vitamin C	5	5
1464	Leversauté kyckling (beräknat)	Kolesterol	219	218
1464	Leversauté kyckling (beräknat)	Monosackarider	0	0
1464	Leversauté kyckling (beräknat)	Disackarider	1	1
1464	Leversauté kyckling (beräknat)	Energi (kJ)	602	587
1464	Leversauté kyckling (beräknat)	Summa mättade fettsyror	3	3
1464	Leversauté kyckling (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	4	3
1464	Leversauté kyckling (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,3	0,3
1464	Leversauté kyckling (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
1464	Leversauté kyckling (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,4	0,4
1464	Leversauté kyckling (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,1	0,1
1464	Leversauté kyckling (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,7	0,7
1464	Leversauté kyckling (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,7	1,6
1464	Leversauté kyckling (beräknat)	DHA (C22:6)	0,1	0,1
1464	Leversauté kyckling (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,1	0,1
1464	Leversauté kyckling (beräknat)	EPA (C20:5)	0,1	0,1
1464	Leversauté kyckling (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
1464	Leversauté kyckling (beräknat)	Vitamin B6	0,2	0,2
1464	Leversauté kyckling (beräknat)	Vitamin B12	7,6	7,6
1464	Leversauté kyckling (beräknat)	Socker totalt	1	1
1464	Leversauté kyckling (beräknat)	Folat	312	313
1464	Leversauté kyckling (beräknat)	Jod	25,3	25,4
1464	Leversauté kyckling (beräknat)	Järn	3,6	3,6
1464	Leversauté kyckling (beräknat)	Kalcium	18,9	19,6
1464	Leversauté kyckling (beräknat)	Kalium	125	126
1464	Leversauté kyckling (beräknat)	Magnesium	14,6	14,7
1464	Leversauté kyckling (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1464	Leversauté kyckling (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
1464	Leversauté kyckling (beräknat)	Oljesyra C18:1	3,3	3,2
1464	Leversauté kyckling (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,0	1,1
1464	Leversauté kyckling (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,3	0,3
1464	Leversauté kyckling (beräknat)	Protein	11	11
1464	Leversauté kyckling (beräknat)	Alkohol	0,1	0,1
1464	Leversauté kyckling (beräknat)	Fett	9,6	9,2
1464	Leversauté kyckling (beräknat)	Fibrer	1	1
1464	Leversauté kyckling (beräknat)	Fosfor	178	179
1464	Leversauté kyckling (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
1464	Leversauté kyckling (beräknat)	Vitamin E	2,3	2,4

1464	Leversauté kyckling (beräknat)	Vitamin D	0,4	0,4
1464	Leversauté kyckling (beräknat)	β-Karoten	38	30
1464	Leversauté kyckling (beräknat)	Kolhydrater	4	4
1464	Leversauté kyckling (beräknat)	Energi (kcal)	144	140
1464	Leversauté kyckling (beräknat)	Aska	2	2
1464	Leversauté kyckling (beräknat)	Vatten	73	74
1464	Leversauté kyckling (beräknat)	Natrium	589	587
1464	Leversauté kyckling (beräknat)	Selen	26,1	26,2
1464	Leversauté kyckling (beräknat)	Zink	1,31	1,32
1464	Leversauté kyckling (beräknat)	Vitamin A	4533	4527
1464	Leversauté kyckling (beräknat)	Retinol	4530	4525
1464	Leversauté kyckling (beräknat)	Tillsatt socker	0	0
1464	Leversauté kyckling (beräknat)	Salt	1	1
1464	Leversauté kyckling (beräknat)	Fritt socker	0	0
1464	Leversauté kyckling (beräknat)	Vitamin C	17	17
1464	Leversauté kyckling (beräknat)	Riboflavin	0,9	0,9
1464	Leversauté kyckling (beräknat)	Niacinekvivalenter	8,3	8,3
1464	Leversauté kyckling (beräknat)	Niacin	6,3	6,3
1465	Gryta levergryta nöt (beräknat)	Energi (kJ)	649	633
1465	Gryta levergryta nöt (beräknat)	Disackarider	1	1
1465	Gryta levergryta nöt (beräknat)	Monosackarider	1	1
1465	Gryta levergryta nöt (beräknat)	Kolesterol	171	169
1465	Gryta levergryta nöt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1465	Gryta levergryta nöt (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,3	0,3
1465	Gryta levergryta nöt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
1465	Gryta levergryta nöt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	3	3
1465	Gryta levergryta nöt (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,7	1,6
1465	Gryta levergryta nöt (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,7	0,7
1465	Gryta levergryta nöt (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,1	0,1
1465	Gryta levergryta nöt (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,4	0,4
1465	Gryta levergryta nöt (beräknat)	DPA (C22:5)	0,1	0,1
1465	Gryta levergryta nöt (beräknat)	EPA (C20:5)	0,0	0,0
1465	Gryta levergryta nöt (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,1	0,1
1465	Gryta levergryta nöt (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
1465	Gryta levergryta nöt (beräknat)	Folat	797	798
1465	Gryta levergryta nöt (beräknat)	Socker totalt	2	2
1465	Gryta levergryta nöt (beräknat)	Vitamin B12	29,2	29,2
1465	Gryta levergryta nöt (beräknat)	Vitamin B6	0,3	0,3
1465	Gryta levergryta nöt (beräknat)	Magnesium	25,5	25,6
1465	Gryta levergryta nöt (beräknat)	Kalium	173	174
1465	Gryta levergryta nöt (beräknat)	Kalcium	39,7	40,3
1465	Gryta levergryta nöt (beräknat)	Järn	5,1	5,2
1465	Gryta levergryta nöt (beräknat)	Jod	34,0	34,1
1465	Gryta levergryta nöt (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,3	0,3
1465	Gryta levergryta nöt (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,8	0,8
1465	Gryta levergryta nöt (beräknat)	Oljesyra C18:1	2,9	2,8
1465	Gryta levergryta nöt (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
1465	Gryta levergryta nöt (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1465	Gryta levergryta nöt (beräknat)	Fosfor	218	219
1465	Gryta levergryta nöt (beräknat)	Fibrer	1	1

1465	Gryta levergryta nöt (beräknat)	Fett	8,8	8,3
1465	Gryta levergryta nöt (beräknat)	Protein	12	12
1465	Gryta levergryta nöt (beräknat)	β-Karoten	565	558
1465	Gryta levergryta nöt (beräknat)	Vitamin D	0,4	0,3
1465	Gryta levergryta nöt (beräknat)	Vitamin E	1,3	1,4
1465	Gryta levergryta nöt (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
1465	Gryta levergryta nöt (beräknat)	Vatten	70	70
1465	Gryta levergryta nöt (beräknat)	Aska	2	2
1465	Gryta levergryta nöt (beräknat)	Energi (kcal)	155	151
1465	Gryta levergryta nöt (beräknat)	Kolhydrater	7	7
1465	Gryta levergryta nöt (beräknat)	Retinol	7550	7549
1465	Gryta levergryta nöt (beräknat)	Vitamin A	7597	7595
1465	Gryta levergryta nöt (beräknat)	Zink	2,26	2,27
1465	Gryta levergryta nöt (beräknat)	Selen	8,6	8,6
1465	Gryta levergryta nöt (beräknat)	Natrium	492	490
1465	Gryta levergryta nöt (beräknat)	Salt	1	1
1465	Gryta levergryta nöt (beräknat)	Niacin	6,0	6,0
1465	Gryta levergryta nöt (beräknat)	Niacinekvivalenter	8,2	8,3
1465	Gryta levergryta nöt (beräknat)	Riboflavin	1,6	1,6
1465	Gryta levergryta nöt (beräknat)	Vitamin C	17	17
1466	Njursauté (beräknat)	Kolesterol	194	193
1466	Njursauté (beräknat)	Monosackarider	0	0
1466	Njursauté (beräknat)	Disackarider	1	1
1466	Njursauté (beräknat)	Energi (kJ)	544	531
1466	Njursauté (beräknat)	Summa mättade fettsyror	3	3
1466	Njursauté (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
1466	Njursauté (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,2	0,2
1466	Njursauté (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1466	Njursauté (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,4	0,3
1466	Njursauté (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,1	0,1
1466	Njursauté (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,8	0,8
1466	Njursauté (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,6	1,5
1466	Njursauté (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,1	0,1
1466	Njursauté (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
1466	Njursauté (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
1466	Njursauté (beräknat)	Vitamin B12	10,6	10,7
1466	Njursauté (beräknat)	Socker totalt	1	1
1466	Njursauté (beräknat)	Folat	25	25
1466	Njursauté (beräknat)	Jod		23,5
1466	Njursauté (beräknat)	Järn	2,8	2,8
1466	Njursauté (beräknat)	Kalcium	23,1	23,6
1466	Njursauté (beräknat)	Kalium	123	124
1466	Njursauté (beräknat)	Magnesium	14,9	15,0
1466	Njursauté (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1466	Njursauté (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
1466	Njursauté (beräknat)	Oljesyra C18:1	3,0	2,9
1466	Njursauté (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,8	0,9
1466	Njursauté (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,3	0,3
1466	Njursauté (beräknat)	Protein	9	9
1466	Njursauté (beräknat)	Alkohol	0,1	0,1

1501	Korv varmkorv kokt kött ca 53%	Protein	10	10
1501	Korv varmkorv kokt kött ca 53%	Vitamin K	9,8	9,8
1501	Korv varmkorv kokt kött ca 53%	Salt	2	2
1503	Korv wienerkorv kött 73%	Energi (kJ)	1084	1084
1503	Korv wienerkorv kött 73%	Jod		0,0
1503	Korv wienerkorv kött 73%	Energi (kcal)	259	259
1503	Korv wienerkorv kött 73%	Salt	2	2
1508	Korv grillkorv kött 32-35%	Energi (kJ)	898	898
1508	Korv grillkorv kött 32-35%	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1508	Korv grillkorv kött 32-35%	Summa enkelomättade fettsyror	7	7
1508	Korv grillkorv kött 32-35%	Summa mättade fettsyror	6	6
1508	Korv grillkorv kött 32-35%	Jod		0,0
1508	Korv grillkorv kött 32-35%	Energi (kcal)	215	215
1509	Korv isterband fermenterad kött 59%	Summa mättade fettsyror	9	9
1509	Korv isterband fermenterad kött 59%	Summa enkelomättade fettsyror	11	11
1509	Korv isterband fermenterad kött 59%	Summa fleromättade fettsyror	2	2
1511	Korv middagskorv fett ca 15% kött 52%	Energi (kJ)	791	791
1511	Korv middagskorv fett ca 15% kött 52%	Jod		0,0
1511	Korv middagskorv fett ca 15% kött 52%	Energi (kcal)	189	189
1511	Korv middagskorv fett ca 15% kött 52%	Salt	2	2
1512	Korv wienerkorv mager kött 73%	Energi (kJ)	822	822
1512	Korv wienerkorv mager kött 73%	Jod		0,0
1512	Korv wienerkorv mager kött 73%	Energi (kcal)	196	196
1513	Korv chorizo stekt kött 73%	Disackarider	0	0
1513	Korv chorizo stekt kött 73%	Monosackarider	0	0
1513	Korv chorizo stekt kött 73%	Summa fleromättade fettsyror	2	2
1513	Korv chorizo stekt kött 73%	Summa enkelomättade fettsyror	11	11
1513	Korv chorizo stekt kött 73%	Summa mättade fettsyror	9	9
1513	Korv chorizo stekt kött 73%	Vitamin A	11	18
1513	Korv chorizo stekt kött 73%	Salt	3	3
1514	Korv kabanoss stekt kött 80%	Monosackarider	1	1
1514	Korv kabanoss stekt kött 80%	Disackarider	0	0
1514	Korv kabanoss stekt kött 80%	Summa mättade fettsyror	12	12
1514	Korv kabanoss stekt kött 80%	Summa enkelomättade fettsyror	15	15
1514	Korv kabanoss stekt kött 80%	Summa fleromättade fettsyror	3	3
1514	Korv kabanoss stekt kött 80%	Socker totalt	1	1
1514	Korv kabanoss stekt kött 80%	Protein	18	18
1514	Korv kabanoss stekt kött 80%	Vitamin A	6	14
1514	Korv kabanoss stekt kött 80%	Salt	3	3
1554	Pressylta	Jod		2,6
1554	Pressylta	Energi (kcal)	305	305
1554	Pressylta	Salt	2	2
1555	Hushållssylta	Energi (kJ)	600	600
1555	Hushållssylta	Jod		2,6
1555	Hushållssylta	Energi (kcal)	143	143
1555	Hushållssylta	Salt	2	2
1557	Cashewnötter rostade u. salt	Disackarider	6	6
1557	Cashewnötter rostade u. salt	Energi (kJ)	2499	2498
1557	Cashewnötter rostade u. salt	Kolhydrater	19	19
1557	Cashewnötter rostade u. salt	Salt	0	0

1558	Hasselnötter	Disackarider	2	3
1558	Hasselnötter	Monosackarider	1	1
1558	Hasselnötter	Summa fleromättade fettsyror	6	6
1558	Hasselnötter	Summa enkelomättade fettsyror	51	51
1558	Hasselnötter	Summa mättade fettsyror	5	5
1558	Hasselnötter	Protein	13	13
1558	Hasselnötter	Vitamin K	6,6	6,6
1559	Jordnötssmör	Salt	1	1
1560	Jordnötter torkade	Salt	0	0
1561	Jordnötter rostade	Disackarider	5	5
1561	Jordnötter rostade	Summa mättade fettsyror	6	6
1561	Jordnötter rostade	Summa enkelomättade fettsyror	37	37
1561	Jordnötter rostade	Protein	22	22
1561	Jordnötter rostade	Salt	0	0
1562	Jordnötter rostade saltade	Disackarider	5	5
1562	Jordnötter rostade saltade	Summa enkelomättade fettsyror	37	37
1562	Jordnötter rostade saltade	Summa mättade fettsyror	6	6
1562	Jordnötter rostade saltade	Protein	22	22
1562	Jordnötter rostade saltade	Vitamin K	0,2	0,3
1563	Kastanjer	Jod		0,0
1563	Kastanjer	Salt	0	0
1564	Kokosflingor	Disackarider	5	5
1564	Kokosflingor	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1564	Kokosflingor	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
1564	Kokosflingor	Summa mättade fettsyror	61	61
1564	Kokosflingor	Protein	6	6
1564	Kokosflingor	Salt	0	0
1593	Sesamdryck vattenextrakt av frön u. skal	Jod		1,0
1593	Sesamdryck vattenextrakt av frön u. skal	Salt	0	0
1595	Skorpor råg	Jod		0,0
1595	Skorpor råg	Salt	1	1
1597	Skorpor vete osötade	Jod		3,0
1597	Skorpor vete osötade	Salt	1	1
1598	Sött vetebröd	Jod		3,3
1599	Sött vetebröd slätt	Salt	1	1
1600	Sött vetebröd sötat m. fruktsocker	Jod		3,3
1600	Sött vetebröd sötat m. fruktsocker	Salt	0	0
1601	Vetebröd osötat	Jod		3,3
1601	Vetebröd osötat	Salt	0	0
1602	Sött vetebröd m. fyllning bulle längd	Monosackarider	7	8
1602	Sött vetebröd m. fyllning bulle längd	Disackarider	10	11
1602	Sött vetebröd m. fyllning bulle längd	Summa mättade fettsyror	4	4
1602	Sött vetebröd m. fyllning bulle längd	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
1602	Sött vetebröd m. fyllning bulle längd	Summa fleromättade fettsyror	2	2
1602	Sött vetebröd m. fyllning bulle längd	Socker totalt	18	18
1602	Sött vetebröd m. fyllning bulle längd	Vitamin A	99	99
1602	Sött vetebröd m. fyllning bulle längd	Salt	0	1
1603	Skorpor vete	Disackarider	3	3
1603	Skorpor vete	Monosackarider	7	7
1603	Skorpor vete	Summa fleromättade fettsyror	2	2

1603	Skorpor vete	Summa enkelomättade fettsyror	6	6
1603	Skorpor vete	Summa mättade fettsyror	1	1
1603	Skorpor vete	Socker totalt	10	10
1603	Skorpor vete	Protein	10	10
1603	Skorpor vete	Vitamin A	29	29
1603	Skorpor vete	Salt	1	1
1604	Skorpor fullkorn osötade	Monosackarider	1	1
1604	Skorpor fullkorn osötade	Disackarider	5	5
1604	Skorpor fullkorn osötade	Summa mättade fettsyror	1	1
1604	Skorpor fullkorn osötade	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
1604	Skorpor fullkorn osötade	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1604	Skorpor fullkorn osötade	Socker totalt	5	5
1633	Kex smörgåsrån	Vitamin B6	0,0	0,1
1636	Glasstrut våffla ofyllt	Disackarider	25	25
1636	Glasstrut våffla ofyllt	Monosackarider	0	0
1636	Glasstrut våffla ofyllt	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1636	Glasstrut våffla ofyllt	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
1636	Glasstrut våffla ofyllt	Summa mättade fettsyror	5	5
1636	Glasstrut våffla ofyllt	Protein	6	6
1636	Glasstrut våffla ofyllt	Vitamin A	0	0
1636	Glasstrut våffla ofyllt	Salt	1	1
1637	Småkakor u. socker	Jod		2,0
1637	Småkakor u. socker	Salt	1	1
1638	Mandelbiskvi (beräknat)	Salt	0	0
1639	Deg mördeg gräddad (beräknat)	Kolesterol	74	52
1639	Deg mördeg gräddad (beräknat)	Monosackarider	0	0
1639	Deg mördeg gräddad (beräknat)	Disackarider	10	10
1639	Deg mördeg gräddad (beräknat)	Energi (kJ)	2109	2105
1639	Deg mördeg gräddad (beräknat)	Summa mättade fettsyror	17	15
1639	Deg mördeg gräddad (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	11	12
1639	Deg mördeg gräddad (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	1,5	0,9
1639	Deg mördeg gräddad (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	5	6
1639	Deg mördeg gräddad (beräknat)	Myristinsyra C14:0	1,8	1,2
1639	Deg mördeg gräddad (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,9	0,9
1639	Deg mördeg gräddad (beräknat)	Stearinsyra C18:0	2,1	1,7
1639	Deg mördeg gräddad (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	9,8	9,6
1639	Deg mördeg gräddad (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,9	1,2
1639	Deg mördeg gräddad (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
1639	Deg mördeg gräddad (beräknat)	Socker totalt	10	10
1639	Deg mördeg gräddad (beräknat)	Jod	3,9	3,6
1639	Deg mördeg gräddad (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,1	0,0
1639	Deg mördeg gräddad (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,3	0,2
1639	Deg mördeg gräddad (beräknat)	Oljesyra C18:1	10,9	12,5
1639	Deg mördeg gräddad (beräknat)	Linolsyra C18:2	3,1	3,8
1639	Deg mördeg gräddad (beräknat)	Protein	5	5
1639	Deg mördeg gräddad (beräknat)	Fett	34,2	34,1
1639	Deg mördeg gräddad (beräknat)	Vitamin E	3,5	4,4
1639	Deg mördeg gräddad (beräknat)	Vitamin D	2,0	2,9
1639	Deg mördeg gräddad (beräknat)	β-Karoten	180	186
1639	Deg mördeg gräddad (beräknat)	Kolhydrater	44	44

1639	Deg mördeg gräddad (beräknat)	Energi (kcal)	504	503
1639	Deg mördeg gräddad (beräknat)	Aska	1	1
1639	Deg mördeg gräddad (beräknat)	Vatten	14	14
1639	Deg mördeg gräddad (beräknat)	Natrium	218	230
1639	Deg mördeg gräddad (beräknat)	Vitamin A	311	322
1639	Deg mördeg gräddad (beräknat)	Retinol	295	306
1639	Deg mördeg gräddad (beräknat)	Salt	1	1
1639	Deg mördeg gräddad (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,2	1,2
1640	Deg smördeg gräddad (beräknat)	Energi (kJ)	1800	1798
1640	Deg smördeg gräddad (beräknat)	Disackarider	18	18
1640	Deg smördeg gräddad (beräknat)	Monosackarider	0	0
1640	Deg smördeg gräddad (beräknat)	Kolesterol	59	46
1640	Deg smördeg gräddad (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	3	4
1640	Deg smördeg gräddad (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,9	0,5
1640	Deg smördeg gräddad (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	7	7
1640	Deg smördeg gräddad (beräknat)	Summa mättade fettsyror	10	9
1640	Deg smördeg gräddad (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	5,9	5,8
1640	Deg smördeg gräddad (beräknat)	Stearinsyra C18:0	1,3	1,0
1640	Deg smördeg gräddad (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,5	0,5
1640	Deg smördeg gräddad (beräknat)	Myristinsyra C14:0	1,1	0,7
1640	Deg smördeg gräddad (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
1640	Deg smördeg gräddad (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,6	0,7
1640	Deg smördeg gräddad (beräknat)	Socker totalt	18	18
1640	Deg smördeg gräddad (beräknat)	Jod	24,3	24,1
1640	Deg smördeg gräddad (beräknat)	Linolsyra C18:2	2,0	2,4
1640	Deg smördeg gräddad (beräknat)	Oljesyra C18:1	6,6	7,5
1640	Deg smördeg gräddad (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,2	0,1
1640	Deg smördeg gräddad (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1640	Deg smördeg gräddad (beräknat)	Fett	20,9	20,9
1640	Deg smördeg gräddad (beräknat)	Protein	6	6
1640	Deg smördeg gräddad (beräknat)	β-Karoten	107	111
1640	Deg smördeg gräddad (beräknat)	Vitamin D	1,3	1,8
1640	Deg smördeg gräddad (beräknat)	Vitamin E	2,4	2,9
1640	Deg smördeg gräddad (beräknat)	Vatten	17	17
1640	Deg smördeg gräddad (beräknat)	Aska	1	1
1640	Deg smördeg gräddad (beräknat)	Energi (kcal)	430	430
1640	Deg smördeg gräddad (beräknat)	Kolhydrater	54	54
1640	Deg smördeg gräddad (beräknat)	Retinol	184	190
1640	Deg smördeg gräddad (beräknat)	Vitamin A	193	199
1640	Deg smördeg gräddad (beräknat)	Natrium	290	297
1640	Deg smördeg gräddad (beräknat)	Salt	1	1
1640	Deg smördeg gräddad (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,5	1,5
1641	Deg smördeg frysvara	Jod		1,0
1641	Deg smördeg frysvara	Salt	0	0
1642	Deg filodeg kylvara el. frysvara	Vitamin A	0	0
1645	Gräddtårta	Jod		4,0
1645	Gräddtårta	Salt	0	0
1646	Toscabit m. mazarinmassa mandel choklad	Disackarider	30	30
1646	Toscabit m. mazarinmassa mandel choklad	Summa fleromättade fettsyror	4	4
1667	Petit-choux u. fyllning (beräknat)	Salt	0	0

1667	Petit-choux u. fyllning (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,5	1,5
1668	Semla vetebulle fylld m. mandelmassa vispad grädde hemlagad (beräknat)	Kolesterol	36	33
1668	Semla vetebulle fylld m. mandelmassa vispad grädde hemlagad (beräknat)	Monosackarider	0	0
1668	Semla vetebulle fylld m. mandelmassa vispad grädde hemlagad (beräknat)	Disackarider	11	11
1668	Semla vetebulle fylld m. mandelmassa vispad grädde hemlagad (beräknat)	Energi (kJ)	1239	1239
1668	Semla vetebulle fylld m. mandelmassa vispad grädde hemlagad (beräknat)	Summa mättade fettsyror	6	6
1668	Semla vetebulle fylld m. mandelmassa vispad grädde hemlagad (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	4	5
1668	Semla vetebulle fylld m. mandelmassa vispad grädde hemlagad (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,6	0,5
1668	Semla vetebulle fylld m. mandelmassa vispad grädde hemlagad (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
1668	Semla vetebulle fylld m. mandelmassa vispad grädde hemlagad (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,8	0,7
1668	Semla vetebulle fylld m. mandelmassa vispad grädde hemlagad (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,3	0,3
1668	Semla vetebulle fylld m. mandelmassa vispad grädde hemlagad (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,9	0,8
1668	Semla vetebulle fylld m. mandelmassa vispad grädde hemlagad (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	3,2	3,2
1668	Semla vetebulle fylld m. mandelmassa vispad grädde hemlagad (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
1668	Semla vetebulle fylld m. mandelmassa vispad grädde hemlagad (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,2	0,2
1668	Semla vetebulle fylld m. mandelmassa vispad grädde hemlagad (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
1668	Semla vetebulle fylld m. mandelmassa vispad grädde hemlagad (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
1668	Semla vetebulle fylld m. mandelmassa vispad grädde hemlagad (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
1668	Semla vetebulle fylld m. mandelmassa vispad grädde hemlagad (beräknat)	Vitamin B12	0,3	0,3
1668	Semla vetebulle fylld m. mandelmassa vispad grädde hemlagad (beräknat)	Socker totalt	11	11
1668	Semla vetebulle fylld m. mandelmassa vispad grädde hemlagad (beräknat)	Folat	43	43
1668	Semla vetebulle fylld m. mandelmassa vispad grädde hemlagad (beräknat)	Jod	18,4	18,3
1668	Semla vetebulle fylld m. mandelmassa vispad grädde hemlagad (beräknat)	Järn	0,6	0,6
1668	Semla vetebulle fylld m. mandelmassa vispad grädde hemlagad (beräknat)	Kalcium	57,1	57,1
1668	Semla vetebulle fylld m. mandelmassa vispad grädde hemlagad (beräknat)	Kalium	161	161
1668	Semla vetebulle fylld m. mandelmassa vispad grädde hemlagad (beräknat)	Magnesium	26,0	26,0
1668	Semla vetebulle fylld m. mandelmassa vispad grädde hemlagad (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1668	Semla vetebulle fylld m. mandelmassa vispad grädde hemlagad (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,2	0,1
1668	Semla vetebulle fylld m. mandelmassa vispad grädde hemlagad (beräknat)	Oljesyra C18:1	4,2	4,4
1668	Semla vetebulle fylld m. mandelmassa vispad grädde hemlagad (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,2	1,3
1668	Semla vetebulle fylld m. mandelmassa vispad grädde hemlagad (beräknat)	Protein	6	6

1668	Semla vetebulle fylld m. mandelmassa vispad grädde hemlagad (beräknat)	Fett	12,9	12,9
1668	Semla vetebulle fylld m. mandelmassa vispad grädde hemlagad (beräknat)	Fibrer	2	2
1668	Semla vetebulle fylld m. mandelmassa vispad grädde hemlagad (beräknat)	Fosfor	115	115
1668	Semla vetebulle fylld m. mandelmassa vispad grädde hemlagad (beräknat)	Vitamin E	2,0	2,1
1668	Semla vetebulle fylld m. mandelmassa vispad grädde hemlagad (beräknat)	Vitamin D	1,1	1,4
1668	Semla vetebulle fylld m. mandelmassa vispad grädde hemlagad (beräknat)	β-Karoten	66	67
1668	Semla vetebulle fylld m. mandelmassa vispad grädde hemlagad (beräknat)	Kolhydrater	38	38
1668	Semla vetebulle fylld m. mandelmassa vispad grädde hemlagad (beräknat)	Energi (kcal)	296	296
1668	Semla vetebulle fylld m. mandelmassa vispad grädde hemlagad (beräknat)	Aska	1	1
1668	Semla vetebulle fylld m. mandelmassa vispad grädde hemlagad (beräknat)	Vatten	40	40
1668	Semla vetebulle fylld m. mandelmassa vispad grädde hemlagad (beräknat)	Natrium	147	148
1668	Semla vetebulle fylld m. mandelmassa vispad grädde hemlagad (beräknat)	Selen	5,5	5,5
1668	Semla vetebulle fylld m. mandelmassa vispad grädde hemlagad (beräknat)	Zink	0,65	0,65
1668	Semla vetebulle fylld m. mandelmassa vispad grädde hemlagad (beräknat)	Vitamin A	100	102
1668	Semla vetebulle fylld m. mandelmassa vispad grädde hemlagad (beräknat)	Retinol	94	96
1668	Semla vetebulle fylld m. mandelmassa vispad grädde hemlagad (beräknat)	Tillsatt socker	8	8
1668	Semla vetebulle fylld m. mandelmassa vispad grädde hemlagad (beräknat)	Salt	0	0
1668	Semla vetebulle fylld m. mandelmassa vispad grädde hemlagad (beräknat)	Fritt socker	8	8
1668	Semla vetebulle fylld m. mandelmassa vispad grädde hemlagad (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
1668	Semla vetebulle fylld m. mandelmassa vispad grädde hemlagad (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
1668	Semla vetebulle fylld m. mandelmassa vispad grädde hemlagad (beräknat)	Niacin	0,7	0,7
1668	Semla vetebulle fylld m. mandelmassa vispad grädde hemlagad (beräknat)	Vitamin C	1	1
1668	Semla vetebulle fylld m. mandelmassa vispad grädde hemlagad (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,9	1,9
1669	Mjuk kaka fransk äppelkaka (beräknat)	Energi (kJ)	973	972
1669	Mjuk kaka fransk äppelkaka (beräknat)	Disackarider	14	14
1669	Mjuk kaka fransk äppelkaka (beräknat)	Monosackarider	5	5
1669	Mjuk kaka fransk äppelkaka (beräknat)	Kolesterol	46	40
1669	Mjuk kaka fransk äppelkaka (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
1669	Mjuk kaka fransk äppelkaka (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,4	0,2
1669	Mjuk kaka fransk äppelkaka (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	7	8
1669	Mjuk kaka fransk äppelkaka (beräknat)	Summa mättade fettsyror	5	4
1669	Mjuk kaka fransk äppelkaka (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	2,9	2,9
1669	Mjuk kaka fransk äppelkaka (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,7	0,6
1669	Mjuk kaka fransk äppelkaka (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,2	0,2
1669	Mjuk kaka fransk äppelkaka (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,5	0,3

1669	Mjuk kaka fransk äppelkaka (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
1669	Mjuk kaka fransk äppelkaka (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,2	0,3
1669	Mjuk kaka fransk äppelkaka (beräknat)	Socker totalt	19	19
1669	Mjuk kaka fransk äppelkaka (beräknat)	Jod	4,5	4,4
1669	Mjuk kaka fransk äppelkaka (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,7	1,8
1669	Mjuk kaka fransk äppelkaka (beräknat)	Oljesyra C18:1	7,4	7,8
1669	Mjuk kaka fransk äppelkaka (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
1669	Mjuk kaka fransk äppelkaka (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1669	Mjuk kaka fransk äppelkaka (beräknat)	Fett	15,2	15,2
1669	Mjuk kaka fransk äppelkaka (beräknat)	Protein	3	3
1669	Mjuk kaka fransk äppelkaka (beräknat)	β-Karoten	62	63
1669	Mjuk kaka fransk äppelkaka (beräknat)	Vitamin D	0,6	0,8
1669	Mjuk kaka fransk äppelkaka (beräknat)	Vitamin E	4,1	4,3
1669	Mjuk kaka fransk äppelkaka (beräknat)	Vatten	58	58
1669	Mjuk kaka fransk äppelkaka (beräknat)	Aska	1	1
1669	Mjuk kaka fransk äppelkaka (beräknat)	Energi (kcal)	233	233
1669	Mjuk kaka fransk äppelkaka (beräknat)	Kolhydrater	20	20
1669	Mjuk kaka fransk äppelkaka (beräknat)	Retinol	93	96
1669	Mjuk kaka fransk äppelkaka (beräknat)	Vitamin A	98	101
1669	Mjuk kaka fransk äppelkaka (beräknat)	Natrium	69	72
1669	Mjuk kaka fransk äppelkaka (beräknat)	Salt	0	0
1669	Mjuk kaka fransk äppelkaka (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,0	1,0
1671	Mjuk kaka toscakaka (beräknat)	Kolesterol	48	41
1671	Mjuk kaka toscakaka (beräknat)	Monosackarider	3	3
1671	Mjuk kaka toscakaka (beräknat)	Disackarider	26	26
1671	Mjuk kaka toscakaka (beräknat)	Energi (kJ)	1691	1690
1671	Mjuk kaka toscakaka (beräknat)	Summa mättade fettsyror	6	6
1671	Mjuk kaka toscakaka (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	11	11
1671	Mjuk kaka toscakaka (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,5	0,3
1671	Mjuk kaka toscakaka (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	3	3
1671	Mjuk kaka toscakaka (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,6	0,4
1671	Mjuk kaka toscakaka (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,3	0,3
1671	Mjuk kaka toscakaka (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,9	0,8
1671	Mjuk kaka toscakaka (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	4,0	3,9
1671	Mjuk kaka toscakaka (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
1671	Mjuk kaka toscakaka (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,3	0,4
1671	Mjuk kaka toscakaka (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
1671	Mjuk kaka toscakaka (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
1671	Mjuk kaka toscakaka (beräknat)	Vitamin B12	0,2	0,2
1671	Mjuk kaka toscakaka (beräknat)	Socker totalt	30	30
1671	Mjuk kaka toscakaka (beräknat)	Folat	21	21
1671	Mjuk kaka toscakaka (beräknat)	Jod	6,6	6,5
1671	Mjuk kaka toscakaka (beräknat)	Järn	1,1	1,1
1671	Mjuk kaka toscakaka (beräknat)	Kalcium	116,7	116,7
1671	Mjuk kaka toscakaka (beräknat)	Kalium	248	248
1671	Mjuk kaka toscakaka (beräknat)	Magnesium	42,9	42,9
1671	Mjuk kaka toscakaka (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1671	Mjuk kaka toscakaka (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
1671	Mjuk kaka toscakaka (beräknat)	Oljesyra C18:1	11,0	11,5
1671	Mjuk kaka toscakaka (beräknat)	Linolsyra C18:2	2,6	2,8

1671	Mjuk kaka toscakaka (beräknat)	Protein	7	7
1671	Mjuk kaka toscakaka (beräknat)	Fett	21,8	21,8
1671	Mjuk kaka toscakaka (beräknat)	Fibrer	3	3
1671	Mjuk kaka toscakaka (beräknat)	Fosfor	215	215
1671	Mjuk kaka toscakaka (beräknat)	Vitamin E	5,1	5,3
1671	Mjuk kaka toscakaka (beräknat)	Vitamin D	1,2	1,6
1671	Mjuk kaka toscakaka (beräknat)	Vitamin K		3,6
1671	Mjuk kaka toscakaka (beräknat)	β-Karoten	66	68
1671	Mjuk kaka toscakaka (beräknat)	Kolhydrater	44	44
1671	Mjuk kaka toscakaka (beräknat)	Energi (kcal)	404	404
1671	Mjuk kaka toscakaka (beräknat)	Aska	1	1
1671	Mjuk kaka toscakaka (beräknat)	Vatten	23	23
1671	Mjuk kaka toscakaka (beräknat)	Natrium	175	178
1671	Mjuk kaka toscakaka (beräknat)	Selen	4,5	4,5
1671	Mjuk kaka toscakaka (beräknat)	Zink	0,72	0,72
1671	Mjuk kaka toscakaka (beräknat)	Vitamin A	114	118
1671	Mjuk kaka toscakaka (beräknat)	Retinol	109	112
1671	Mjuk kaka toscakaka (beräknat)	Tillsatt socker	28	28
1671	Mjuk kaka toscakaka (beräknat)	Salt	0	0
1671	Mjuk kaka toscakaka (beräknat)	Fritt socker	28	28
1671	Mjuk kaka toscakaka (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
1671	Mjuk kaka toscakaka (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
1671	Mjuk kaka toscakaka (beräknat)	Niacin	0,6	0,6
1671	Mjuk kaka toscakaka (beräknat)	Vitamin C	1	1
1671	Mjuk kaka toscakaka (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,8	1,8
1672	Mjuk kaka chokladkaka (beräknat)	Energi (kJ)	1420	1419
1672	Mjuk kaka chokladkaka (beräknat)	Disackarider	24	24
1672	Mjuk kaka chokladkaka (beräknat)	Monosackarider	0	0
1672	Mjuk kaka chokladkaka (beräknat)	Kolesterol	62	52
1672	Mjuk kaka chokladkaka (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	3
1672	Mjuk kaka chokladkaka (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,7	0,4
1672	Mjuk kaka chokladkaka (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	6	6
1672	Mjuk kaka chokladkaka (beräknat)	Summa mättade fettsyror	9	8
1672	Mjuk kaka chokladkaka (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	4,8	4,7
1672	Mjuk kaka chokladkaka (beräknat)	Stearinsyra C18:0	1,4	1,2
1672	Mjuk kaka chokladkaka (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,4	0,4
1672	Mjuk kaka chokladkaka (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,8	0,6
1672	Mjuk kaka chokladkaka (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
1672	Mjuk kaka chokladkaka (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,4	0,5
1672	Mjuk kaka chokladkaka (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
1672	Mjuk kaka chokladkaka (beräknat)	Folat	13	13
1672	Mjuk kaka chokladkaka (beräknat)	Socker totalt	24	24
1672	Mjuk kaka chokladkaka (beräknat)	Vitamin B12	0,3	0,3
1672	Mjuk kaka chokladkaka (beräknat)	Vitamin B6	0,0	0,0
1672	Mjuk kaka chokladkaka (beräknat)	Magnesium	33,1	33,1
1672	Mjuk kaka chokladkaka (beräknat)	Kalium	255	255
1672	Mjuk kaka chokladkaka (beräknat)	Kalcium	110,0	109,9
1672	Mjuk kaka chokladkaka (beräknat)	Järn	0,9	0,9
1672	Mjuk kaka chokladkaka (beräknat)	Jod	8,6	8,5
1672	Mjuk kaka chokladkaka (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,5	1,8

1672	Mjuk kaka chokladkaka (beräknat)	Oljesyra C18:1	5,5	6,2
1672	Mjuk kaka chokladkaka (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
1672	Mjuk kaka chokladkaka (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1672	Mjuk kaka chokladkaka (beräknat)	Fosfor	189	189
1672	Mjuk kaka chokladkaka (beräknat)	Fibrer	2	2
1672	Mjuk kaka chokladkaka (beräknat)	Fett	17,2	17,2
1672	Mjuk kaka chokladkaka (beräknat)	Protein	5	5
1672	Mjuk kaka chokladkaka (beräknat)	β-Karoten	84	86
1672	Mjuk kaka chokladkaka (beräknat)	Vitamin D	1,3	1,6
1672	Mjuk kaka chokladkaka (beräknat)	Vitamin E	2,0	2,4
1672	Mjuk kaka chokladkaka (beräknat)	Vatten	34	34
1672	Mjuk kaka chokladkaka (beräknat)	Aska	1	1
1672	Mjuk kaka chokladkaka (beräknat)	Energi (kcal)	339	339
1672	Mjuk kaka chokladkaka (beräknat)	Kolhydrater	40	40
1672	Mjuk kaka chokladkaka (beräknat)	Retinol	152	157
1672	Mjuk kaka chokladkaka (beräknat)	Vitamin A	159	164
1672	Mjuk kaka chokladkaka (beräknat)	Zink	0,73	0,73
1672	Mjuk kaka chokladkaka (beräknat)	Selen	5,2	5,2
1672	Mjuk kaka chokladkaka (beräknat)	Natrium	193	198
1672	Mjuk kaka chokladkaka (beräknat)	Fritt socker	22	22
1672	Mjuk kaka chokladkaka (beräknat)	Salt	0	0
1672	Mjuk kaka chokladkaka (beräknat)	Tillsatt socker	22	22
1672	Mjuk kaka chokladkaka (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,4	1,4
1672	Mjuk kaka chokladkaka (beräknat)	Vitamin C	1	1
1672	Mjuk kaka chokladkaka (beräknat)	Niacin	0,3	0,3
1672	Mjuk kaka chokladkaka (beräknat)	Tiamin	0,0	0,0
1672	Mjuk kaka chokladkaka (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
1677	Muffins amerikansk	Monosackarider	1	1
1677	Muffins amerikansk	Disackarider	25	25
1677	Muffins amerikansk	Summa mättade fettsyror	2	2
1677	Muffins amerikansk	Summa enkelomättade fettsyror	14	14
1677	Muffins amerikansk	Summa fleromättade fettsyror	7	7
1677	Muffins amerikansk	Protein	6	6
1677	Muffins amerikansk	Vitamin A	42	42
1677	Muffins amerikansk	Salt	1	1
1678	Mjuk kaka sockerkaka pepparkaka	Vitamin B6	0,0	0,0
1679	Mjuk kaka tårtbotten (beräknat)	Monosackarider	0	0
1679	Mjuk kaka tårtbotten (beräknat)	Disackarider	36	36
1679	Mjuk kaka tårtbotten (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
1679	Mjuk kaka tårtbotten (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
1679	Mjuk kaka tårtbotten (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1679	Mjuk kaka tårtbotten (beräknat)	Socker totalt	36	36
1679	Mjuk kaka tårtbotten (beräknat)	Protein	6	6
1679	Mjuk kaka tårtbotten (beräknat)	Salt	0	0
1681	Mjuk kaka sockerkaka fin (beräknat)	Energi (kJ)	1664	1662
1681	Mjuk kaka sockerkaka fin (beräknat)	Disackarider	28	28
1681	Mjuk kaka sockerkaka fin (beräknat)	Monosackarider	0	0
1681	Mjuk kaka sockerkaka fin (beräknat)	Kolesterol	78	66
1681	Mjuk kaka sockerkaka fin (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	3	3
1681	Mjuk kaka sockerkaka fin (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,9	0,5

1681	Mjuk kaka sockerkaka fin (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	7	7
1681	Mjuk kaka sockerkaka fin (beräknat)	Summa mättade fettsyror	10	9
1681	Mjuk kaka sockerkaka fin (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	5,8	5,7
1681	Mjuk kaka sockerkaka fin (beräknat)	Stearinsyra C18:0	1,3	1,1
1681	Mjuk kaka sockerkaka fin (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,5	0,5
1706	Glass m. maräng fett 10%	Kolhydrater	26	26
1706	Glass m. maräng fett 10%	Energi (kcal)	235	234
1706	Glass m. maräng fett 10%	Salt	0	0
1707	Glass havreglass m. vanilji fett 13%	Disackarider	11	12
1707	Glass havreglass m. vanilji fett 13%	Monosackarider	8	8
1707	Glass havreglass m. vanilji fett 13%	Summa fleromättade fettsyror	2	2
1707	Glass havreglass m. vanilji fett 13%	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
1707	Glass havreglass m. vanilji fett 13%	Summa mättade fettsyror	6	7
1707	Glass havreglass m. vanilji fett 13%	Protein	0	1
1708	Glass parfait m. bär (beräknat)	Disackarider	6	6
1708	Glass parfait m. bär (beräknat)	Energi (kJ)	999	999
1708	Glass parfait m. bär (beräknat)	Summa mättade fettsyror	13	13
1708	Glass parfait m. bär (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	6	6
1708	Glass parfait m. bär (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1708	Glass parfait m. bär (beräknat)	Protein	2	2
1708	Glass parfait m. bär (beräknat)	Kolhydrater	9	9
1708	Glass parfait m. bär (beräknat)	Energi (kcal)	239	239
1708	Glass parfait m. bär (beräknat)	Salt	0	0
1712	Matlagningsbas m. havre fett 13%	Disackarider	3	3
1712	Matlagningsbas m. havre fett 13%	Summa fleromättade fettsyror	3	3
1712	Matlagningsbas m. havre fett 13%	Summa enkelomättade fettsyror	8	8
1712	Matlagningsbas m. havre fett 13%	Summa mättade fettsyror	1	1
1712	Matlagningsbas m. havre fett 13%	Protein	1	1
1712	Matlagningsbas m. havre fett 13%	Salt	0	0
1713	Gräddfil fett 12%	Summa mättade fettsyror	8	8
1713	Gräddfil fett 12%	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1713	Gräddfil fett 12%	Kolhydrater	4	4
1713	Gräddfil fett 12%	Salt	0	0
1714	Kaffegrädde fett 12%	Disackarider	4	4
1714	Kaffegrädde fett 12%	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1714	Kaffegrädde fett 12%	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
1714	Kaffegrädde fett 12%	Summa mättade fettsyror	8	8
1714	Kaffegrädde fett 12%	Protein	3	3
1714	Kaffegrädde fett 12%	Salt	0	0
1715	Vispgrädde fett 40%	Disackarider	3	3
1715	Vispgrädde fett 40%	Summa mättade fettsyror	26	26
1715	Vispgrädde fett 40%	Summa enkelomättade fettsyror	10	10
1715	Vispgrädde fett 40%	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1715	Vispgrädde fett 40%	Protein	2	2
1715	Vispgrädde fett 40%	Salt	0	0
1703	Glass mjukglass bägare	Protein	3	3
1703	Glass mjukglass bägare	Vitamin A	21	21
1703	Glass mjukglass bägare	Salt	0	0
1705	Glass glasstårta fett 17%	Kolhydrater	22	22
1705	Glass glasstårta fett 17%	Salt	0	0

1706	Glass m. maräng fett 10%	Energi (kJ)	981	981
1706	Glass m. maräng fett 10%	Jod		9,5
1746	Saftkräm (beräknat)	Salt	0	0
1747	Saftsoppa (beräknat)	Salt	0	0
1748	Saftsås (beräknat)	Salt	0	0
1749	Fruktdryck blåbär berikad	Protein	1	1
1749	Fruktdryck blåbär berikad	Vitamin K	1,2	1,2
1749	Fruktdryck blåbär berikad	Salt	0	0
1750	berikad	Salt	0	0
1751	Nyponsoppa ätf. pastöriserad el. pulver berikad	Salt	0	0
1752	Nyponsoppa ätf. pulver osötad berikad	Jod		0,9
1752	Nyponsoppa ätf. pulver osötad berikad	Salt	0	0
1758	Mjuk kaka m. katrinplommon (beräknat)	Kolesterol	58	58
1758	Mjuk kaka m. katrinplommon (beräknat)	Disackarider	7	7
1758	Mjuk kaka m. katrinplommon (beräknat)	Monosackarider	13	13
1758	Mjuk kaka m. katrinplommon (beräknat)	Energi (kJ)	718	719
1758	Mjuk kaka m. katrinplommon (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
1758	Mjuk kaka m. katrinplommon (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
1758	Mjuk kaka m. katrinplommon (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,1	0,1
1758	Mjuk kaka m. katrinplommon (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1758	Mjuk kaka m. katrinplommon (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,1	0,1
1758	Mjuk kaka m. katrinplommon (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
1758	Mjuk kaka m. katrinplommon (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,2	0,2
1758	Mjuk kaka m. katrinplommon (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,7	0,7
1758	Mjuk kaka m. katrinplommon (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
1758	Mjuk kaka m. katrinplommon (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,0	0,0
1758	Mjuk kaka m. katrinplommon (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
1758	Mjuk kaka m. katrinplommon (beräknat)	Vitamin B6	0,0	0,0
1758	Mjuk kaka m. katrinplommon (beräknat)	Vitamin B12	0,4	0,4
1758	Mjuk kaka m. katrinplommon (beräknat)	Socker totalt	20	20
1758	Mjuk kaka m. katrinplommon (beräknat)	Folat	14	14
1758	Mjuk kaka m. katrinplommon (beräknat)	Jod	12,5	12,5
1758	Mjuk kaka m. katrinplommon (beräknat)	Järn	1,0	1,0
1758	Mjuk kaka m. katrinplommon (beräknat)	Kalcium	98,1	98,1
1758	Mjuk kaka m. katrinplommon (beräknat)	Kalium	409	409
1758	Mjuk kaka m. katrinplommon (beräknat)	Magnesium	33,9	33,9
1758	Mjuk kaka m. katrinplommon (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1758	Mjuk kaka m. katrinplommon (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
1758	Mjuk kaka m. katrinplommon (beräknat)	Oljesyra C18:1	2,6	2,6
1758	Mjuk kaka m. katrinplommon (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,8	0,8
1758	Mjuk kaka m. katrinplommon (beräknat)	Protein	5	5
1758	Mjuk kaka m. katrinplommon (beräknat)	Fett	5,2	5,2
1758	Mjuk kaka m. katrinplommon (beräknat)	Fibrer	3	3
1758	Mjuk kaka m. katrinplommon (beräknat)	Fosfor	129	129
1758	Mjuk kaka m. katrinplommon (beräknat)	Vitamin E	2,6	2,6
1758	Mjuk kaka m. katrinplommon (beräknat)	Vitamin D	0,7	0,7
1758	Mjuk kaka m. katrinplommon (beräknat)	β-Karoten	76	76
1758	Mjuk kaka m. katrinplommon (beräknat)	Kolhydrater	24	24
1758	Mjuk kaka m. katrinplommon (beräknat)	Energi (kcal)	171	172
1758	Mjuk kaka m. katrinplommon (beräknat)	Aska	3	3

1758	Mjuk kaka m. katrinplommon (beräknat)	Vatten	59	59
1758	Mjuk kaka m. katrinplommon (beräknat)	Avfall (skal etc.)	5	5
1758	Mjuk kaka m. katrinplommon (beräknat)	Natrium	41	41
1758	Mjuk kaka m. katrinplommon (beräknat)	Selen	4,3	4,3
1758	Mjuk kaka m. katrinplommon (beräknat)	Zink	0,70	0,70
1758	Mjuk kaka m. katrinplommon (beräknat)	Vitamin A	51	51
1758	Mjuk kaka m. katrinplommon (beräknat)	Retinol	44	44
1758	Mjuk kaka m. katrinplommon (beräknat)	Tillsatt socker	5	5
1758	Mjuk kaka m. katrinplommon (beräknat)	Salt	0	0
1758	Mjuk kaka m. katrinplommon (beräknat)	Fritt socker	5	5
1758	Mjuk kaka m. katrinplommon (beräknat)	Riboflavin	0,2	0,2
1758	Mjuk kaka m. katrinplommon (beräknat)	Tiamin	0,0	0,0
1758	Mjuk kaka m. katrinplommon (beräknat)	Niacin	1,2	1,2
1758	Mjuk kaka m. katrinplommon (beräknat)	Vitamin C	1	1
1784	Cheesecake m. digestivebotten (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1784	Cheesecake m. digestivebotten (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,3	0,3
1784	Cheesecake m. digestivebotten (beräknat)	Oljesyra C18:1	5,4	5,5
1784	Cheesecake m. digestivebotten (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,9	1,0
1784	Cheesecake m. digestivebotten (beräknat)	Protein	6	6
1784	Cheesecake m. digestivebotten (beräknat)	Fett	21,3	21,3
1784	Cheesecake m. digestivebotten (beräknat)	Vitamin E	1,7	1,8
1784	Cheesecake m. digestivebotten (beräknat)	Vitamin D	0,4	0,5
1784	Cheesecake m. digestivebotten (beräknat)	β-Karoten	35	36
1784	Cheesecake m. digestivebotten (beräknat)	Kolhydrater	20	20
1784	Cheesecake m. digestivebotten (beräknat)	Energi (kcal)	292	292
1784	Cheesecake m. digestivebotten (beräknat)	Aska	1	1
1784	Cheesecake m. digestivebotten (beräknat)	Vatten	52	52
1784	Cheesecake m. digestivebotten (beräknat)	Avfall (skal etc.)	1	1
1784	Cheesecake m. digestivebotten (beräknat)	Natrium	241	242
1784	Cheesecake m. digestivebotten (beräknat)	Vitamin A	207	209
1784	Cheesecake m. digestivebotten (beräknat)	Retinol	204	206
1784	Cheesecake m. digestivebotten (beräknat)	Salt	1	1
1784	Cheesecake m. digestivebotten (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,6	1,6
1785	Mannagrynskaka mannagrynspudding (beräknat)	Energi (kJ)	435	436
1785	Mannagrynskaka mannagrynspudding (beräknat)	Monosackarider	2	2
1785	Mannagrynskaka mannagrynspudding (beräknat)	Disackarider	7	7
1785	Mannagrynskaka mannagrynspudding (beräknat)	Kolesterol	34	34
1785	Mannagrynskaka mannagrynspudding (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1785	Mannagrynskaka mannagrynspudding (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,1	0,1
1785	Mannagrynskaka mannagrynspudding (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
1785	Mannagrynskaka mannagrynspudding (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
1785	Mannagrynskaka mannagrynspudding (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,6	0,6
1785	Mannagrynskaka mannagrynspudding (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,2	0,2
1785	Mannagrynskaka mannagrynspudding (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,1
1785	Mannagrynskaka mannagrynspudding (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,2	0,2
1785	Mannagrynskaka mannagrynspudding (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
1785	Mannagrynskaka mannagrynspudding (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,0	0,0
1785	Mannagrynskaka mannagrynspudding (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
1785	Mannagrynskaka mannagrynspudding (beräknat)	Folat	11	11
1785	Mannagrynskaka mannagrynspudding (beräknat)	Socker totalt	9	9

1785	Mannagrynskaka mannagrynspudding (beräknat)	Vitamin B12	0,5	0,5
1785	Mannagrynskaka mannagrynspudding (beräknat)	Vitamin B6	0,0	0,0
1785	Mannagrynskaka mannagrynspudding (beräknat)	Magnesium	13,3	13,2
1785	Mannagrynskaka mannagrynspudding (beräknat)	Kalium	176	176
1785	Mannagrynskaka mannagrynspudding (beräknat)	Kalcium	112,1	112,1
1785	Mannagrynskaka mannagrynspudding (beräknat)	Järn	0,4	0,4
1785	Mannagrynskaka mannagrynspudding (beräknat)	Jod	61,4	61,3
1785	Mannagrynskaka mannagrynspudding (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,2	0,2
1785	Mannagrynskaka mannagrynspudding (beräknat)	Oljesyra C18:1	0,6	0,6
1785	Mannagrynskaka mannagrynspudding (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
1785	Mannagrynskaka mannagrynspudding (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1785	Mannagrynskaka mannagrynspudding (beräknat)	Fosfor	113	113
1785	Mannagrynskaka mannagrynspudding (beräknat)	Fibrer	0	0
1785	Mannagrynskaka mannagrynspudding (beräknat)	Fett	2,4	2,4
1785	Mannagrynskaka mannagrynspudding (beräknat)	Protein	5	5
1785	Mannagrynskaka mannagrynspudding (beräknat)	β-Karoten	11	11
1785	Mannagrynskaka mannagrynspudding (beräknat)	Vitamin D	1,0	1,0
1785	Mannagrynskaka mannagrynspudding (beräknat)	Vitamin E	0,6	0,6
1785	Mannagrynskaka mannagrynspudding (beräknat)	Avfall (skal etc.)	1	1
1785	Mannagrynskaka mannagrynspudding (beräknat)	Vatten	75	75
1785	Mannagrynskaka mannagrynspudding (beräknat)	Aska	2	2
1785	Mannagrynskaka mannagrynspudding (beräknat)	Energi (kcal)	104	104
1785	Mannagrynskaka mannagrynspudding (beräknat)	Kolhydrater	15	15
1785	Mannagrynskaka mannagrynspudding (beräknat)	Retinol	32	32
1785	Mannagrynskaka mannagrynspudding (beräknat)	Vitamin A	33	33
1785	Mannagrynskaka mannagrynspudding (beräknat)	Zink	0,53	0,53
1785	Mannagrynskaka mannagrynspudding (beräknat)	Selen	3,3	3,3
1785	Mannagrynskaka mannagrynspudding (beräknat)	Natrium	396	396
1785	Mannagrynskaka mannagrynspudding (beräknat)	Fritt socker	3	3
1785	Mannagrynskaka mannagrynspudding (beräknat)	Salt	1	1
1785	Mannagrynskaka mannagrynspudding (beräknat)	Tillsatt socker	3	3
1785	Mannagrynskaka mannagrynspudding (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,2	1,2
1785	Mannagrynskaka mannagrynspudding (beräknat)	Vitamin C	1	1
1785	Mannagrynskaka mannagrynspudding (beräknat)	Niacin	0,1	0,1
1785	Mannagrynskaka mannagrynspudding (beräknat)	Tiamin	0,0	0,0
1785	Mannagrynskaka mannagrynspudding (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
1786	Äppelsmulpaj (beräknat)	Kolesterol	15	8
1786	Äppelsmulpaj (beräknat)	Disackarider	13	13
1786	Äppelsmulpaj (beräknat)	Monosackarider	5	5
1786	Äppelsmulpaj (beräknat)	Energi (kJ)	1008	1007
1786	Äppelsmulpaj (beräknat)	Summa mättade fettsyror	5	5
1786	Äppelsmulpaj (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	4
1786	Äppelsmulpaj (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,5	0,3
1786	Äppelsmulpaj (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
1786	Äppelsmulpaj (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,6	0,4
1786	Äppelsmulpaj (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,3	0,3
1786	Äppelsmulpaj (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,7	0,5
1786	Äppelsmulpaj (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	3,1	3,0
1786	Äppelsmulpaj (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,3	0,4
1786	Äppelsmulpaj (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0

1786	Äppelsmulpaj (beräknat)	Socker totalt	18	18
1786	Äppelsmulpaj (beräknat)	Jod	0,8	0,7
1786	Äppelsmulpaj (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1786	Äppelsmulpaj (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,0
1786	Äppelsmulpaj (beräknat)	Oljesyra C18:1	3,5	4,0
1786	Äppelsmulpaj (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,1	1,3
1786	Äppelsmulpaj (beräknat)	Protein	2	2
1786	Äppelsmulpaj (beräknat)	Fett	11,0	10,9
1786	Äppelsmulpaj (beräknat)	Vitamin E	1,2	1,5
1786	Äppelsmulpaj (beräknat)	Vitamin D	0,6	0,9
1786	Äppelsmulpaj (beräknat)	β-Karoten	73	75
1786	Äppelsmulpaj (beräknat)	Kolhydrater	32	32
1786	Äppelsmulpaj (beräknat)	Energi (kcal)	241	241
1786	Äppelsmulpaj (beräknat)	Aska	0	0
1786	Äppelsmulpaj (beräknat)	Vatten	52	52
1786	Äppelsmulpaj (beräknat)	Natrium	69	73
1786	Äppelsmulpaj (beräknat)	Vitamin A	94	98
1786	Äppelsmulpaj (beräknat)	Retinol	88	91
1786	Äppelsmulpaj (beräknat)	Salt	0	0
1786	Äppelsmulpaj (beräknat)	Niacinekvivalenter	0,6	0,6
1788	Katrinplommonsufflé (beräknat)	Monosackarider	6	6
1788	Katrinplommonsufflé (beräknat)	Disackarider	5	5
1788	Katrinplommonsufflé (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1788	Katrinplommonsufflé (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
1788	Katrinplommonsufflé (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
1788	Katrinplommonsufflé (beräknat)	Protein	2	2
1788	Katrinplommonsufflé (beräknat)	Avfall (skal etc.)	0	1
1788	Katrinplommonsufflé (beräknat)	Salt	0	0
1789	Äppelpaj friterad	Jod		1,9
1789	Äppelpaj friterad	Salt	1	1
1790	Banan friterad (beräknat)	Monosackarider	9	9
1790	Banan friterad (beräknat)	Disackarider	2	2
1790	Banan friterad (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	2
1790	Banan friterad (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	3
1790	Banan friterad (beräknat)	Summa mättade fettsyror	3	1
1790	Banan friterad (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	2,3	0,6
1790	Banan friterad (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,3	0,1
1790	Banan friterad (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
1790	Banan friterad (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,1	0,0
1790	Banan friterad (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,0	0,3
1790	Banan friterad (beräknat)	Socker totalt	11	11
1790	Banan friterad (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,7	1,8
1790	Banan friterad (beräknat)	Oljesyra C18:1	2,2	2,6
1790	Banan friterad (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
1790	Banan friterad (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1790	Banan friterad (beräknat)	Protein	2	2
1790	Banan friterad (beräknat)	β-Karoten	879	143
1790	Banan friterad (beräknat)	Vitamin E	1,2	2,2
1790	Banan friterad (beräknat)	Vitamin A	94	15
1790	Banan friterad (beräknat)	Salt	0	0

1791	Äpple ugnsstekt m. olja el. flytande margarin socker mandelmassa valnötter (beräknat)	Disackarider	19	19
1791	Äpple ugnsstekt m. olja el. flytande margarin socker mandelmassa valnötter (beräknat)	Energi (kJ)	1336	1348
1791	Äpple ugnsstekt m. olja el. flytande margarin socker mandelmassa valnötter (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
1791	Äpple ugnsstekt m. olja el. flytande margarin socker mandelmassa valnötter (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	9	9
1791	Äpple ugnsstekt m. olja el. flytande margarin socker mandelmassa valnötter (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
1791	Äpple ugnsstekt m. olja el. flytande margarin socker mandelmassa valnötter (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	10	10
1791	Äpple ugnsstekt m. olja el. flytande margarin socker mandelmassa valnötter (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,0	0,0
1791	Äpple ugnsstekt m. olja el. flytande margarin socker mandelmassa valnötter (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
1791	Äpple ugnsstekt m. olja el. flytande margarin socker mandelmassa valnötter (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,5	0,5
1791	Äpple ugnsstekt m. olja el. flytande margarin socker mandelmassa valnötter (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,4	1,4
1791	Äpple ugnsstekt m. olja el. flytande margarin socker mandelmassa valnötter (beräknat)	Linolensyra C18:3	2,0	2,0
1791	Äpple ugnsstekt m. olja el. flytande margarin socker mandelmassa valnötter (beräknat)	Socker totalt	23	23
1791	Äpple ugnsstekt m. olja el. flytande margarin socker mandelmassa valnötter (beräknat)	Jod	0,0	0,0
1791	Äpple ugnsstekt m. olja el. flytande margarin socker mandelmassa valnötter (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,1	0,1
1791	Äpple ugnsstekt m. olja el. flytande margarin socker mandelmassa valnötter (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
1791	Äpple ugnsstekt m. olja el. flytande margarin socker mandelmassa valnötter (beräknat)	Oljesyra C18:1	9,2	9,2
1791	Äpple ugnsstekt m. olja el. flytande margarin socker mandelmassa valnötter (beräknat)	Linolsyra C18:2	8,0	8,3
1791	Äpple ugnsstekt m. olja el. flytande margarin socker mandelmassa valnötter (beräknat)	Protein	3	3
1791	Äpple ugnsstekt m. olja el. flytande margarin socker mandelmassa valnötter (beräknat)	Fett	22,6	22,9
1791	Äpple ugnsstekt m. olja el. flytande margarin socker mandelmassa valnötter (beräknat)	Fosfor	87	87
1791	Äpple ugnsstekt m. olja el. flytande margarin socker mandelmassa valnötter (beräknat)	Vitamin E	4,5	4,7
1791	Äpple ugnsstekt m. olja el. flytande margarin socker mandelmassa valnötter (beräknat)	Vitamin D	0,3	0,3
1791	Äpple ugnsstekt m. olja el. flytande margarin socker mandelmassa valnötter (beräknat)	β-Karoten	39	30
1791	Äpple ugnsstekt m. olja el. flytande margarin socker mandelmassa valnötter (beräknat)	Kolhydrater	25	25
1791	Äpple ugnsstekt m. olja el. flytande margarin socker mandelmassa valnötter (beräknat)	Energi (kcal)	320	322
1791	Äpple ugnsstekt m. olja el. flytande margarin socker mandelmassa valnötter (beräknat)	Aska	1	1
1791	Äpple ugnsstekt m. olja el. flytande margarin socker mandelmassa valnötter (beräknat)	Vatten	46	45
1791	Äpple ugnsstekt m. olja el. flytande margarin socker mandelmassa valnötter (beräknat)	Avfall (skal etc.)	13	11
1791	Äpple ugnsstekt m. olja el. flytande margarin socker mandelmassa valnötter (beräknat)	Natrium	33	25
1791	Äpple ugnsstekt m. olja el. flytande margarin socker mandelmassa valnötter (beräknat)	Vitamin A	36	20

1791	Äpple ugnsstekt m. olja el. flytande margarin socker mandelmassa valnötter (beräknat)	Retinol	32	18
1791	Äpple ugnsstekt m. olja el. flytande margarin socker mandelmassa valnötter (beräknat)	Salt	0	0
1791	Äpple ugnsstekt m. olja el. flytande margarin socker mandelmassa valnötter (beräknat)	Niacinekvalenter	0,9	0,9
1792	Banan friterad m. glass tillagad på restaurang	Monosackarider	8	8
1792	Banan friterad m. glass tillagad på restaurang	Disackarider	12	12
1792	Banan friterad m. glass tillagad på restaurang	Summa fleromättade fettsyror	5	5
1792	Banan friterad m. glass tillagad på restaurang	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
1792	Banan friterad m. glass tillagad på restaurang	Summa mättade fettsyror	3	3
1827	Fruktdryck u. kolsyra	Salt	0	0
1828	Läsk	Disackarider	7	4
1828	Läsk	Monosackarider	4	6
1828	Läsk	Energi (kJ)	178	150
1828	Läsk	Socker totalt	11	10
1828	Läsk	Kalcium	1,9	2,4
1828	Läsk	Kalium	0	8
1828	Läsk	Magnesium	0,3	0,0
1828	Läsk	Kolhydrater	11	9
1828	Läsk	Energi (kcal)	43	36
1828	Läsk	Aska	0	0
1828	Läsk	Vatten	90	91
1828	Läsk	Natrium	2	0
1828	Läsk	Vitamin C	0	1
1830	Läsk light	Monosackarider	0	0
1830	Läsk light	Energi (kJ)	2	5
1830	Läsk light	Socker totalt	0	0
1830	Läsk light	Kalcium	1,9	2,2
1830	Läsk light	Kalium	0	11
1830	Läsk light	Magnesium	0,3	0,0
1830	Läsk light	Kolhydrater	0	0
1830	Läsk light	Energi (kcal)	0	1
1830	Läsk light	Aska	0	0
1830	Läsk light	Vatten	100	100
1830	Läsk light	Natrium	2	8
1830	Läsk light	Vitamin C	0	1
1832	Sportdryck drickf.	Salt	0	0
1834	Saft sötningsm. drickf. (beräknat)	Salt	0	0
1837	Hallonsaft drickf.	Salt	0	0
1838	Svartvinbärssaft drickf. berikad	Salt	0	0
1840	Lingondricka drickf. berikad	Salt	0	0
1871	Klubba chokladkola karamell	Salt	0	0
1875	Chokladkola mörk m. chokladöverdrag	Disackarider	40	40
1875	Chokladkola mörk m. chokladöverdrag	Monosackarider	3	3
1875	Chokladkola mörk m. chokladöverdrag	Summa mättade fettsyror	9	9
1875	Chokladkola mörk m. chokladöverdrag	Summa enkelomättade fettsyror	8	8
1875	Chokladkola mörk m. chokladöverdrag	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1875	Chokladkola mörk m. chokladöverdrag	Protein	4	4
1875	Chokladkola mörk m. chokladöverdrag	Vitamin A	17	18
1875	Chokladkola mörk m. chokladöverdrag	Salt	0	0

1876	Kex rån m. chokladfyllning	Energi (kJ)	2117	2092
1876	Kex rån m. chokladfyllning	Monosackarider	0	0
1876	Kex rån m. chokladfyllning	Disackarider	43	40
1876	Kex rån m. chokladfyllning	Kolesterol	7	11
1876	Kex rån m. chokladfyllning	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1876	Kex rån m. chokladfyllning	Fettsyra 4:0-10:0	0,3	0,6
1876	Kex rån m. chokladfyllning	Summa enkelomättade fettsyror	8	6
1876	Kex rån m. chokladfyllning	Summa mättade fettsyror	16	17
1876	Kex rån m. chokladfyllning	Palmitinsyra C16:0	6,8	6,8
1876	Kex rån m. chokladfyllning	Stearinsyra C18:0	6,4	4,7
1876	Kex rån m. chokladfyllning	Laurinsyra C12:0	0,7	3,1
1876	Kex rån m. chokladfyllning	Myristinsyra C14:0	1,0	1,2
1876	Kex rån m. chokladfyllning	Linolensyra C18:3	0,2	0,0
1876	Kex rån m. chokladfyllning	Folat	8	21
1876	Kex rån m. chokladfyllning	Socker totalt	43	40
1876	Kex rån m. chokladfyllning	Vitamin B12	0,0	0,9
1876	Kex rån m. chokladfyllning	Vitamin B6	0,0	0,1
1876	Kex rån m. chokladfyllning	Magnesium	51,5	47,0
1876	Kex rån m. chokladfyllning	Kalium	396	460
1876	Kex rån m. chokladfyllning	Kalcium	303,5	210,0
1876	Kex rån m. chokladfyllning	Järn	2,0	2,0
1876	Kex rån m. chokladfyllning	Jod	31,0	3,5
1876	Kex rån m. chokladfyllning	Linolsyra C18:2	1,2	0,8
1876	Kex rån m. chokladfyllning	Oljesyra C18:1	8,1	6,0
1876	Kex rån m. chokladfyllning	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,0
1876	Kex rån m. chokladfyllning	Fosfor	272	230
1876	Kex rån m. chokladfyllning	Fibrer	1	3
1876	Kex rån m. chokladfyllning	Fett	25,0	24,6
1876	Kex rån m. chokladfyllning	Protein	10	10
1876	Kex rån m. chokladfyllning	Vitamin K		3,6
1876	Kex rån m. chokladfyllning	Vitamin E	0,2	0,7
1876	Kex rån m. chokladfyllning	β-Karoten	36	9
1876	Kex rån m. chokladfyllning	Retinol	73	10
1876	Kex rån m. chokladfyllning	Vitamin D	0,2	0,7
1876	Kex rån m. chokladfyllning	Aska	2	2
1876	Kex rån m. chokladfyllning	Energi (kcal)	506	500
1876	Kex rån m. chokladfyllning	Kolhydrater	60	59
1876	Kex rån m. chokladfyllning	Zink	1,20	1,00
1876	Kex rån m. chokladfyllning	Vitamin A	76	11
1876	Kex rån m. chokladfyllning	Selen	1,0	8,2
1876	Kex rån m. chokladfyllning	Natrium	199	150
1876	Kex rån m. chokladfyllning	Tillsatt socker	43	28
1876	Kex rån m. chokladfyllning	Fritt socker	43	28
1876	Kex rån m. chokladfyllning	Salt	1	0
1876	Kex rån m. chokladfyllning	Niacinekvivalenter	2,8	2,8
1876	Kex rån m. chokladfyllning	Vitamin C	0	1
1876	Kex rån m. chokladfyllning	Niacin	1,1	0,5
1876	Kex rån m. chokladfyllning	Tiamin	0,1	0,1
1876	Kex rån m. chokladfyllning	Riboflavin	0,3	0,4
1877	Fruktkola	Disackarider	37	37

1877	Fruktkola	Monosackarider	20	20
1877	Fruktkola	Socker totalt	57	57
1877	Fruktkola	Protein	1	1
1877	Fruktkola	Salt	0	0
1878	Skumbilar	Monosackarider	8	8
1878	Skumbilar	Disackarider	42	42
1878	Skumbilar	Socker totalt	50	50
1878	Skumbilar	Protein	7	7
1878	Skumbilar	Salt	0	0
1879	Skumboll m. chokladöverdrag kokos	Jod		6,0
1879	Skumboll m. chokladöverdrag kokos	Salt	0	0
1880	Skumboll m. chokladöverdrag	Salt	0	0
1881	Bar energibar m. choklad nötter	Disackarider	14	14
1881	Bar energibar m. choklad nötter	Monosackarider	19	19
1881	Bar energibar m. choklad nötter	Summa mättade fettsyror	6	6
1881	Bar energibar m. choklad nötter	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
1881	Bar energibar m. choklad nötter	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1882	Karameller sockerfria	Energi (kJ)	1358	705
1882	Karameller sockerfria	Jod		0,0
1882	Karameller sockerfria	Fibrer	0	61
1882	Karameller sockerfria	Fett	0,0	0,5
1882	Karameller sockerfria	Protein	3	6
1882	Karameller sockerfria	Vatten	20	27
1882	Karameller sockerfria	Energi (kcal)	325	169
1882	Karameller sockerfria	Kolhydrater	77	6
1882	Karameller sockerfria	Salt	1	1
1882	Karameller sockerfria	Niacinekvivalenter	0,5	1,0
1884	Tuggummi sockerfritt	Energi (kJ)	1474	640
1917	Glögg starkvin vol. % 16	Salt	0	0
1920	Likör Kaptenlöjtnant vol. % 38	Jod		0,0
1922	Punsch vol. % 26	Jod		0,0
1923	Rom vol. % 40	Jod		0,0
1924	Brännvin kryddat vol. % 40	Jod		0,0
1964	Nyponte drickf. m. svarta vinbär	Jod		1,9
1966	Vinäger ättiksyra 7%	Salt	0	0
1967	Äppelcidervinäger ättiksyra 7%	Salt	0	0
1968	Chilisås tomat	Salt	2	2
1969	Ketchup	Vitamin K	2,9	2,9
1970	Engelsk brown sauce HP-sås	Salt	2	2
1971	Grillsås	Salt	2	2
1972	Senap svensk	Disackarider	8	8
1972	Senap svensk	Monosackarider	3	3
1972	Senap svensk	Summa mättade fettsyror	0	0
1972	Senap svensk	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
1972	Senap svensk	Protein	5	5
1973	Senap fransk	Salt	0	0
1999	Gräddsås tillagad pulver m. mjölk vatten smör	Salt	1	1
2000	Tomatsås kryddstark (beräknat)	Monosackarider	5	5
2000	Tomatsås kryddstark (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
2000	Tomatsås kryddstark (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1

2000	Tomatsås kryddstark (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
2000	Tomatsås kryddstark (beräknat)	Protein	1	1
2000	Tomatsås kryddstark (beräknat)	Avfall (skal etc.)	1	1
2000	Tomatsås kryddstark (beräknat)	Salt	1	1
2001	Dillsås (beräknat)	Energi (kJ)	465	444
2001	Dillsås (beräknat)	Monosackarider	0	0
2001	Dillsås (beräknat)	Disackarider	4	4
2001	Dillsås (beräknat)	Kolesterol	14	12
2001	Dillsås (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
2001	Dillsås (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
2001	Dillsås (beräknat)	Summa mättade fettsyror	4	3
2001	Dillsås (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,8	1,6
2001	Dillsås (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,5	0,5
2001	Dillsås (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,2	0,1
2001	Dillsås (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,4	0,3
2001	Dillsås (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,6	0,5
2001	Dillsås (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
2001	Dillsås (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
2001	Dillsås (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,3	0,3
2001	Dillsås (beräknat)	Folat	6	6
2001	Dillsås (beräknat)	Socker totalt	4	4
2001	Dillsås (beräknat)	Vitamin B12	0,1	0,1
2001	Dillsås (beräknat)	Vitamin B6	0,0	0,0
2001	Dillsås (beräknat)	Kalium	79	81
2001	Dillsås (beräknat)	Järn	0,3	0,3
2001	Dillsås (beräknat)	Kalcium	42,2	43,1
2001	Dillsås (beräknat)	Jod	3,0	3,1
2001	Dillsås (beräknat)	Fosfor	31	31
2001	Dillsås (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,7	0,8
2001	Dillsås (beräknat)	Oljesyra C18:1	2,9	2,8
2001	Dillsås (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
2001	Dillsås (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
2001	Dillsås (beräknat)	Fett	8,4	7,8
2001	Dillsås (beräknat)	Fibrer	0	0
2001	Dillsås (beräknat)	Kolhydrater	7	8
2001	Dillsås (beräknat)	Protein	1	1
2001	Dillsås (beräknat)	Vitamin E	1,1	1,1
2001	Dillsås (beräknat)	β-Karoten	360	351
2001	Dillsås (beräknat)	Retinol	52	42
2001	Dillsås (beräknat)	Vitamin D	0,2	0,2
2001	Dillsås (beräknat)	Vatten	81	81
2001	Dillsås (beräknat)	Aska	2	2
2001	Dillsås (beräknat)	Energi (kcal)	111	106
2001	Dillsås (beräknat)	Selen	0,8	0,8
2001	Dillsås (beräknat)	Zink	0,24	0,24
2001	Dillsås (beräknat)	Natrium	498	497
2001	Dillsås (beräknat)	Magnesium	8,5	8,5
2001	Dillsås (beräknat)	Vitamin A	82	71
2001	Dillsås (beräknat)	Tillsatt socker	3	3
2001	Dillsås (beräknat)	Fritt socker	3	3

2001	Dillsås (beräknat)	Salt	1	1
2001	Dillsås (beräknat)	Niacinekvivalenter	0,7	0,7
2001	Dillsås (beräknat)	Vitamin C	6	6
2001	Dillsås (beräknat)	Niacin	0,5	0,5
2001	Dillsås (beräknat)	Tiamin	0,0	0,0
2001	Dillsås (beräknat)	Riboflavin	0,0	0,1
2002	Äggsås m. persilja (beräknat)	Kolesterol	76	74
2002	Äggsås m. persilja (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
2002	Äggsås m. persilja (beräknat)	Disackarider	1	1
2002	Äggsås m. persilja (beräknat)	Monosackarider	0	0
2002	Äggsås m. persilja (beräknat)	Energi (kJ)	477	458
2002	Äggsås m. persilja (beräknat)	Summa mättade fettsyror	4	3
2002	Äggsås m. persilja (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	4	3
2002	Äggsås m. persilja (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
2002	Äggsås m. persilja (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,7	0,6
2002	Äggsås m. persilja (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,3	0,3
2002	Äggsås m. persilja (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,1	0,1
2002	Äggsås m. persilja (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,5	0,4
2002	Äggsås m. persilja (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	2,0	1,8
2002	Äggsås m. persilja (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,3	0,3
2002	Äggsås m. persilja (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
2002	Äggsås m. persilja (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
2002	Äggsås m. persilja (beräknat)	Vitamin B6	0,0	0,0
2002	Äggsås m. persilja (beräknat)	Vitamin B12	0,3	0,4
2002	Äggsås m. persilja (beräknat)	Socker totalt	1	1
2002	Äggsås m. persilja (beräknat)	Folat	22	22
2002	Äggsås m. persilja (beräknat)	Fosfor	53	54
2002	Äggsås m. persilja (beräknat)	Jod	10,2	10,3
2002	Äggsås m. persilja (beräknat)	Kalcium	33,8	34,6
2002	Äggsås m. persilja (beräknat)	Järn	0,5	0,5
2002	Äggsås m. persilja (beräknat)	Kalium	66	67
2002	Äggsås m. persilja (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
2002	Äggsås m. persilja (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,2	0,1
2002	Äggsås m. persilja (beräknat)	Oljesyra C18:1	3,4	3,2
2002	Äggsås m. persilja (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,9	1,0
2002	Äggsås m. persilja (beräknat)	Protein	3	3
2002	Äggsås m. persilja (beräknat)	Kolhydrater	4	4
2002	Äggsås m. persilja (beräknat)	Fibrer	0	0
2002	Äggsås m. persilja (beräknat)	Fett	9,5	8,9
2002	Äggsås m. persilja (beräknat)	Vitamin D	0,8	0,8
2002	Äggsås m. persilja (beräknat)	Retinol	92	82
2002	Äggsås m. persilja (beräknat)	β-Karoten	168	160
2002	Äggsås m. persilja (beräknat)	Vitamin E	1,9	2,0
2002	Äggsås m. persilja (beräknat)	Energi (kcal)	114	109
2002	Äggsås m. persilja (beräknat)	Aska	1	1
2002	Äggsås m. persilja (beräknat)	Vatten	82	82
2002	Äggsås m. persilja (beräknat)	Vitamin A	106	95
2002	Äggsås m. persilja (beräknat)	Magnesium	7,5	7,5
2002	Äggsås m. persilja (beräknat)	Natrium	382	381
2002	Äggsås m. persilja (beräknat)	Zink	0,34	0,35

2002	Äggsås m. persilja (beräknat)	Selen	4,8	4,8
2002	Äggsås m. persilja (beräknat)	Salt	1	1
2002	Äggsås m. persilja (beräknat)	Fritt socker	0	0
2002	Äggsås m. persilja (beräknat)	Tillsatt socker	0	0
2002	Äggsås m. persilja (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
2002	Äggsås m. persilja (beräknat)	Tiamin	0,0	0,0
2002	Äggsås m. persilja (beräknat)	Niacin	0,2	0,2
2002	Äggsås m. persilja (beräknat)	Vitamin C	4	4
2002	Äggsås m. persilja (beräknat)	Niacinekvivalenter	0,9	1,0
2003	Pesto hemlagad (beräknat)	Monosackarider	0	0
2003	Pesto hemlagad (beräknat)	Disackarider	1	1
2003	Pesto hemlagad (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	8	8
2003	Pesto hemlagad (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	34	34
2003	Pesto hemlagad (beräknat)	Summa mättade fettsyror	10	10
2003	Pesto hemlagad (beräknat)	Kolhydrater	1	1
2003	Pesto hemlagad (beräknat)	Protein	12	12
2003	Pesto hemlagad (beräknat)	Salt	2	2
2004	Pesto m. basilika pinjenötter cashewnötter	Disackarider	1	1
2004	Pesto m. basilika pinjenötter cashewnötter	Monosackarider	1	1
2004	Pesto m. basilika pinjenötter cashewnötter	Summa enkelomättade fettsyror	28	29
2004	Pesto m. basilika pinjenötter cashewnötter	Summa fleromättade fettsyror	18	18
2004	Pesto m. basilika pinjenötter cashewnötter	Socker totalt	2	2
2004	Pesto m. basilika pinjenötter cashewnötter	Protein	4	4
2004	Pesto m. basilika pinjenötter cashewnötter	Salt	3	3
2006	Dippmix pulver olika smaker	Disackarider	24	24
2007	Sweet chilisås	Disackarider	7	7
2007	Sweet chilisås	Socker totalt	43	43
2008	Pastasås m. tomat örtekryddor	Disackarider	2	2
2008	Pastasås m. tomat örtekryddor	Socker totalt	12	13
2008	Pastasås m. tomat örtekryddor	Vitamin A	46	46
2009	Pastasås olika märken	Disackarider	1	1
2046	Mini fraiche fett 5%	Salt	0	0
2047	Mjukost smältost fett 13% typ grevé	Disackarider	1	1
2047	Mjukost smältost fett 13% typ grevé	Monosackarider	0	0
2047	Mjukost smältost fett 13% typ grevé	Summa mättade fettsyror	8	9
2047	Mjukost smältost fett 13% typ grevé	Summa fleromättade fettsyror	0	1
2047	Mjukost smältost fett 13% typ grevé	Socker totalt	1	1
2047	Mjukost smältost fett 13% typ grevé	Protein	14	14
2047	Mjukost smältost fett 13% typ grevé	Salt	2	2
2048	Filmjök naturell fett 4,2%	Monosackarider	0	0
2048	Filmjök naturell fett 4,2%	Disackarider	3	4
2048	Filmjök naturell fett 4,2%	Summa fleromättade fettsyror	0	0
2048	Filmjök naturell fett 4,2%	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
2048	Filmjök naturell fett 4,2%	Summa mättade fettsyror	3	3
2048	Filmjök naturell fett 4,2%	Socker totalt	3	4
2048	Filmjök naturell fett 4,2%	Protein	3	4
2048	Filmjök naturell fett 4,2%	Salt	0	0
2049	Fruktyoghurt olika smaker fett 3,6%	Disackarider	5	5
2049	Fruktyoghurt olika smaker fett 3,6%	Monosackarider	5	5
2049	Fruktyoghurt olika smaker fett 3,6%	Summa mättade fettsyror	2	2

2049	Fruktyoghurt olika smaker fett 3,6%	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
2049	Fruktyoghurt olika smaker fett 3,6%	Summa fleromättade fettsyror	0	0
2049	Fruktyoghurt olika smaker fett 3,6%	Socker totalt	10	10
2049	Fruktyoghurt olika smaker fett 3,6%	Protein	3	3
2049	Fruktyoghurt olika smaker fett 3,6%	Salt	0	0
2051	Vit choklad	Energi (kJ)	2447	2288
2051	Vit choklad	Disackarider	52	60
2051	Vit choklad	Kolesterol	26	17
2051	Vit choklad	Summa fleromättade fettsyror	1	1
2051	Vit choklad	Summa enkelomättade fettsyror	12	9
2051	Vit choklad	Summa mättade fettsyror	24	20
2051	Vit choklad	Palmitinsyra C16:0	9,9	7,7
2051	Vit choklad	Myristinsyra C14:0	0,8	0,4
2051	Vit choklad	Laurinsyra C12:0	0,3	0,1
2051	Vit choklad	Fettsyra 4:0-10:0	0,6	0,3
2051	Vit choklad	Stearinsyra C18:0	11,7	10,4
2051	Vit choklad	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
2051	Vit choklad	Folat	11	13
2051	Vit choklad	Socker totalt	52	60
2051	Vit choklad	Vitamin B12	0,5	0,5
2051	Vit choklad	Vitamin B6	0,1	0,1
2051	Vit choklad	Kalium	311	290
2051	Vit choklad	Järn	0,2	0,1
2051	Vit choklad	Kalcium	203,0	160,0
2051	Vit choklad	Jod	23,0	3,1
2051	Vit choklad	Fosfor	179	160
2051	Vit choklad	Linolsyra C18:2	1,3	0,9
2051	Vit choklad	Oljesyra C18:1	11,5	9,3
2051	Vit choklad	Palmitoljesyra C16:1	0,2	0,1
2051	Vit choklad	Arakidinsyra C20:0	0,4	0,3
2051	Vit choklad	Fett	39,3	31,2
2051	Vit choklad	Kolhydrater	52	62
2051	Vit choklad	Protein	6	5
2051	Vit choklad	Vitamin K	6,1	8,0
2051	Vit choklad	Vitamin E	0,7	0,7
2051	Vit choklad	β-Karoten	31	24
2051	Vit choklad	Retinol	73	47
2051	Vit choklad	Vitamin D	0,3	3,1
2051	Vit choklad	Vatten	1	1
2051	Vit choklad	Aska	1	1
2051	Vit choklad	Energi (kcal)	585	547
2051	Vit choklad	Selen	2,4	0,0
2051	Vit choklad	Zink	0,74	0,55
2051	Vit choklad	Natrium	79	70
2051	Vit choklad	Magnesium	20,8	20,0
2051	Vit choklad	Vitamin A	76	49
2051	Vit choklad	Tillsatt socker	42	50
2051	Vit choklad	Fritt socker	42	50
2051	Vit choklad	Niacinekvivalenter	1,3	1,1
2051	Vit choklad	Vitamin C	0	1

2051	Vit choklad	Niacin	0,3	0,3
2051	Vit choklad	Tiamin	0,0	0,1
2051	Vit choklad	Riboflavin	0,4	0,3
2052	Mörk choklad kakao ≥ 70%	Disackarider	22	22
2052	Mörk choklad kakao ≥ 70%	Monosackarider	0	0
2052	Mörk choklad kakao ≥ 70%	Summa mättade fettsyror	22	23
2052	Mörk choklad kakao ≥ 70%	Summa enkelomättade fettsyror	12	12
2052	Mörk choklad kakao ≥ 70%	Summa fleromättade fettsyror	1	1
2052	Mörk choklad kakao ≥ 70%	Socker totalt	22	22
2052	Mörk choklad kakao ≥ 70%	Protein	10	10
2052	Mörk choklad kakao ≥ 70%	Vitamin A	22	22
2052	Mörk choklad kakao ≥ 70%	Salt	0	0
2053	Mörk choklad kakao < 70%	Monosackarider	0	0
2053	Mörk choklad kakao < 70%	Disackarider	46	46
2053	Mörk choklad kakao < 70%	Summa fleromättade fettsyror	2	2
2053	Mörk choklad kakao < 70%	Summa enkelomättade fettsyror	9	9
2053	Mörk choklad kakao < 70%	Summa mättade fettsyror	16	17
2053	Mörk choklad kakao < 70%	Socker totalt	46	46
2053	Mörk choklad kakao < 70%	Protein	6	6
2053	Mörk choklad kakao < 70%	Vitamin A	22	22
2053	Mörk choklad kakao < 70%	Salt	0	0
2054	Bakchoklad mörk	Disackarider	48	48
2054	Bakchoklad mörk	Summa mättade fettsyror	30	30
2054	Bakchoklad mörk	Summa fleromättade fettsyror	0	0
2054	Bakchoklad mörk	Protein	6	6
2054	Bakchoklad mörk	Vitamin A	20	20
2054	Bakchoklad mörk	Salt	0	0
2055	Mjölkchoklad	Energi (kJ)	2358	2240
2055	Mjölkchoklad	Disackarider	49	56
2055	Mjölkchoklad	Kolesterol	29	19
2055	Mjölkchoklad	Summa fleromättade fettsyror	1	1
2055	Mjölkchoklad	Summa enkelomättade fettsyror	11	9
2055	Mjölkchoklad	Summa mättade fettsyror	21	20
2055	Mjölkchoklad	Palmitinsyra C16:0	8,8	7,7
2055	Mjölkchoklad	Myristinsyra C14:0	0,7	0,5
2055	Mjölkchoklad	Laurinsyra C12:0	0,2	0,2
2055	Mjölkchoklad	Fettsyra 4:0-10:0	0,5	0,4
2055	Mjölkchoklad	Stearinsyra C18:0	10,4	10,3
2055	Mjölkchoklad	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
2055	Mjölkchoklad	Folat	16	14
2055	Mjölkchoklad	Socker totalt	49	56
2055	Mjölkchoklad	Vitamin B12	0,5	0,4
2055	Mjölkchoklad	Vitamin B6	0,1	0,2
2055	Mjölkchoklad	Kalium	509	520
2055	Mjölkchoklad	Järn	2,3	4,5
2055	Mjölkchoklad	Kalcium	267,0	190,0
2055	Mjölkchoklad	Jod	24,0	3,1
2055	Mjölkchoklad	Fosfor	264	230
2055	Mjölkchoklad	Linolsyra C18:2	1,1	0,8
2055	Mjölkchoklad	Oljesyra C18:1	10,8	8,9

2055	Mjölchoklad	Palmitoljesyra C16:1	0,2	0,1
2055	Mjölchoklad	Arakidinsyra C20:0	0,3	0,3
2055	Mjölchoklad	Fett	35,2	30,8
2055	Mjölchoklad	Fibrer	0	3
2055	Mjölchoklad	Kolhydrater	53	58
2055	Mjölchoklad	Protein	9	5
2055	Mjölchoklad	Vitamin K	5,8	7,6
2055	Mjölchoklad	Vitamin E	0,7	0,6
2055	Mjölchoklad	β-Karoten	32	31
2055	Mjölchoklad	Retinol	58	57
2055	Mjölchoklad	Vitamin D	0,3	1,6
2055	Mjölchoklad	Vatten	1	1
2055	Mjölchoklad	Aska	2	2
2055	Mjölchoklad	Energi (kcal)	564	535
2055	Mjölchoklad	Selen	3,6	0,0
2055	Mjölchoklad	Zink	1,37	1,00
2055	Mjölchoklad	Natrium	93	98
2055	Mjölchoklad	Magnesium	62,8	64,0
2055	Mjölchoklad	Vitamin A	60	60
2055	Mjölchoklad	Tillsatt socker	38	45
2055	Mjölchoklad	Fritt socker	38	45
2055	Mjölchoklad	Salt	0	0
2055	Mjölchoklad	Niacinekvivalenter	1,9	1,3
2055	Mjölchoklad	Vitamin C	0	1
2055	Mjölchoklad	Niacin	0,4	0,5
2055	Mjölchoklad	Tiamin	0,0	0,1
2055	Mjölchoklad	Riboflavin	0,5	0,4
2056	Kebabkött frysvara	Disackarider	0	0
2056	Kebabkött frysvara	Summa mättade fettsyror	9	9
2056	Kebabkött frysvara	Summa enkelomättade fettsyror	8	8
2056	Kebabkött frysvara	Summa fleromättade fettsyror	1	1
2056	Kebabkött frysvara	Socker totalt	0	1
2056	Kebabkött frysvara	Protein	14	14
2083	Gryta ratatouille veg. (beräknat)	Kolhydrater	6	6
2083	Gryta ratatouille veg. (beräknat)	Avfall (skal etc.)	5	4
2083	Gryta ratatouille veg. (beräknat)	Salt	1	1
2085	hemlagad (beräknat)	Kolesterol	21	21
2085	hemlagad (beräknat)	Disackarider	2	2
2085	hemlagad (beräknat)	Monosackarider	1	1
2085	hemlagad (beräknat)	Energi (kJ)	602	597
2085	hemlagad (beräknat)	Summa mättade fettsyror	5	5
2085	hemlagad (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
2085	hemlagad (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
2085	hemlagad (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,6	0,6
2085	hemlagad (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,2	0,2
2085	hemlagad (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,8	0,8
2085	hemlagad (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	2,3	2,2
2085	hemlagad (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,8	0,8
2085	hemlagad (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,0
2085	hemlagad (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0

2085	hemlagad (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
2085	hemlagad (beräknat)	Vitamin B6	0,2	0,2
2085	hemlagad (beräknat)	Vitamin B12	0,3	0,3
2085	hemlagad (beräknat)	Socker totalt	2	2
2085	hemlagad (beräknat)	Folat	15	15
2085	hemlagad (beräknat)	Jod	40,1	40,1
2085	hemlagad (beräknat)	Järn	0,3	0,3
2085	hemlagad (beräknat)	Kalium	334	334
2085	hemlagad (beräknat)	Kalcium	112,4	112,5
2085	hemlagad (beräknat)	Magnesium	22,4	22,4
2085	hemlagad (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
2085	hemlagad (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
2085	hemlagad (beräknat)	Oljesyra C18:1	1,6	1,6
2085	hemlagad (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,1	0,1
2085	hemlagad (beräknat)	Protein	5	5
2085	hemlagad (beräknat)	Fibrer	2	2
2085	hemlagad (beräknat)	Fett	7,6	7,4
2085	hemlagad (beräknat)	Fosfor	109	109
2085	hemlagad (beräknat)	Vitamin D	0,0	0,0
2085	hemlagad (beräknat)	Retinol	65	64
2085	hemlagad (beräknat)	β-Karoten	71	70
2085	hemlagad (beräknat)	Vitamin E	0,3	0,3
2085	hemlagad (beräknat)	Energi (kcal)	144	143
2085	hemlagad (beräknat)	Aska	2	2
2085	hemlagad (beräknat)	Vatten	71	71
2085	hemlagad (beräknat)	Kolhydrater	13	13
2085	hemlagad (beräknat)	Natrium	331	331
2085	hemlagad (beräknat)	Selen	1,6	1,6
2085	hemlagad (beräknat)	Vitamin A	71	70
2085	hemlagad (beräknat)	Zink	0,61	0,61
2085	hemlagad (beräknat)	Salt	1	1
2085	hemlagad (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
2085	hemlagad (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
2085	hemlagad (beräknat)	Niacin	1,5	1,5
2085	hemlagad (beräknat)	Vitamin C	12	12
2085	hemlagad (beräknat)	Niacinekvivalenter	2,5	2,5
2092	Sjömansbiff (beräknat)	Energi (kJ)	410	408
2092	Sjömansbiff (beräknat)	Monosackarider	1	1
2092	Sjömansbiff (beräknat)	Disackarider	0	0
2092	Sjömansbiff (beräknat)	Kolesterol	15	15
2092	Sjömansbiff (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
2092	Sjömansbiff (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
2092	Sjömansbiff (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
2092	Sjömansbiff (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
2092	Sjömansbiff (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,2	0,2
2092	Sjömansbiff (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,3	0,3
2092	Sjömansbiff (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,0	0,0
2092	Sjömansbiff (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
2092	Sjömansbiff (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
1740	Svartvinbärskräm (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0

1740	Svartvinbärskräm (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,1	0,1
1740	Svartvinbärskräm (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,0	0,0
1740	Svartvinbärskräm (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
1740	Svartvinbärskräm (beräknat)	Folat	3	2
1740	Svartvinbärskräm (beräknat)	Socker totalt	10	10
1740	Svartvinbärskräm (beräknat)	Vitamin B6	0,0	0,0
1740	Svartvinbärskräm (beräknat)	Magnesium	8,6	8,6
1740	Svartvinbärskräm (beräknat)	Kalium	74	69
1740	Svartvinbärskräm (beräknat)	Kalcium	26,2	27,0
1740	Svartvinbärskräm (beräknat)	Järn	0,2	0,4
1740	Svartvinbärskräm (beräknat)	Jod	1,7	1,5
1740	Svartvinbärskräm (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,1	0,1
1740	Svartvinbärskräm (beräknat)	Oljesyra C18:1	0,0	0,0
1740	Svartvinbärskräm (beräknat)	Fosfor	27	22
1740	Svartvinbärskräm (beräknat)	Fibrer	2	2
1740	Svartvinbärskräm (beräknat)	Fett	0,4	0,4
1740	Svartvinbärskräm (beräknat)	Protein	0	0
1740	Svartvinbärskräm (beräknat)	β-Karoten	34	34
1740	Svartvinbärskräm (beräknat)	Vitamin E	0,5	0,7
1740	Svartvinbärskräm (beräknat)	Avfall (skal etc.)	1	0
1740	Svartvinbärskräm (beräknat)	Vatten	81	82
1740	Svartvinbärskräm (beräknat)	Aska	0	0
1740	Svartvinbärskräm (beräknat)	Energi (kcal)	71	69
1740	Svartvinbärskräm (beräknat)	Kolhydrater	15	15
1740	Svartvinbärskräm (beräknat)	Vitamin A	3	3
1740	Svartvinbärskräm (beräknat)	Zink	0,10	0,10
1740	Svartvinbärskräm (beräknat)	Selen	0,0	0,0
1740	Svartvinbärskräm (beräknat)	Natrium	2	2
1740	Svartvinbärskräm (beräknat)	Fritt socker	7	7
1740	Svartvinbärskräm (beräknat)	Salt	0	0
1740	Svartvinbärskräm (beräknat)	Tillsatt socker	7	7
1740	Svartvinbärskräm (beräknat)	Niacinekvivalenter	0,2	0,2
1740	Svartvinbärskräm (beräknat)	Vitamin C	20	17
1740	Svartvinbärskräm (beräknat)	Niacin	0,1	0,1
1740	Svartvinbärskräm (beräknat)	Tiamin	0,0	0,0
1740	Svartvinbärskräm (beräknat)	Riboflavin	0,0	0,0
1741	Äppelkompott (beräknat)	Avfall (skal etc.)	7	5
1741	Äppelkompott (beräknat)	Salt	0	0
1742	Äppelkräm (beräknat)	Avfall (skal etc.)	6	5
1742	Äppelkräm (beräknat)	Salt	0	0
1743	Äppelsoppa (beräknat)	Avfall (skal etc.)	5	4
1743	Äppelsoppa (beräknat)	Salt	0	0
1744	Krä m. bär el. frukt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1744	Krä m. bär el. frukt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
1744	Krä m. bär el. frukt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
1744	Krä m. bär el. frukt (beräknat)	Protein	0	0
1744	Krä m. bär el. frukt (beräknat)	Avfall (skal etc.)	2	2
1744	Krä m. bär el. frukt (beräknat)	Kolhydrater	14	14
1744	Krä m. bär el. frukt (beräknat)	Salt	0	0
1745	Pajfyllning bär m. socker (beräknat)	Energi (kJ)	449	449

1745	Pajfyllning bär m. socker (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
1745	Pajfyllning bär m. socker (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
1745	Pajfyllning bär m. socker (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1745	Pajfyllning bär m. socker (beräknat)	Protein	1	1
1745	Pajfyllning bär m. socker (beräknat)	Kolhydrater	23	23
1745	Pajfyllning bär m. socker (beräknat)	Energi (kcal)	107	107
1745	Pajfyllning bär m. socker (beräknat)	Avfall (skal etc.)	3	3
1745	Pajfyllning bär m. socker (beräknat)	Salt	0	0
1775	Fromage citron	Salt	0	0
1776	Vaniljsås m. havre fett 11%	Disackarider	10	10
1776	Vaniljsås m. havre fett 11%	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1776	Vaniljsås m. havre fett 11%	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
1776	Vaniljsås m. havre fett 11%	Summa mättade fettsyror	5	5
1776	Vaniljsås m. havre fett 11%	Protein	1	1
1776	Vaniljsås m. havre fett 11%	Salt	0	0
1777	Vaniljsås tillagad pulver m. mjölk	Energi (kJ)	445	445
1777	Vaniljsås tillagad pulver m. mjölk	Summa mättade fettsyror	2	2
1777	Vaniljsås tillagad pulver m. mjölk	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
1777	Vaniljsås tillagad pulver m. mjölk	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1777	Vaniljsås tillagad pulver m. mjölk	Jod		10,2
1777	Vaniljsås tillagad pulver m. mjölk	Kolhydrater	16	16
1777	Vaniljsås tillagad pulver m. mjölk	Energi (kcal)	106	106
1777	Vaniljsås tillagad pulver m. mjölk	Salt	0	0
1778	Glassås choklad	Monosackarider	18	18
1778	Glassås choklad	Disackarider	37	37
1778	Glassås choklad	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1778	Glassås choklad	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
1778	Glassås choklad	Summa mättade fettsyror	2	2
1778	Glassås choklad	Protein	3	3
1778	Glassås choklad	Vitamin A	0	1
1778	Glassås choklad	Salt	0	0
1779	Glassås frukt	Monosackarider	26	26
1779	Glassås frukt	Salt	0	0
1781	Rabarberpaj (beräknat)	Energi (kJ)	1149	1148
1781	Rabarberpaj (beräknat)	Monosackarider	0	0
1781	Rabarberpaj (beräknat)	Disackarider	17	17
1781	Rabarberpaj (beräknat)	Kolesterol	27	18
1781	Rabarberpaj (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
1781	Rabarberpaj (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,6	0,3
1781	Rabarberpaj (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	4	5
1781	Rabarberpaj (beräknat)	Summa mättade fettsyror	7	6
1781	Rabarberpaj (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	3,8	3,7
1781	Rabarberpaj (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,8	0,7
1781	Rabarberpaj (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,3	0,3
1781	Rabarberpaj (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,7	0,5
1781	Rabarberpaj (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
1781	Rabarberpaj (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,4	0,5
1781	Rabarberpaj (beräknat)	Socker totalt	17	17
1781	Rabarberpaj (beräknat)	Jod	2,0	1,9
1781	Rabarberpaj (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,2	1,5

1781	Rabarberpaj (beräknat)	Oljesyra C18:1	4,2	4,8
1781	Rabarberpaj (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
1781	Rabarberpaj (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1781	Rabarberpaj (beräknat)	Fett	13,4	13,3
1781	Rabarberpaj (beräknat)	Protein	3	3
1781	Rabarberpaj (beräknat)	β-Karoten	106	109
1781	Rabarberpaj (beräknat)	Vitamin D	0,8	1,1
1781	Rabarberpaj (beräknat)	Vitamin E	1,5	1,8
1781	Rabarberpaj (beräknat)	Vatten	46	46
1781	Rabarberpaj (beräknat)	Aska	1	1
1781	Rabarberpaj (beräknat)	Energi (kcal)	275	274
1781	Rabarberpaj (beräknat)	Kolhydrater	35	35
1781	Rabarberpaj (beräknat)	Retinol	112	116
1781	Rabarberpaj (beräknat)	Vitamin A	121	125
1781	Rabarberpaj (beräknat)	Natrium	87	91
1781	Rabarberpaj (beräknat)	Salt	0	0
1781	Rabarberpaj (beräknat)	Niacinekvivalenter	0,8	0,8
1782	Äppelpaj m. lock (beräknat)	Kolesterol	36	26
1782	Äppelpaj m. lock (beräknat)	Disackarider	9	9
1782	Äppelpaj m. lock (beräknat)	Monosackarider	3	3
1782	Äppelpaj m. lock (beräknat)	Energi (kJ)	1199	1198
1782	Äppelpaj m. lock (beräknat)	Summa mättade fettsyror	8	7
1782	Äppelpaj m. lock (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
1782	Äppelpaj m. lock (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,7	0,4
1782	Äppelpaj m. lock (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	3
1782	Äppelpaj m. lock (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,8	0,5
1782	Äppelpaj m. lock (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,4	0,4
1782	Äppelpaj m. lock (beräknat)	Stearinsyra C18:0	1,0	0,8
1782	Äppelpaj m. lock (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	4,5	4,4
1782	Äppelpaj m. lock (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,4	0,6
1782	Äppelpaj m. lock (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
1782	Äppelpaj m. lock (beräknat)	Socker totalt	13	13
1782	Äppelpaj m. lock (beräknat)	Jod	2,9	2,7
1782	Äppelpaj m. lock (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1782	Äppelpaj m. lock (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
1782	Äppelpaj m. lock (beräknat)	Oljesyra C18:1	5,0	5,7
1782	Äppelpaj m. lock (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,4	1,8
1782	Äppelpaj m. lock (beräknat)	Protein	3	3
1782	Äppelpaj m. lock (beräknat)	Fett	15,7	15,7
1782	Äppelpaj m. lock (beräknat)	Vitamin E	1,8	2,2
1782	Äppelpaj m. lock (beräknat)	Vitamin D	0,9	1,3
1782	Äppelpaj m. lock (beräknat)	β-Karoten	93	96
1782	Äppelpaj m. lock (beräknat)	Kolhydrater	32	32
1782	Äppelpaj m. lock (beräknat)	Energi (kcal)	287	286
1782	Äppelpaj m. lock (beräknat)	Aska	0	1
1782	Äppelpaj m. lock (beräknat)	Vatten	46	46
1782	Äppelpaj m. lock (beräknat)	Natrium	105	110
1782	Äppelpaj m. lock (beräknat)	Vitamin A	144	149
1782	Äppelpaj m. lock (beräknat)	Retinol	136	140
1782	Äppelpaj m. lock (beräknat)	Salt	0	0

1782	Äppelpaj m. lock (beräknat)	Niacinekvivalenter	0,8	0,8
1783	(beräknat)	Monosackarider	1	1
1783	(beräknat)	Disackarider	10	10
1783	(beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1783	(beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	6	6
1783	(beräknat)	Summa mättade fettsyror	12	12
1783	(beräknat)	Socker totalt	12	12
1783	(beräknat)	Protein	5	5
1783	(beräknat)	Kolhydrater	15	15
1783	(beräknat)	Vitamin A	223	224
1783	(beräknat)	Salt	0	0
1784	Cheesecake m. digestivebotten (beräknat)	Kolesterol	90	88
1784	Cheesecake m. digestivebotten (beräknat)	Disackarider	14	14
1784	Cheesecake m. digestivebotten (beräknat)	Monosackarider	0	0
1784	Cheesecake m. digestivebotten (beräknat)	Energi (kJ)	1223	1222
1784	Cheesecake m. digestivebotten (beräknat)	Summa mättade fettsyror	13	12
1784	Cheesecake m. digestivebotten (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	6	6
1784	Cheesecake m. digestivebotten (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	1,9	1,9
1784	Cheesecake m. digestivebotten (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	2
1784	Cheesecake m. digestivebotten (beräknat)	Myristinsyra C14:0	1,7	1,6
1784	Cheesecake m. digestivebotten (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,6	0,6
1784	Cheesecake m. digestivebotten (beräknat)	Stearinsyra C18:0	1,9	1,9
1784	Cheesecake m. digestivebotten (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	5,7	5,7
1784	Cheesecake m. digestivebotten (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,2	0,2
1784	Cheesecake m. digestivebotten (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
1784	Cheesecake m. digestivebotten (beräknat)	Socker totalt	14	14
1784	Cheesecake m. digestivebotten (beräknat)	Jod	10,1	10,0
1814	Apelsinsaft konc. berikad	Salt	0	0
1815	Apelsinsaft drickf. berikad	Salt	0	0
1817	Saft lättsockrad konc.	Salt	0	0
1818	Måltidsdryck drickf.	Monosackarider	3	3
1818	Måltidsdryck drickf.	Disackarider	4	4
1819	Blandsaft konc.	Salt	0	0
1820	Saft drickf.	Monosackarider	3	3
1820	Saft drickf.	Disackarider	4	4
1821	Svartvinbärssaft konc. berikad	Energi (kJ)	726	726
1821	Svartvinbärssaft konc. berikad	Jod		1,0
1821	Svartvinbärssaft konc. berikad	Energi (kcal)	174	174
1821	Svartvinbärssaft konc. berikad	Salt	0	0
1822	Saft sötningsm. konc.	Salt	0	0
1826	Fruktdryck m. kolsyra	Salt	0	0
1827	Fruktdryck u. kolsyra	Jod		1,1
1859	Mjuk kokos m. mjölkchokladöverdrag	Protein	4	4
1859	Mjuk kokos m. mjölkchokladöverdrag	Vitamin A	20	20
1859	Mjuk kokos m. mjölkchokladöverdrag	Salt	0	0
1860	Nötkrä m chokladkräm	Kolesterol	2	2
1860	Nötkrä m chokladkräm	Disackarider	57	50
1860	Nötkrä m chokladkräm	Energi (kJ)	2199	2269
1860	Nötkrä m chokladkräm	Summa mättade fettsyror	9	8
1860	Nötkrä m chokladkräm	Summa enkelomättade fettsyror	16	16

1860	Nötkräm chokladkräm	Summa fleromättade fettsyror	3	7
1860	Nötkräm chokladkräm	Myristinsyra C14:0	0,2	0,1
1860	Nötkräm chokladkräm	Laurinsyra C12:0	0,1	0,0
1860	Nötkräm chokladkräm	Stearinsyra C18:0	1,4	1,5
1860	Nötkräm chokladkräm	Palmitinsyra C16:0	7,4	6,3
1860	Nötkräm chokladkräm	Linolensyra C18:3	0,1	0,3
1860	Nötkräm chokladkräm	Vitamin B6	0,1	0,1
1860	Nötkräm chokladkräm	Vitamin B12	0,2	0,3
1860	Nötkräm chokladkräm	Socker totalt	57	50
1860	Nötkräm chokladkräm	Folat	24	19
1860	Nötkräm chokladkräm	Jod	7,0	1,3
1860	Nötkräm chokladkräm	Järn	2,3	3,5
1860	Nötkräm chokladkräm	Kalcium	124,0	110,0
1860	Nötkräm chokladkräm	Kalium	476	480
1860	Nötkräm chokladkräm	Magnesium	76,0	75,0
1860	Nötkräm chokladkräm	Arakidinsyra C20:0	0,1	0,1
1860	Nötkräm chokladkräm	Oljesyra C18:1	15,7	16,2
1860	Nötkräm chokladkräm	Linolsyra C18:2	3,3	6,3
1860	Nötkräm chokladkräm	Protein	6	6
1860	Nötkräm chokladkräm	Fett	29,6	32,5
1860	Nötkräm chokladkräm	Fibrer	5	4
1860	Nötkräm chokladkräm	Fosfor	178	170
1860	Nötkräm chokladkräm	Vitamin D	0,6	0,4
1860	Nötkräm chokladkräm	β-Karoten	3	0
1860	Nötkräm chokladkräm	Vitamin E	7,8	10,0
1860	Nötkräm chokladkräm	Vitamin K	4,5	8,7
1860	Nötkräm chokladkräm	Kolhydrater	57	55
1860	Nötkräm chokladkräm	Energi (kcal)	526	542
1860	Nötkräm chokladkräm	Aska	2	2
1860	Nötkräm chokladkräm	Vatten	1	1
1860	Nötkräm chokladkräm	Natrium	28	33
1860	Nötkräm chokladkräm	Selen	5,0	0,0
1860	Nötkräm chokladkräm	Vitamin A	0	0
1860	Nötkräm chokladkräm	Zink	0,12	1,14
1860	Nötkräm chokladkräm	Salt	0	0
1860	Nötkräm chokladkräm	Fritt socker	48	46
1860	Nötkräm chokladkräm	Tillsatt socker	48	46
1860	Nötkräm chokladkräm	Riboflavin	0,3	0,2
1860	Nötkräm chokladkräm	Tiamin	0,0	0,0
1860	Nötkräm chokladkräm	Niacin	0,5	0,3
1860	Nötkräm chokladkräm	Vitamin C	0	1
1860	Nötkräm chokladkräm	Niacinekvivalenter	1,4	1,2
1861	Choklad sötningsm.	Salt	0	0
1863	Gelékonfekt	Disackarider	52	44
1863	Gelékonfekt	Monosackarider	10	11
1863	Gelékonfekt	Energi (kJ)	1474	1466
1863	Gelékonfekt	Socker totalt	62	55
1863	Gelékonfekt	Jod	4,0	0,0
1863	Gelékonfekt	Järn	1,3	0,0
1863	Gelékonfekt	Kalcium	140,0	14,0

1863	Gelékonfekt	Kalium	8	0
1863	Gelékonfekt	Magnesium	43,0	0,0
1863	Gelékonfekt	Protein	7	5
1863	Gelékonfekt	Fibrer	0	1
1863	Gelékonfekt	Fosfor	4	6
1863	Gelékonfekt	Vitamin E	0,0	0,1
1863	Gelékonfekt	Vitamin K		0,0
1863	Gelékonfekt	Kolhydrater	79	81
1863	Gelékonfekt	Energi (kcal)	352	350
1863	Gelékonfekt	Aska	0	0
1863	Gelékonfekt	Vatten	13	14
1863	Gelékonfekt	Natrium	74	34
1863	Gelékonfekt	Zink	0,10	0,00
1863	Gelékonfekt	Salt	0	0
1863	Gelékonfekt	Fritt socker	62	55
1863	Gelékonfekt	Tillsatt socker	62	53
1863	Gelékonfekt	Niacinekvivalenter	1,2	0,8
1864	Karameller syrliga	Jod		0,0
1864	Karameller syrliga	Salt	0	0
1867	Marmeladkonfekt	Jod		0,0
1867	Marmeladkonfekt	Salt	0	0
1868	Skumgodis	Disackarider	56	44
1868	Skumgodis	Monosackarider	11	11
1868	Skumgodis	Energi (kJ)	1401	1466
1868	Skumgodis	Socker totalt	67	55
1868	Skumgodis	Folat	1	0
1868	Skumgodis	Jod	6,0	0,0
1868	Skumgodis	Järn	1,6	0,0
1868	Skumgodis	Kalcium	18,0	14,0
1868	Skumgodis	Kalium	6	0
1868	Skumgodis	Magnesium	14,3	0,0
1868	Skumgodis	Protein	2	5
1868	Skumgodis	Fibrer	0	1
1868	Skumgodis	Vitamin E	0,0	0,1
1868	Skumgodis	Vitamin K		0,0
1868	Skumgodis	Kolhydrater	80	81
1868	Skumgodis	Energi (kcal)	335	350
1868	Skumgodis	Aska	0	0
1868	Skumgodis	Vatten	17	14
1868	Skumgodis	Natrium	39	34
1868	Skumgodis	Zink	0,10	0,00
1868	Skumgodis	Fritt socker	67	55
1868	Skumgodis	Tillsatt socker	67	53
1868	Skumgodis	Niacinekvivalenter	0,3	0,8
1869	Polkagris	Jod		0,0
1869	Polkagris	Salt	0	0
1870	Tuggummi	Salt	0	0
1871	Klubba chokladkola karamell	Jod		0,0
1906	Öl starköl el. exportöl vol. % 5,4	Salt	0	0
1907	Vin rött vol. % 14	Monosackarider	1	1

1907	Vin rött vol. % 14	Energi (kJ)	329	329
1907	Vin rött vol. % 14	Energi (kcal)	79	79
1907	Vin rött vol. % 14	Salt	0	0
1908	Vin vitt vol. % 12	Energi (kJ)	293	293
1908	Vin vitt vol. % 12	Monosackarider	1	1
1908	Vin vitt vol. % 12	Energi (kcal)	70	70
1908	Vin vitt vol. % 12	Salt	0	0
1909	Vin vitt el. rhenvin vol. % 10	Salt	0	0
1912	Glögg vin vol. % 10	Salt	0	0
1914	Starkvin vol. % 18 typ Madeira	Jod		1,0
1914	Starkvin vol. % 18 typ Madeira	Salt	0	0
1915	Starkvin vitt rött vol. % 20 typ Portvin	Salt	0	0
1916	Starkvin halvtorr vol. % 17 typ Sherry	Salt	0	0
1951	Vatten mineralvatten	Salt	0	0
1953	Vatten kranvatten	Salt	0	0
1955	Snabbkaffe pulver	Disackarider	7	0
1955	Snabbkaffe pulver	Energi (kJ)	1271	1276
1955	Snabbkaffe pulver	Summa mättade fettsyror	0	0
1955	Snabbkaffe pulver	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
1955	Snabbkaffe pulver	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1955	Snabbkaffe pulver	Myristinsyra C14:0	0,2	0,0
1955	Snabbkaffe pulver	Stearinsyra C18:0	0,0	0,1
1955	Snabbkaffe pulver	Palmitinsyra C16:0	0,0	0,3
1955	Snabbkaffe pulver	Linolensyra C18:3	0,0	0,0
1955	Snabbkaffe pulver	Vitamin B6	0,0	26,0
1955	Snabbkaffe pulver	Socker totalt	7	0
1955	Snabbkaffe pulver	Folat	22	0
1955	Snabbkaffe pulver	Fosfor	350	340
1955	Snabbkaffe pulver	Jod	10,0	3,7
1955	Snabbkaffe pulver	Kalcium	160,0	140,0
1955	Snabbkaffe pulver	Järn	4,4	3,5
1955	Snabbkaffe pulver	Kalium	4000	3500
1955	Snabbkaffe pulver	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1955	Snabbkaffe pulver	Oljesyra C18:1	0,0	0,1
1955	Snabbkaffe pulver	Linolsyra C18:2	0,2	0,4
1955	Snabbkaffe pulver	Protein	20	23
1955	Snabbkaffe pulver	Kolhydrater	43	39
1955	Snabbkaffe pulver	Fibrer	19	26
1955	Snabbkaffe pulver	Fett	1,7	0,9
1955	Snabbkaffe pulver	Vitamin E	0,0	0,1
1955	Snabbkaffe pulver	Vitamin K		1,9
1955	Snabbkaffe pulver	Energi (kcal)	304	305
1955	Snabbkaffe pulver	Aska	10	9
1955	Snabbkaffe pulver	Vatten	7	3
1955	Snabbkaffe pulver	Magnesium	390,0	400,0
1955	Snabbkaffe pulver	Natrium	41	40
1955	Snabbkaffe pulver	Zink	0,57	0,33
1955	Snabbkaffe pulver	Selen	3,0	0,0
1955	Snabbkaffe pulver	Riboflavin	0,1	0,1
1955	Snabbkaffe pulver	Niacin	22,0	44,0

1955	Snabbkaffe pulver	Niacinekvivalenter	25,3	47,8
1956	Snabbkaffe drickf.	Salt	0	0
1957	Kaffe bryggt	Energi (kJ)	0	8
1957	Kaffe bryggt	Kolhydrater	0	1
1957	Kaffe bryggt	Energi (kcal)	0	2
1957	Kaffe bryggt	Salt	0	0
1958	Kaffe espresso bryggt drickf.	Kolhydrater	2	2
1958	Kaffe espresso bryggt drickf.	Salt	0	0
1959	Snabbkaffe koffeinfritt drickf.	Jod		3,0
1960	Tepulver	Salt	0	0
1962	Te bryggt	Salt	0	0
1963	Örtte drickf.	Jod		1,9
1992	Sky (beräknat)	Disackarider	0	0
1992	Sky (beräknat)	Energi (kJ)	119	122
1992	Sky (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
1992	Sky (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
1992	Sky (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1992	Sky (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,1	0,1
1992	Sky (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
1992	Sky (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
1992	Sky (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,0	0,0
1992	Sky (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,2	0,2
1992	Sky (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,2	0,2
1992	Sky (beräknat)	Socker totalt	0	0
1992	Sky (beräknat)	Fosfor	9	9
1992	Sky (beräknat)	Jod	0,3	0,3
1992	Sky (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1992	Sky (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
1992	Sky (beräknat)	Oljesyra C18:1	1,5	1,5
1992	Sky (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,5	0,6
1992	Sky (beräknat)	Protein	1	1
1992	Sky (beräknat)	Kolhydrater	0	0
1992	Sky (beräknat)	Fett	2,7	2,7
1992	Sky (beräknat)	Vitamin D	0,2	0,1
1992	Sky (beräknat)	Retinol	7	4
1992	Sky (beräknat)	β-Karoten	5	3
1992	Sky (beräknat)	Vitamin E	0,6	0,7
1992	Sky (beräknat)	Energi (kcal)	29	29
1992	Sky (beräknat)	Aska	1	1
1992	Sky (beräknat)	Vatten	95	95
1992	Sky (beräknat)	Vitamin A	8	4
1992	Sky (beräknat)	Natrium	185	183
1992	Sky (beräknat)	Salt	0	0
1992	Sky (beräknat)	Niacinekvivalenter	0,7	0,7
1993	Brunsås m. buljong grädde (beräknat)	Energi (kJ)	468	460
1993	Brunsås m. buljong grädde (beräknat)	Monosackarider	2	2
1993	Brunsås m. buljong grädde (beräknat)	Disackarider	1	2
1993	Brunsås m. buljong grädde (beräknat)	Kolesterol	8	7
1993	Brunsås m. buljong grädde (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
1993	Brunsås m. buljong grädde (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	4	4

1993	Brunsås m. buljong grädde (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
1993	Brunsås m. buljong grädde (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,2	1,1
1993	Brunsås m. buljong grädde (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,3	0,3
1993	Brunsås m. buljong grädde (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,1	0,1
1993	Brunsås m. buljong grädde (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,2	0,2
1993	Brunsås m. buljong grädde (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,4	0,4
1993	Brunsås m. buljong grädde (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
1993	Brunsås m. buljong grädde (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
1993	Brunsås m. buljong grädde (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,5	0,4
1993	Brunsås m. buljong grädde (beräknat)	Folat	3	3
1993	Brunsås m. buljong grädde (beräknat)	Socker totalt	4	4
1993	Brunsås m. buljong grädde (beräknat)	Vitamin B12	0,0	0,0
1993	Brunsås m. buljong grädde (beräknat)	Vitamin B6	0,0	0,0
1993	Brunsås m. buljong grädde (beräknat)	Kalium	35	36
1993	Brunsås m. buljong grädde (beräknat)	Järn	0,2	0,2
1993	Brunsås m. buljong grädde (beräknat)	Kalcium	13,9	14,3
1993	Brunsås m. buljong grädde (beräknat)	Jod	2,3	2,4
1993	Brunsås m. buljong grädde (beräknat)	Fosfor	26	26
1993	Brunsås m. buljong grädde (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,2	1,4
1993	Brunsås m. buljong grädde (beräknat)	Oljesyra C18:1	3,9	3,8
1993	Brunsås m. buljong grädde (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
1993	Brunsås m. buljong grädde (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1993	Brunsås m. buljong grädde (beräknat)	Fett	8,7	8,5
1993	Brunsås m. buljong grädde (beräknat)	Fibrer	0	0
1993	Brunsås m. buljong grädde (beräknat)	Kolhydrater	7	7
1993	Brunsås m. buljong grädde (beräknat)	Protein	1	1
1993	Brunsås m. buljong grädde (beräknat)	Vitamin E	1,5	1,7
1993	Brunsås m. buljong grädde (beräknat)	β-Karoten	34	26
1993	Brunsås m. buljong grädde (beräknat)	Retinol	41	29
1993	Brunsås m. buljong grädde (beräknat)	Vitamin D	0,4	0,3
1993	Brunsås m. buljong grädde (beräknat)	Vatten	80	81
1993	Brunsås m. buljong grädde (beräknat)	Aska	2	2
1993	Brunsås m. buljong grädde (beräknat)	Energi (kcal)	112	110
1993	Brunsås m. buljong grädde (beräknat)	Selen	0,6	0,6
1993	Brunsås m. buljong grädde (beräknat)	Zink	0,10	0,10
1993	Brunsås m. buljong grädde (beräknat)	Natrium	742	738
1993	Brunsås m. buljong grädde (beräknat)	Magnesium	6,4	6,5
1993	Brunsås m. buljong grädde (beräknat)	Vitamin A	44	32
1993	Brunsås m. buljong grädde (beräknat)	Tillsatt socker	3	3
1993	Brunsås m. buljong grädde (beräknat)	Fritt socker	3	3
1993	Brunsås m. buljong grädde (beräknat)	Salt	2	2
1993	Brunsås m. buljong grädde (beräknat)	Niacinekvivalenter	0,6	0,6
1993	Brunsås m. buljong grädde (beräknat)	Vitamin C	0	0
1993	Brunsås m. buljong grädde (beräknat)	Niacin	0,4	0,4
1993	Brunsås m. buljong grädde (beräknat)	Tiamin	0,0	0,0
1993	Brunsås m. buljong grädde (beräknat)	Riboflavin	0,0	0,0
1994	Brunsås m. buljong (beräknat)	Disackarider	1	1
1994	Brunsås m. buljong (beräknat)	Monosackarider	2	2
1994	Brunsås m. buljong (beräknat)	Energi (kJ)	384	391
1994	Brunsås m. buljong (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1

1994	Brunsås m. buljong (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
1994	Brunsås m. buljong (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
1994	Brunsås m. buljong (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,2	0,2
1994	Brunsås m. buljong (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
1994	Brunsås m. buljong (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
1994	Brunsås m. buljong (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,0	0,0
1994	Brunsås m. buljong (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,4	0,4
1994	Brunsås m. buljong (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,5	0,5
1994	Brunsås m. buljong (beräknat)	Socker totalt	4	4
1994	Brunsås m. buljong (beräknat)	Fosfor	21	21
1994	Brunsås m. buljong (beräknat)	Jod	1,8	1,8
1994	Brunsås m. buljong (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1994	Brunsås m. buljong (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
1994	Brunsås m. buljong (beräknat)	Oljesyra C18:1	3,5	3,6
1994	Brunsås m. buljong (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,2	1,4
1994	Brunsås m. buljong (beräknat)	Protein	1	1
1994	Brunsås m. buljong (beräknat)	Kolhydrater	8	8
1994	Brunsås m. buljong (beräknat)	Fett	6,4	6,5
1994	Brunsås m. buljong (beräknat)	Vitamin D	0,4	0,3
1994	Brunsås m. buljong (beräknat)	Retinol	18	9
1994	Brunsås m. buljong (beräknat)	β-Karoten	15	10
1994	Brunsås m. buljong (beräknat)	Vitamin E	1,6	1,7
1994	Brunsås m. buljong (beräknat)	Energi (kcal)	92	93
1994	Brunsås m. buljong (beräknat)	Aska	2	2
1994	Brunsås m. buljong (beräknat)	Vatten	83	82
1994	Brunsås m. buljong (beräknat)	Vitamin A	19	10
1994	Brunsås m. buljong (beräknat)	Natrium	798	794
1994	Brunsås m. buljong (beräknat)	Salt	2	2
1994	Brunsås m. buljong (beräknat)	Niacinekvivalenter	0,6	0,6
1995	Currysås hemlagad (beräknat)	Energi (kJ)	431	415
1995	Currysås hemlagad (beräknat)	Monosackarider	0	0
1995	Currysås hemlagad (beräknat)	Disackarider	0	1
1995	Currysås hemlagad (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
1995	Currysås hemlagad (beräknat)	Kolesterol	50	49
1995	Currysås hemlagad (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1995	Currysås hemlagad (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
1995	Currysås hemlagad (beräknat)	Summa mättade fettsyror	5	5
1995	Currysås hemlagad (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	2,6	2,5
1995	Currysås hemlagad (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,8	0,8
1995	Currysås hemlagad (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,3	0,2
1995	Currysås hemlagad (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,7	0,7
1995	Currysås hemlagad (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,8	0,8
1995	Currysås hemlagad (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
1995	Currysås hemlagad (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
1995	Currysås hemlagad (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
1995	Currysås hemlagad (beräknat)	Folat	10	10
1995	Currysås hemlagad (beräknat)	Socker totalt	1	1
1995	Currysås hemlagad (beräknat)	Vitamin B12	0,1	0,1
1995	Currysås hemlagad (beräknat)	Vitamin B6	0,0	0,0
1995	Currysås hemlagad (beräknat)	Kalium	36	37

1995	Currysås hemlagad (beräknat)	Järn	0,2	0,2
1995	Currysås hemlagad (beräknat)	Kalcium	18,8	19,3
1995	Currysås hemlagad (beräknat)	Jod	54,6	54,7
1995	Currysås hemlagad (beräknat)	Fosfor	31	31
1995	Currysås hemlagad (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,3	0,3
1995	Currysås hemlagad (beräknat)	Oljesyra C18:1	2,0	1,9
1995	Currysås hemlagad (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,2	0,2
1995	Currysås hemlagad (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1995	Currysås hemlagad (beräknat)	Fett	8,9	8,4
1995	Currysås hemlagad (beräknat)	Fibrer	0	0
1995	Currysås hemlagad (beräknat)	Kolhydrater	5	5
1995	Currysås hemlagad (beräknat)	Protein	1	1
1995	Currysås hemlagad (beräknat)	Vitamin E	0,8	0,7
1995	Currysås hemlagad (beräknat)	β-Karoten	99	95
1995	Currysås hemlagad (beräknat)	Retinol	80	76
1995	Currysås hemlagad (beräknat)	Vitamin D	0,3	0,3
1995	Currysås hemlagad (beräknat)	Vatten	83	83
1995	Currysås hemlagad (beräknat)	Aska	2	2
1995	Currysås hemlagad (beräknat)	Energi (kcal)	103	99
1995	Currysås hemlagad (beräknat)	Selen	2,2	2,2
1995	Currysås hemlagad (beräknat)	Zink	0,15	0,15
1995	Currysås hemlagad (beräknat)	Natrium	755	755
1995	Currysås hemlagad (beräknat)	Magnesium	5,5	5,6
1995	Currysås hemlagad (beräknat)	Vitamin A	88	84
1995	Currysås hemlagad (beräknat)	Tillsatt socker	0	0
1995	Currysås hemlagad (beräknat)	Fritt socker	0	0
1995	Currysås hemlagad (beräknat)	Salt	2	2
1995	Currysås hemlagad (beräknat)	Niacinekvivalenter	0,4	0,4
1995	Currysås hemlagad (beräknat)	Vitamin C	0	0
1995	Currysås hemlagad (beräknat)	Niacin	0,1	0,1
1995	Currysås hemlagad (beräknat)	Tiamin	0,0	0,0
1995	Currysås hemlagad (beräknat)	Riboflavin	0,0	0,0
1996	Brunsås m. kaffebrädde (beräknat)	Disackarider	2	2
1996	Brunsås m. kaffebrädde (beräknat)	Monosackarider	2	2
1996	Brunsås m. kaffebrädde (beräknat)	Energi (kJ)	405	412
1996	Brunsås m. kaffebrädde (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
1996	Brunsås m. kaffebrädde (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
1996	Brunsås m. kaffebrädde (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
1996	Brunsås m. kaffebrädde (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,2	0,2
1996	Brunsås m. kaffebrädde (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,1	0,1
1996	Brunsås m. kaffebrädde (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
1996	Brunsås m. kaffebrädde (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,1	0,1
1996	Brunsås m. kaffebrädde (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,7	0,7
1996	Brunsås m. kaffebrädde (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,5	0,4
1996	Brunsås m. kaffebrädde (beräknat)	Socker totalt	4	4
1996	Brunsås m. kaffebrädde (beräknat)	Fosfor	28	28
1996	Brunsås m. kaffebrädde (beräknat)	Jod	2,6	2,6
1996	Brunsås m. kaffebrädde (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1996	Brunsås m. kaffebrädde (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
1996	Brunsås m. kaffebrädde (beräknat)	Oljesyra C18:1	3,5	3,5

1996	Brunsås m. kaffegrädde (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,2	1,3
1996	Brunsås m. kaffegrädde (beräknat)	Protein	1	1
1996	Brunsås m. kaffegrädde (beräknat)	Kolhydrater	7	7
1996	Brunsås m. kaffegrädde (beräknat)	Fett	6,9	7,1
1996	Brunsås m. kaffegrädde (beräknat)	Vitamin D	0,4	0,3
1996	Brunsås m. kaffegrädde (beräknat)	Retinol	25	18
1996	Brunsås m. kaffegrädde (beräknat)	β-Karoten	22	17
1996	Brunsås m. kaffegrädde (beräknat)	Vitamin E	1,5	1,6
1996	Brunsås m. kaffegrädde (beräknat)	Energi (kcal)	97	98
1996	Brunsås m. kaffegrädde (beräknat)	Aska	2	2
1996	Brunsås m. kaffegrädde (beräknat)	Vatten	82	82
1996	Brunsås m. kaffegrädde (beräknat)	Vitamin A	27	19
1996	Brunsås m. kaffegrädde (beräknat)	Natrium	745	741
1996	Brunsås m. kaffegrädde (beräknat)	Salt	2	2
1996	Brunsås m. kaffegrädde (beräknat)	Niacinekvivalenter	0,6	0,6
1997	Korintsås (beräknat)	Energi (kJ)	290	293
1997	Korintsås (beräknat)	Monosackarider	5	5
1997	Korintsås (beräknat)	Disackarider	2	2
1997	Korintsås (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1997	Korintsås (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
1997	Korintsås (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
1997	Korintsås (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,2	0,2
1997	Korintsås (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,0	0,0
1997	Korintsås (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
1997	Korintsås (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
1997	Korintsås (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,1	0,1
1997	Korintsås (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,2	0,2
1997	Korintsås (beräknat)	Socker totalt	7	7
1997	Korintsås (beräknat)	Jod	9,0	9,0
1997	Korintsås (beräknat)	Fosfor	16	16
1997	Korintsås (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,6	0,6
1997	Korintsås (beräknat)	Oljesyra C18:1	1,6	1,6
1997	Korintsås (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
1997	Korintsås (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1997	Korintsås (beräknat)	Fett	2,9	3,0
1997	Korintsås (beräknat)	Kolhydrater	10	10
1997	Korintsås (beräknat)	Protein	1	1
1997	Korintsås (beräknat)	Vitamin E	0,9	0,9
1997	Korintsås (beräknat)	β-Karoten	47	44
1997	Korintsås (beräknat)	Retinol	8	4
1997	Korintsås (beräknat)	Vitamin D	0,2	0,1
1997	Korintsås (beräknat)	Vatten	85	85
1997	Korintsås (beräknat)	Aska	1	1
1997	Korintsås (beräknat)	Energi (kcal)	69	70
1997	Korintsås (beräknat)	Natrium	402	400
1997	Korintsås (beräknat)	Vitamin A	12	8
1997	Korintsås (beräknat)	Salt	1	1
1997	Korintsås (beräknat)	Niacinekvivalenter	0,3	0,3
1998	Brunsås tillagad pulver m. mjölk vatten	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
1998	Brunsås tillagad pulver m. mjölk vatten	Summa fleromättade fettsyror	0	0

1998	Brunsås tillagad pulver m. mjölk vatten	Kolhydrater	7	7
1998	Brunsås tillagad pulver m. mjölk vatten	Energi (kcal)	56	56
1998	Brunsås tillagad pulver m. mjölk vatten	Salt	1	1
1999	Gräddsås tillagad pulver m. mjölk vatten smör	Energi (kJ)	488	488
1999	Gräddsås tillagad pulver m. mjölk vatten smör	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1999	Gräddsås tillagad pulver m. mjölk vatten smör	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
1999	Gräddsås tillagad pulver m. mjölk vatten smör	Summa mättade fettsyror	5	5
1999	Gräddsås tillagad pulver m. mjölk vatten smör	Kolhydrater	8	8
1999	Gräddsås tillagad pulver m. mjölk vatten smör	Energi (kcal)	117	117
2036	Matlagningsbas fett 15%	Disackarider	2	2
2036	Matlagningsbas fett 15%	Monosackarider	0	0
2036	Matlagningsbas fett 15%	Summa enkelomättade fettsyror	7	7
2036	Matlagningsbas fett 15%	Summa fleromättade fettsyror	3	3
2036	Matlagningsbas fett 15%	Socker totalt	2	2
2036	Matlagningsbas fett 15%	Protein	2	2
2036	Matlagningsbas fett 15%	Vitamin A	6	16
2036	Matlagningsbas fett 15%	Salt	0	0
2037	Matlagningsbas fett 7%	Monosackarider	0	0
2037	Matlagningsbas fett 7%	Disackarider	1	1
2037	Matlagningsbas fett 7%	Summa fleromättade fettsyror	1	1
2037	Matlagningsbas fett 7%	Summa mättade fettsyror	2	2
2037	Matlagningsbas fett 7%	Socker totalt	2	2
2037	Matlagningsbas fett 7%	Protein	1	1
2037	Matlagningsbas fett 7%	Vitamin A	3	13
2037	Matlagningsbas fett 7%	Salt	0	0
2039	Vispgrädde ersättningsprod. mjölk olja fett 20%	Disackarider	4	4
2039	Vispgrädde ersättningsprod. mjölk olja fett 20%	Monosackarider	0	0
2039	Vispgrädde ersättningsprod. mjölk olja fett 20%	Summa mättade fettsyror	16	16
2039	Vispgrädde ersättningsprod. mjölk olja fett 20%	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
2039	Vispgrädde ersättningsprod. mjölk olja fett 20%	Summa fleromättade fettsyror	1	1
2039	Vispgrädde ersättningsprod. mjölk olja fett 20%	Socker totalt	4	4
2039	Vispgrädde ersättningsprod. mjölk olja fett 20%	Protein	3	3
2039	Vispgrädde ersättningsprod. mjölk olja fett 20%	Vitamin A	13	23
2039	Vispgrädde ersättningsprod. mjölk olja fett 20%	Salt	0	0
2040	Kaffegrädde ersättningsprod. mjölk olja fett 10%	Monosackarider	0	0
2040	Kaffegrädde ersättningsprod. mjölk olja fett 10%	Disackarider	4	4
2040	Kaffegrädde ersättningsprod. mjölk olja fett 10%	Summa fleromättade fettsyror	3	3
2040	Kaffegrädde ersättningsprod. mjölk olja fett 10%	Summa enkelomättade fettsyror	6	6
2040	Kaffegrädde ersättningsprod. mjölk olja fett 10%	Summa mättade fettsyror	1	1
2040	Kaffegrädde ersättningsprod. mjölk olja fett 10%	Socker totalt	4	4
2040	Kaffegrädde ersättningsprod. mjölk olja fett 10%	Protein	3	3
2040	Kaffegrädde ersättningsprod. mjölk olja fett 10%	Vitamin A	4	14
2040	Kaffegrädde ersättningsprod. mjölk olja fett 10%	Salt	0	0
2041	Vaniljvisp fett 12%	Disackarider	13	13
2041	Vaniljvisp fett 12%	Monosackarider	2	2
2041	Vaniljvisp fett 12%	Summa mättade fettsyror	11	11
2041	Vaniljvisp fett 12%	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
2041	Vaniljvisp fett 12%	Summa fleromättade fettsyror	0	0
2041	Vaniljvisp fett 12%	Protein	4	4
2041	Vaniljvisp fett 12%	Vitamin A	31	41

2041	Vaniljvisp fett 12%	Salt	0	0
2043	Crème fraiche smaksatt fett 13%	Summa fleromättade fettsyror	1	1
2043	Crème fraiche smaksatt fett 13%	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
2043	Crème fraiche smaksatt fett 13%	Summa mättade fettsyror	9	9
2043	Crème fraiche smaksatt fett 13%	Protein	3	3
2043	Crème fraiche smaksatt fett 13%	Salt	1	1
2044	Crème fraiche smaksatt fett 28%	Disackarider	3	3
2044	Crème fraiche smaksatt fett 28%	Monosackarider	1	1
2044	Crème fraiche smaksatt fett 28%	Summa mättade fettsyror	18	18
2044	Crème fraiche smaksatt fett 28%	Summa enkelomättade fettsyror	7	7
2044	Crème fraiche smaksatt fett 28%	Summa fleromättade fettsyror	1	1
2044	Crème fraiche smaksatt fett 28%	Protein	2	2
2044	Crème fraiche smaksatt fett 28%	Salt	1	1
2046	Mini fraiche fett 5%	Monosackarider	0	0
2046	Mini fraiche fett 5%	Disackarider	4	4
2046	Mini fraiche fett 5%	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
2046	Mini fraiche fett 5%	Summa mättade fettsyror	3	3
2046	Mini fraiche fett 5%	Socker totalt	4	4
2046	Mini fraiche fett 5%	Protein	4	4
2071	Bar müslibar fullkorn m. röd frukt berikad	Vitamin A	0	10
2071	Bar müslibar fullkorn m. röd frukt berikad	Salt	1	1
2072	Bar müslibar m. choklad berikad	Disackarider	18	18
2072	Bar müslibar m. choklad berikad	Monosackarider	16	16
2072	Bar müslibar m. choklad berikad	Summa mättade fettsyror	4	4
2072	Bar müslibar m. choklad berikad	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
2072	Bar müslibar m. choklad berikad	Summa fleromättade fettsyror	0	0
2072	Bar müslibar m. choklad berikad	Vitamin A	0	10
2072	Bar müslibar m. choklad berikad	Salt	1	1
2073	Jordnötssås (beräknat)	Disackarider	6	6
2073	Jordnötssås (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	12	12
2073	Jordnötssås (beräknat)	Summa mättade fettsyror	8	8
2073	Jordnötssås (beräknat)	Järn	1,2	1,1
2073	Jordnötssås (beräknat)	Protein	6	6
2073	Jordnötssås (beräknat)	Avfall (skal etc.)	1	1
2073	Jordnötssås (beräknat)	Salt	1	1
2075	Coleslaw hemlagad (beräknat)	Disackarider	3	3
2075	Coleslaw hemlagad (beräknat)	Monosackarider	4	4
2075	Coleslaw hemlagad (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
2075	Coleslaw hemlagad (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
2075	Coleslaw hemlagad (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
2075	Coleslaw hemlagad (beräknat)	Protein	1	1
1727	Gräddfilssås fett 9% (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
1727	Gräddfilssås fett 9% (beräknat)	Summa mättade fettsyror	3	3
1727	Gräddfilssås fett 9% (beräknat)	Vitamin B6	0,0	0,0
1727	Gräddfilssås fett 9% (beräknat)	Jod		12,9
1727	Gräddfilssås fett 9% (beräknat)	Protein	3	3
1727	Gräddfilssås fett 9% (beräknat)	Kolhydrater	7	7
1727	Gräddfilssås fett 9% (beräknat)	Salt	0	0
1728	Gräddfilssås m. crème fraiche (beräknat)	Summa mättade fettsyror	8	8
1728	Gräddfilssås m. crème fraiche (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	3

1728	Gräddfilssås m. crème fraiche (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1728	Gräddfilssås m. crème fraiche (beräknat)	Vitamin B6	0,0	0,0
1728	Gräddfilssås m. crème fraiche (beräknat)	Jod		12,5
1728	Gräddfilssås m. crème fraiche (beräknat)	Protein	3	3
1728	Gräddfilssås m. crème fraiche (beräknat)	Kolhydrater	6	6
1728	Gräddfilssås m. crème fraiche (beräknat)	Salt	0	0
1729	Rabarberkräm (beräknat)	Protein	0	0
1729	Rabarberkräm (beräknat)	Salt	0	0
1730	Rabarbersoppa (beräknat)	Protein	0	0
1730	Rabarbersoppa (beräknat)	Salt	0	0
1732	Apelsinsoppa (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1766	Chokladmousse (beräknat)	Summa mättade fettsyror	10	10
1766	Chokladmousse (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
1766	Chokladmousse (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1766	Chokladmousse (beräknat)	Socker totalt	23	23
1766	Chokladmousse (beräknat)	Protein	6	6
1766	Chokladmousse (beräknat)	Vitamin A	124	124
1766	Chokladmousse (beräknat)	Salt	0	0
1767	Fromage apelsin el. citron hemlagad (beräknat)	Disackarider	17	17
1767	Fromage apelsin el. citron hemlagad (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1767	Fromage apelsin el. citron hemlagad (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
1767	Fromage apelsin el. citron hemlagad (beräknat)	Summa mättade fettsyror	12	12
1767	Fromage apelsin el. citron hemlagad (beräknat)	Protein	5	5
1767	Fromage apelsin el. citron hemlagad (beräknat)	Salt	0	0
1768	Glassås choklad hemlagad (beräknat)	Salt	0	0
1769	Glassås kolasås (beräknat)	Energi (kJ)	1287	1205
1769	Glassås kolasås (beräknat)	Monosackarider	8	8
1769	Glassås kolasås (beräknat)	Disackarider	20	21
1769	Glassås kolasås (beräknat)	Kolesterol	61	54
1769	Glassås kolasås (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	0
1769	Glassås kolasås (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	1,6	1,4
1769	Glassås kolasås (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
1769	Glassås kolasås (beräknat)	Summa mättade fettsyror	13	12
1769	Glassås kolasås (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	6,4	5,7
1769	Glassås kolasås (beräknat)	Stearinsyra C18:0	2,1	1,8
1769	Glassås kolasås (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,7	0,6
1769	Glassås kolasås (beräknat)	Myristinsyra C14:0	2,2	1,9
1769	Glassås kolasås (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
1769	Glassås kolasås (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
1769	Glassås kolasås (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
1769	Glassås kolasås (beräknat)	Folat	7	8
1769	Glassås kolasås (beräknat)	Socker totalt	28	29
1769	Glassås kolasås (beräknat)	Vitamin B12	0,3	0,4
1769	Glassås kolasås (beräknat)	Vitamin B6	0,0	0,0
1769	Glassås kolasås (beräknat)	Magnesium	7,4	7,6
1769	Glassås kolasås (beräknat)	Kalium	109	113
1769	Glassås kolasås (beräknat)	Kalcium	78,0	81,2
1769	Glassås kolasås (beräknat)	Järn	0,1	0,1
1769	Glassås kolasås (beräknat)	Jod	7,6	7,9
1769	Glassås kolasås (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,3	0,3

1769	Glassås kolasås (beräknat)	Oljesyra C18:1	4,4	3,9
1769	Glassås kolasås (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,4	0,4
1769	Glassås kolasås (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1769	Glassås kolasås (beräknat)	Fosfor	65	67
1769	Glassås kolasås (beräknat)	Fett	20,7	18,3
1769	Glassås kolasås (beräknat)	Protein	2	2
1769	Glassås kolasås (beräknat)	β-Karoten	144	121
1769	Glassås kolasås (beräknat)	Vitamin D	0,3	0,3
1769	Glassås kolasås (beräknat)	Vitamin E	0,5	0,5
1769	Glassås kolasås (beräknat)	Vatten	48	50
1769	Glassås kolasås (beräknat)	Aska	1	1
1769	Glassås kolasås (beräknat)	Energi (kcal)	307	288
1769	Glassås kolasås (beräknat)	Kolhydrater	28	29
1769	Glassås kolasås (beräknat)	Retinol	174	154
1769	Glassås kolasås (beräknat)	Vitamin A	186	164
1769	Glassås kolasås (beräknat)	Zink	0,29	0,30
1769	Glassås kolasås (beräknat)	Selen	1,3	1,3
1769	Glassås kolasås (beräknat)	Natrium	124	126
1769	Glassås kolasås (beräknat)	Fritt socker	26	26
1769	Glassås kolasås (beräknat)	Salt	0	0
1769	Glassås kolasås (beräknat)	Tillsatt socker	26	26
1769	Glassås kolasås (beräknat)	Niacinekvivalenter	0,5	0,6
1769	Glassås kolasås (beräknat)	Vitamin C	0	0
1769	Glassås kolasås (beräknat)	Niacin	0,0	0,0
1769	Glassås kolasås (beräknat)	Tiamin	0,0	0,0
1769	Glassås kolasås (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
1770	Vaniljpudding (beräknat)	Kolesterol	25	25
1770	Vaniljpudding (beräknat)	Disackarider	16	16
1770	Vaniljpudding (beräknat)	Energi (kJ)	643	644
1770	Vaniljpudding (beräknat)	Summa mättade fettsyror	5	5
1770	Vaniljpudding (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
1770	Vaniljpudding (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,6	0,6
1770	Vaniljpudding (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1770	Vaniljpudding (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,9	0,9
1770	Vaniljpudding (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,3	0,3
1770	Vaniljpudding (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,8	0,8
1770	Vaniljpudding (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	2,6	2,6
1770	Vaniljpudding (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
1770	Vaniljpudding (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
1770	Vaniljpudding (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
1770	Vaniljpudding (beräknat)	Vitamin B6	0,0	0,0
1770	Vaniljpudding (beräknat)	Vitamin B12	0,4	0,4
1770	Vaniljpudding (beräknat)	Socker totalt	16	16
1770	Vaniljpudding (beräknat)	Folat	6	6
1770	Vaniljpudding (beräknat)	Jod	10,1	10,1
1770	Vaniljpudding (beräknat)	Järn	0,0	0,0
1770	Vaniljpudding (beräknat)	Kalcium	102,7	102,7
1770	Vaniljpudding (beräknat)	Kalium	137	137
1770	Vaniljpudding (beräknat)	Magnesium	9,6	9,6
1770	Vaniljpudding (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0

1770	Vaniljpudding (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,2	0,2
1770	Vaniljpudding (beräknat)	Oljesyra C18:1	1,8	1,8
1770	Vaniljpudding (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,1	0,1
1770	Vaniljpudding (beräknat)	Protein	4	4
1770	Vaniljpudding (beräknat)	Fett	8,3	8,4
1770	Vaniljpudding (beräknat)	Fibrer	0	0
1770	Vaniljpudding (beräknat)	Fosfor	87	87
1770	Vaniljpudding (beräknat)	Vitamin E	0,2	0,2
1770	Vaniljpudding (beräknat)	Vitamin D	0,7	0,7
1770	Vaniljpudding (beräknat)	β-Karoten	62	62
1770	Vaniljpudding (beräknat)	Kolhydrater	16	16
1770	Vaniljpudding (beräknat)	Energi (kcal)	153	154
1770	Vaniljpudding (beräknat)	Aska	1	1
1770	Vaniljpudding (beräknat)	Vatten	71	71
1770	Vaniljpudding (beräknat)	Natrium	34	34
1770	Vaniljpudding (beräknat)	Selen	1,4	1,4
1770	Vaniljpudding (beräknat)	Zink	0,37	0,37
1770	Vaniljpudding (beräknat)	Vitamin A	77	77
1770	Vaniljpudding (beräknat)	Retinol	72	72
1770	Vaniljpudding (beräknat)	Tillsatt socker	12	12
1770	Vaniljpudding (beräknat)	Salt	0	0
1770	Vaniljpudding (beräknat)	Fritt socker	12	12
1770	Vaniljpudding (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
1770	Vaniljpudding (beräknat)	Tiamin	0,0	0,0
1770	Vaniljpudding (beräknat)	Niacin	0,1	0,1
1770	Vaniljpudding (beräknat)	Vitamin C	1	1
1770	Vaniljpudding (beräknat)	Niacinekvivalenter	0,9	0,9
1771	Vaniljsås m. grädde mjölk (beräknat)	Energi (kJ)	1327	1263
1771	Vaniljsås m. grädde mjölk (beräknat)	Monosackarider	0	0
1771	Vaniljsås m. grädde mjölk (beräknat)	Disackarider	9	9
1771	Vaniljsås m. grädde mjölk (beräknat)	Kolesterol	136	131
1771	Vaniljsås m. grädde mjölk (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1771	Vaniljsås m. grädde mjölk (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	2,0	1,9
1771	Vaniljsås m. grädde mjölk (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	8	7
1771	Vaniljsås m. grädde mjölk (beräknat)	Summa mättade fettsyror	18	17
1771	Vaniljsås m. grädde mjölk (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	9,0	8,4
1771	Vaniljsås m. grädde mjölk (beräknat)	Stearinsyra C18:0	2,9	2,7
1771	Vaniljsås m. grädde mjölk (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,9	0,8
1771	Vaniljsås m. grädde mjölk (beräknat)	Myristinsyra C14:0	2,9	2,7
1771	Vaniljsås m. grädde mjölk (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
1771	Vaniljsås m. grädde mjölk (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
1771	Vaniljsås m. grädde mjölk (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,2	0,2
1771	Vaniljsås m. grädde mjölk (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
1771	Vaniljsås m. grädde mjölk (beräknat)	Folat	22	22
1771	Vaniljsås m. grädde mjölk (beräknat)	Socker totalt	9	9
1771	Vaniljsås m. grädde mjölk (beräknat)	Vitamin B12	0,6	0,6
1771	Vaniljsås m. grädde mjölk (beräknat)	Vitamin B6	0,0	0,0
1771	Vaniljsås m. grädde mjölk (beräknat)	Magnesium	8,7	8,9
1771	Vaniljsås m. grädde mjölk (beräknat)	Kalium	121	125
1771	Vaniljsås m. grädde mjölk (beräknat)	Kalcium	93,8	96,3

1771	Vaniljsås m. grädde mjölk (beräknat)	Järn	0,2	0,2
1771	Vaniljsås m. grädde mjölk (beräknat)	Jod	12,8	13,1
1771	Vaniljsås m. grädde mjölk (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,6	0,6
1771	Vaniljsås m. grädde mjölk (beräknat)	Oljesyra C18:1	6,7	6,3
1771	Vaniljsås m. grädde mjölk (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,6	0,6
1771	Vaniljsås m. grädde mjölk (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,1	0,1
1771	Vaniljsås m. grädde mjölk (beräknat)	Fosfor	103	105
1771	Vaniljsås m. grädde mjölk (beräknat)	Fett	29,5	27,7
1771	Vaniljsås m. grädde mjölk (beräknat)	Protein	3	3
1771	Vaniljsås m. grädde mjölk (beräknat)	β-Karoten	206	189
1771	Vaniljsås m. grädde mjölk (beräknat)	Vitamin D	0,7	0,7
1771	Vaniljsås m. grädde mjölk (beräknat)	Vitamin E	1,7	1,6
1771	Vaniljsås m. grädde mjölk (beräknat)	Vatten	56	57
1771	Vaniljsås m. grädde mjölk (beräknat)	Aska	1	1
1771	Vaniljsås m. grädde mjölk (beräknat)	Energi (kcal)	317	302
1771	Vaniljsås m. grädde mjölk (beräknat)	Kolhydrater	10	11
1771	Vaniljsås m. grädde mjölk (beräknat)	Retinol	280	265
1771	Vaniljsås m. grädde mjölk (beräknat)	Vitamin A	297	280
1771	Vaniljsås m. grädde mjölk (beräknat)	Zink	0,52	0,53
1771	Vaniljsås m. grädde mjölk (beräknat)	Selen	4,7	4,7
1771	Vaniljsås m. grädde mjölk (beräknat)	Natrium	31	32
1771	Vaniljsås m. grädde mjölk (beräknat)	Fritt socker	6	6
1771	Vaniljsås m. grädde mjölk (beräknat)	Salt	0	0
1771	Vaniljsås m. grädde mjölk (beräknat)	Tillsatt socker	6	6
1771	Vaniljsås m. grädde mjölk (beräknat)	Niacinekvivalenter	0,8	0,9
1771	Vaniljsås m. grädde mjölk (beräknat)	Vitamin C	0	0
1771	Vaniljsås m. grädde mjölk (beräknat)	Niacin	0,0	0,1
1771	Vaniljsås m. grädde mjölk (beräknat)	Tiamin	0,0	0,0
1771	Vaniljsås m. grädde mjölk (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
1772	Ostkaka fett 9%	Jod		10,9
1772	Ostkaka fett 9%	Salt	0	0
1773	Ostkaka lätt osötad fett 3%	Jod		10,9
1773	Ostkaka lätt osötad fett 3%	Salt	0	0
1803	Blåbärssylt	Salt	0	0
1804	Hallonsylt	Salt	0	0
1805	Hjortronsylt	Jod		0,4
1805	Hjortronsylt	Salt	0	0
1806	Krusbärssylt	Jod		0,3
1806	Krusbärssylt	Salt	0	0
1808	Körsbärssylt	Jod		0,0
1808	Körsbärssylt	Salt	0	0
1809	Äppelmos	Salt	0	0
1810	Äppelmos lättsockrad	Jod		0,0
1810	Äppelmos lättsockrad	Salt	0	0
1811	Äppelmos osötad el. sötningsm.	Jod		0,0
1811	Äppelmos osötad el. sötningsm.	Salt	0	0
1812	Cumberlandsås (beräknat)	Monosackarider	26	26
1812	Cumberlandsås (beräknat)	Protein	1	1
1812	Cumberlandsås (beräknat)	Salt	0	0
1814	Apelsinsaft konc. berikad	Jod		1,0

1849	Mjölkkchoklad fylld m. mandelkrokant	Vitamin A	60	61
1850	Mjölkkchoklad m. mjuk kolafyllning	Kolesterol	13	8
1850	Mjölkkchoklad m. mjuk kolafyllning	Disackarider	42	46
1850	Mjölkkchoklad m. mjuk kolafyllning	Monosackarider	3	4
1850	Mjölkkchoklad m. mjuk kolafyllning	Energi (kJ)	2077	2025
1850	Mjölkkchoklad m. mjuk kolafyllning	Summa mättade fettsyror	13	15
1850	Mjölkkchoklad m. mjuk kolafyllning	Summa enkelomättade fettsyror	9	7
1850	Mjölkkchoklad m. mjuk kolafyllning	Fettsyra 4:0-10:0	0,2	0,3
1850	Mjölkkchoklad m. mjuk kolafyllning	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1850	Mjölkkchoklad m. mjuk kolafyllning	Myristinsyra C14:0	0,3	0,5
1850	Mjölkkchoklad m. mjuk kolafyllning	Laurinsyra C12:0	0,1	0,6
1850	Mjölkkchoklad m. mjuk kolafyllning	Stearinsyra C18:0	6,5	6,6
1850	Mjölkkchoklad m. mjuk kolafyllning	Palmitinsyra C16:0	5,9	6,4
1850	Mjölkkchoklad m. mjuk kolafyllning	Linolensyra C18:3	0,1	0,0
1850	Mjölkkchoklad m. mjuk kolafyllning	Vitamin B6	0,1	0,0
1850	Mjölkkchoklad m. mjuk kolafyllning	Vitamin B12	0,4	0,3
1850	Mjölkkchoklad m. mjuk kolafyllning	Socker totalt	45	50
1850	Mjölkkchoklad m. mjuk kolafyllning	Folat	16	14
1850	Mjölkkchoklad m. mjuk kolafyllning	Jod	32,0	1,5
1850	Mjölkkchoklad m. mjuk kolafyllning	Järn	1,4	2,7
1850	Mjölkkchoklad m. mjuk kolafyllning	Kalcium	183,8	99,0
1850	Mjölkkchoklad m. mjuk kolafyllning	Kalium	319	270
1850	Mjölkkchoklad m. mjuk kolafyllning	Magnesium	31,9	34,0
1850	Mjölkkchoklad m. mjuk kolafyllning	Arakidinsyra C20:0	0,2	0,2
1850	Mjölkkchoklad m. mjuk kolafyllning	Oljesyra C18:1	8,8	6,7
1850	Mjölkkchoklad m. mjuk kolafyllning	Linolsyra C18:2	0,8	0,8
1850	Mjölkkchoklad m. mjuk kolafyllning	Protein	7	5
1850	Mjölkkchoklad m. mjuk kolafyllning	Fett	24,3	23,4
1850	Mjölkkchoklad m. mjuk kolafyllning	Fibrer	0	2
1850	Mjölkkchoklad m. mjuk kolafyllning	Fosfor	190	120
1850	Mjölkkchoklad m. mjuk kolafyllning	Vitamin D	0,1	0,8
1850	Mjölkkchoklad m. mjuk kolafyllning	Retinol	27	19
1850	Mjölkkchoklad m. mjuk kolafyllning	β-Karoten	11	11
1850	Mjölkkchoklad m. mjuk kolafyllning	Vitamin E	1,4	0,6
1850	Mjölkkchoklad m. mjuk kolafyllning	Vitamin K	15,0	3,6
1850	Mjölkkchoklad m. mjuk kolafyllning	Kolhydrater	63	63
1850	Mjölkkchoklad m. mjuk kolafyllning	Energi (kcal)	496	484
1850	Mjölkkchoklad m. mjuk kolafyllning	Aska	2	1
1850	Mjölkkchoklad m. mjuk kolafyllning	Vatten	5	6
1850	Mjölkkchoklad m. mjuk kolafyllning	Natrium	211	100
1850	Mjölkkchoklad m. mjuk kolafyllning	Selen	2,9	0,0
1850	Mjölkkchoklad m. mjuk kolafyllning	Vitamin A	28	20
1850	Mjölkkchoklad m. mjuk kolafyllning	Zink	0,93	0,66
1850	Mjölkkchoklad m. mjuk kolafyllning	Salt	1	0
1850	Mjölkkchoklad m. mjuk kolafyllning	Fritt socker	38	44
1850	Mjölkkchoklad m. mjuk kolafyllning	Tillsatt socker	38	44
1850	Mjölkkchoklad m. mjuk kolafyllning	Riboflavin	0,3	0,2
1850	Mjölkkchoklad m. mjuk kolafyllning	Tiamin	0,1	0,0
1850	Mjölkkchoklad m. mjuk kolafyllning	Niacin	0,3	0,3
1850	Mjölkkchoklad m. mjuk kolafyllning	Vitamin C	0	0

1851	Kex m. mjölkchokladöverdrag	Monosackarider	0	0
1851	Kex m. mjölkchokladöverdrag	Disackarider	46	46
1851	Kex m. mjölkchokladöverdrag	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1851	Kex m. mjölkchokladöverdrag	Summa enkelomättade fettsyror	6	6
1851	Kex m. mjölkchokladöverdrag	Summa mättade fettsyror	14	14
1851	Kex m. mjölkchokladöverdrag	Socker totalt	46	46
1851	Kex m. mjölkchokladöverdrag	Protein	5	5
1851	Kex m. mjölkchokladöverdrag	Vitamin A	48	49
1852	Kex m. kola mjölkchokladöverdrag	Disackarider	39	39
1852	Kex m. kola mjölkchokladöverdrag	Summa mättade fettsyror	12	12
1852	Kex m. kola mjölkchokladöverdrag	Summa enkelomättade fettsyror	7	7
1852	Kex m. kola mjölkchokladöverdrag	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1852	Kex m. kola mjölkchokladöverdrag	Protein	5	5
1852	Kex m. kola mjölkchokladöverdrag	Vitamin A	26	26
1852	Kex m. kola mjölkchokladöverdrag	Salt	0	0
1853	mjölkchokladöverdrag	Monosackarider	7	7
1853	mjölkchokladöverdrag	Disackarider	35	35
1853	mjölkchokladöverdrag	Summa fleromättade fettsyror	4	4
1853	mjölkchokladöverdrag	Summa enkelomättade fettsyror	10	10
1853	mjölkchokladöverdrag	Summa mättade fettsyror	10	10
1853	mjölkchokladöverdrag	Protein	11	11
1853	mjölkchokladöverdrag	Vitamin A	20	20
1853	mjölkchokladöverdrag	Salt	0	1
1854	mjölkchokladöverdrag	Disackarider	42	42
1854	mjölkchokladöverdrag	Monosackarider	7	7
1854	mjölkchokladöverdrag	Summa mättade fettsyror	9	9
1854	mjölkchokladöverdrag	Summa enkelomättade fettsyror	6	6
1854	mjölkchokladöverdrag	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1854	mjölkchokladöverdrag	Protein	4	4
1854	mjölkchokladöverdrag	Vitamin A	30	30
1854	mjölkchokladöverdrag	Salt	0	0
1855	Choklad chokladpraliner	Salt	0	0
1858	Chokladpralin	Salt	0	0
1859	Mjuk kokos m. mjölkchokladöverdrag	Monosackarider	3	3
1859	Mjuk kokos m. mjölkchokladöverdrag	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1859	Mjuk kokos m. mjölkchokladöverdrag	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
1896	Honung	Salt	0	0
1899	Sorbitol m. sackarin	Energi (kJ)	1700	985
1899	Sorbitol m. sackarin	Kolhydrater	100	99
1899	Sorbitol m. sackarin	Energi (kcal)	406	235
1899	Sorbitol m. sackarin	Vatten	0	2
1900	Svagdricka vol. % 2,3	Jod		1,4
1900	Svagdricka vol. % 2,3	Salt	0	0
1901	Öl lättöl vol. % 2,3	Salt	0	0
1902	Öl pilsner folköl vol. % 3,5	Salt	0	0
1903	Cider vol. % 1	Salt	0	0
1904	Vin vitt vol. % 1	Salt	0	0
1905	Vin rött el. rosé vol. % 1	Salt	0	0
1906	Öl starköl el. exportöl vol. % 5,4	Energi (kJ)	176	176
1936	Vetediät berikad	Salt	0	0

1938	Vetemjöl bagerivetemjöl	Disackarider	1	2
1938	Vetemjöl bagerivetemjöl	Monosackarider	0	0
1938	Vetemjöl bagerivetemjöl	Summa mättade fettsyror	0	0
1938	Vetemjöl bagerivetemjöl	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
1938	Vetemjöl bagerivetemjöl	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1938	Vetemjöl bagerivetemjöl	Socker totalt	2	2
1941	Vetemjöl	Monosackarider	0	0
1941	Vetemjöl	Disackarider	1	2
1941	Vetemjöl	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1941	Vetemjöl	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
1941	Vetemjöl	Summa mättade fettsyror	0	0
1941	Vetemjöl	Socker totalt	2	2
1941	Vetemjöl	Protein	8	9
1945	Majsstärkelse	Salt	0	0
1946	Potatismjöl	Salt	0	0
1947	Samarinpulver	Salt	39	39
1948	Samarin drickf.	Salt	1	1
1949	Vatten sodavatten	Salt	0	0
1950	Vatten vichyvatten	Salt	0	0
1983	Ljus sås m. mjölk (beräknat)	Tillsatt socker	0	0
1983	Ljus sås m. mjölk (beräknat)	Fritt socker	0	0
1983	Ljus sås m. mjölk (beräknat)	Salt	1	1
1983	Ljus sås m. mjölk (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,2	1,2
1983	Ljus sås m. mjölk (beräknat)	Vitamin C	1	1
1983	Ljus sås m. mjölk (beräknat)	Niacin	0,2	0,2
1983	Ljus sås m. mjölk (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
1983	Ljus sås m. mjölk (beräknat)	Riboflavin	0,2	0,2
1984	Ljus sås m. lättmjölk (beräknat)	Disackarider	6	6
1984	Ljus sås m. lättmjölk (beräknat)	Monosackarider	0	0
1984	Ljus sås m. lättmjölk (beräknat)	Energi (kJ)	408	412
1984	Ljus sås m. lättmjölk (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
1984	Ljus sås m. lättmjölk (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
1984	Ljus sås m. lättmjölk (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1984	Ljus sås m. lättmjölk (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,2	0,2
1984	Ljus sås m. lättmjölk (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
1984	Ljus sås m. lättmjölk (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
1984	Ljus sås m. lättmjölk (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,1	0,1
1984	Ljus sås m. lättmjölk (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,4	0,5
1984	Ljus sås m. lättmjölk (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,3	0,3
1984	Ljus sås m. lättmjölk (beräknat)	Socker totalt	6	6
1984	Ljus sås m. lättmjölk (beräknat)	Fosfor	125	125
1984	Ljus sås m. lättmjölk (beräknat)	Jod	13,7	13,7
1984	Ljus sås m. lättmjölk (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1984	Ljus sås m. lättmjölk (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
1984	Ljus sås m. lättmjölk (beräknat)	Oljesyra C18:1	2,3	2,3
1984	Ljus sås m. lättmjölk (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,8	0,9
1984	Ljus sås m. lättmjölk (beräknat)	Protein	5	5
1984	Ljus sås m. lättmjölk (beräknat)	Kolhydrater	9	9
1984	Ljus sås m. lättmjölk (beräknat)	Fett	4,4	4,6
1984	Ljus sås m. lättmjölk (beräknat)	Vitamin D	1,3	1,3

1984	Ljus sås m. lättmjölk (beräknat)	Retinol	16	11
1984	Ljus sås m. lättmjölk (beräknat)	β-Karoten	34	31
1984	Ljus sås m. lättmjölk (beräknat)	Vitamin E	1,0	1,1
1984	Ljus sås m. lättmjölk (beräknat)	Energi (kcal)	98	99
1984	Ljus sås m. lättmjölk (beräknat)	Aska	2	2
1984	Ljus sås m. lättmjölk (beräknat)	Vatten	79	79
1984	Ljus sås m. lättmjölk (beräknat)	Vitamin A	19	13
1984	Ljus sås m. lättmjölk (beräknat)	Natrium	472	470
1984	Ljus sås m. lättmjölk (beräknat)	Salt	1	1
1984	Ljus sås m. lättmjölk (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,2	1,2
1985	Béchamelsås (beräknat)	Energi (kJ)	516	510
1985	Béchamelsås (beräknat)	Monosackarider	0	0
1985	Béchamelsås (beräknat)	Disackarider	5	5
1985	Béchamelsås (beräknat)	Kolesterol	14	13
1985	Béchamelsås (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1985	Béchamelsås (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
1985	Béchamelsås (beräknat)	Summa mättade fettsyror	3	3
1985	Béchamelsås (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,6	1,5
1985	Béchamelsås (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,5	0,4
1985	Béchamelsås (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,1	0,1
1985	Béchamelsås (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,3	0,3
1985	Béchamelsås (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,5	0,5
1985	Béchamelsås (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
1985	Béchamelsås (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
1985	Béchamelsås (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,3	0,3
1985	Béchamelsås (beräknat)	Folat	13	13
1985	Béchamelsås (beräknat)	Socker totalt	5	5
1985	Béchamelsås (beräknat)	Vitamin B12	0,6	0,6
1985	Béchamelsås (beräknat)	Vitamin B6	0,0	0,0
1985	Béchamelsås (beräknat)	Kalium	182	183
1985	Béchamelsås (beräknat)	Järn	0,1	0,1
1985	Béchamelsås (beräknat)	Kalcium	134,7	135,1
1985	Béchamelsås (beräknat)	Jod	48,4	48,5
1985	Béchamelsås (beräknat)	Fosfor	118	118
1985	Béchamelsås (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,8	1,0
1985	Béchamelsås (beräknat)	Oljesyra C18:1	3,1	3,1
1985	Béchamelsås (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
1985	Béchamelsås (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1985	Béchamelsås (beräknat)	Fett	8,2	8,0
1985	Béchamelsås (beräknat)	Fibrer	0	0
1985	Béchamelsås (beräknat)	Kolhydrater	8	8
1985	Béchamelsås (beräknat)	Protein	4	4
1985	Béchamelsås (beräknat)	Vitamin E	1,1	1,2
1985	Béchamelsås (beräknat)	β-Karoten	40	34
1985	Béchamelsås (beräknat)	Retinol	48	40
1985	Béchamelsås (beräknat)	Vitamin D	1,3	1,2
1985	Béchamelsås (beräknat)	Vatten	78	78
1985	Béchamelsås (beräknat)	Aska	2	2
1985	Béchamelsås (beräknat)	Energi (kcal)	123	122
1985	Béchamelsås (beräknat)	Selen	2,2	2,2

1985	Béchamelsås (beräknat)	Zink	0,50	0,50
1985	Béchamelsås (beräknat)	Natrium	333	331
1985	Béchamelsås (beräknat)	Magnesium	13,1	13,1
1985	Béchamelsås (beräknat)	Vitamin A	52	43
1985	Béchamelsås (beräknat)	Salt	1	1
1985	Béchamelsås (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,1	1,1
1985	Béchamelsås (beräknat)	Vitamin C	1	1
1985	Béchamelsås (beräknat)	Niacin	0,1	0,1
1985	Béchamelsås (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
1985	Béchamelsås (beräknat)	Riboflavin	0,2	0,2
1986	Gratängsås u. ost hemlagad (beräknat)	Kolesterol	47	46
1986	Gratängsås u. ost hemlagad (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
1986	Gratängsås u. ost hemlagad (beräknat)	Disackarider	3	3
1986	Gratängsås u. ost hemlagad (beräknat)	Monosackarider	0	0
1986	Gratängsås u. ost hemlagad (beräknat)	Energi (kJ)	518	506
1986	Gratängsås u. ost hemlagad (beräknat)	Summa mättade fettsyror	3	3
1986	Gratängsås u. ost hemlagad (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
1986	Gratängsås u. ost hemlagad (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1986	Gratängsås u. ost hemlagad (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,6	0,5
1986	Gratängsås u. ost hemlagad (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,3	0,3
1986	Gratängsås u. ost hemlagad (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,1	0,1
1986	Gratängsås u. ost hemlagad (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,4	0,4
1986	Gratängsås u. ost hemlagad (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,7	1,6
1986	Gratängsås u. ost hemlagad (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,3	0,3
1986	Gratängsås u. ost hemlagad (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
1986	Gratängsås u. ost hemlagad (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
1986	Gratängsås u. ost hemlagad (beräknat)	Vitamin B6	0,0	0,0
1986	Gratängsås u. ost hemlagad (beräknat)	Vitamin B12	0,4	0,4
1986	Gratängsås u. ost hemlagad (beräknat)	Socker totalt	3	3
1986	Gratängsås u. ost hemlagad (beräknat)	Folat	17	17
1986	Gratängsås u. ost hemlagad (beräknat)	Fosfor	85	86
1986	Gratängsås u. ost hemlagad (beräknat)	Jod	64,8	64,9
1986	Gratängsås u. ost hemlagad (beräknat)	Kalcium	70,8	71,4
1986	Gratängsås u. ost hemlagad (beräknat)	Järn	0,3	0,3
1986	Gratängsås u. ost hemlagad (beräknat)	Kalium	102	103
1986	Gratängsås u. ost hemlagad (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1986	Gratängsås u. ost hemlagad (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
1986	Gratängsås u. ost hemlagad (beräknat)	Oljesyra C18:1	3,5	3,4
1986	Gratängsås u. ost hemlagad (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,0	1,1
1986	Gratängsås u. ost hemlagad (beräknat)	Protein	4	4
1986	Gratängsås u. ost hemlagad (beräknat)	Kolhydrater	7	7
1986	Gratängsås u. ost hemlagad (beräknat)	Fibrer	0	0
1986	Gratängsås u. ost hemlagad (beräknat)	Fett	9,2	8,8
1986	Gratängsås u. ost hemlagad (beräknat)	Vitamin D	1,1	1,0
1986	Gratängsås u. ost hemlagad (beräknat)	Retinol	71	61
1986	Gratängsås u. ost hemlagad (beräknat)	β-Karoten	39	31
1986	Gratängsås u. ost hemlagad (beräknat)	Vitamin E	1,7	1,8
1986	Gratängsås u. ost hemlagad (beräknat)	Energi (kcal)	124	121
1986	Gratängsås u. ost hemlagad (beräknat)	Aska	3	3
1986	Gratängsås u. ost hemlagad (beräknat)	Vatten	77	78

1986	Gratängsås u. ost hemlagad (beräknat)	Vitamin A	74	64
1986	Gratängsås u. ost hemlagad (beräknat)	Magnesium	11,0	11,0
1986	Gratängsås u. ost hemlagad (beräknat)	Natrium	962	959
1986	Gratängsås u. ost hemlagad (beräknat)	Zink	0,42	0,42
1986	Gratängsås u. ost hemlagad (beräknat)	Selen	3,7	3,7
1986	Gratängsås u. ost hemlagad (beräknat)	Salt	2	2
1986	Gratängsås u. ost hemlagad (beräknat)	Fritt socker	0	0
1986	Gratängsås u. ost hemlagad (beräknat)	Tillsatt socker	0	0
1986	Gratängsås u. ost hemlagad (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
1986	Gratängsås u. ost hemlagad (beräknat)	Tiamin	0,0	0,0
1986	Gratängsås u. ost hemlagad (beräknat)	Niacin	0,3	0,3
1986	Gratängsås u. ost hemlagad (beräknat)	Vitamin C	0	0
1986	Gratängsås u. ost hemlagad (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,2	1,2
1987	Ljus sås m. grädde (beräknat)	Energi (kJ)	465	440
1987	Ljus sås m. grädde (beräknat)	Monosackarider	0	0
1987	Ljus sås m. grädde (beräknat)	Disackarider	1	1
1987	Ljus sås m. grädde (beräknat)	Kolesterol	17	14
1987	Ljus sås m. grädde (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1987	Ljus sås m. grädde (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	4	3
1987	Ljus sås m. grädde (beräknat)	Summa mättade fettsyror	4	4
1987	Ljus sås m. grädde (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	2,1	1,8
1987	Ljus sås m. grädde (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,6	0,5
1987	Ljus sås m. grädde (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,2	0,2
1987	Ljus sås m. grädde (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,4	0,4
1987	Ljus sås m. grädde (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,7	0,6
1987	Ljus sås m. grädde (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
1987	Ljus sås m. grädde (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
1987	Ljus sås m. grädde (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,3	0,3
1987	Ljus sås m. grädde (beräknat)	Folat	4	4
1987	Ljus sås m. grädde (beräknat)	Socker totalt	1	1
1987	Ljus sås m. grädde (beräknat)	Vitamin B12	0,1	0,1
1987	Ljus sås m. grädde (beräknat)	Vitamin B6	0,0	0,0
1987	Ljus sås m. grädde (beräknat)	Kalium	38	40
1987	Ljus sås m. grädde (beräknat)	Järn	0,1	0,1
1987	Ljus sås m. grädde (beräknat)	Kalcium	20,3	21,3
1987	Ljus sås m. grädde (beräknat)	Jod	3,0	3,1
1987	Ljus sås m. grädde (beräknat)	Fosfor	23	24
1987	Ljus sås m. grädde (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,9	0,9
1987	Ljus sås m. grädde (beräknat)	Oljesyra C18:1	3,4	3,2
1987	Ljus sås m. grädde (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
1987	Ljus sås m. grädde (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1987	Ljus sås m. grädde (beräknat)	Fett	9,7	9,0
1987	Ljus sås m. grädde (beräknat)	Fibrer	0	0
1987	Ljus sås m. grädde (beräknat)	Kolhydrater	5	5
1987	Ljus sås m. grädde (beräknat)	Protein	1	1
1987	Ljus sås m. grädde (beräknat)	Vitamin E	1,1	1,2
1987	Ljus sås m. grädde (beräknat)	β-Karoten	72	61
1987	Ljus sås m. grädde (beräknat)	Retinol	61	49
1987	Ljus sås m. grädde (beräknat)	Vitamin D	0,3	0,2
1987	Ljus sås m. grädde (beräknat)	Vatten	83	83

1987	Ljus sås m. grädde (beräknat)	Aska	1	1
1987	Ljus sås m. grädde (beräknat)	Energi (kcal)	111	105
1987	Ljus sås m. grädde (beräknat)	Selen	0,8	0,8
1987	Ljus sås m. grädde (beräknat)	Zink	0,09	0,09
1987	Ljus sås m. grädde (beräknat)	Natrium	439	437
1987	Ljus sås m. grädde (beräknat)	Magnesium	5,5	5,6
1987	Ljus sås m. grädde (beräknat)	Vitamin A	67	54
1987	Ljus sås m. grädde (beräknat)	Tillsatt socker	0	0
1987	Ljus sås m. grädde (beräknat)	Fritt socker	0	0
1987	Ljus sås m. grädde (beräknat)	Salt	1	1
1987	Ljus sås m. grädde (beräknat)	Niacinekvivalenter	0,4	0,4
1987	Ljus sås m. grädde (beräknat)	Vitamin C	0	0
1987	Ljus sås m. grädde (beräknat)	Niacin	0,1	0,1
1987	Ljus sås m. grädde (beräknat)	Tiamin	0,0	0,0
1987	Ljus sås m. grädde (beräknat)	Riboflavin	0,0	0,0
1988	Ostsås (beräknat)	Kolesterol	22	21
1988	Ostsås (beräknat)	Disackarider	5	5
1988	Ostsås (beräknat)	Monosackarider	0	0
1988	Ostsås (beräknat)	Energi (kJ)	649	644
1988	Ostsås (beräknat)	Summa mättade fettsyror	5	5
1988	Ostsås (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
1988	Ostsås (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1988	Ostsås (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,9	0,8
1988	Ostsås (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,6	0,6
1988	Ostsås (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,2	0,2
1988	Ostsås (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,8	0,7
1988	Ostsås (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	2,4	2,4
1988	Ostsås (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,3	0,3
1988	Ostsås (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
1988	Ostsås (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
1988	Ostsås (beräknat)	Vitamin B6	0,0	0,0
1988	Ostsås (beräknat)	Vitamin B12	0,8	0,8
1988	Ostsås (beräknat)	Socker totalt	5	5
1988	Ostsås (beräknat)	Folat	15	15
1988	Ostsås (beräknat)	Fosfor	171	171
1988	Ostsås (beräknat)	Jod	43,7	43,7
1988	Ostsås (beräknat)	Kalcium	219,5	220,0
1988	Ostsås (beräknat)	Järn	0,1	0,1
1988	Ostsås (beräknat)	Kalium	170	170
1988	Ostsås (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1988	Ostsås (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
1988	Ostsås (beräknat)	Oljesyra C18:1	3,5	3,4
1988	Ostsås (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,8	0,9
1988	Ostsås (beräknat)	Protein	7	7
1988	Ostsås (beräknat)	Kolhydrater	7	7
1988	Ostsås (beräknat)	Fibrer	0	0
1988	Ostsås (beräknat)	Fett	10,8	10,6
1988	Ostsås (beräknat)	Vitamin D	1,1	1,1
1988	Ostsås (beräknat)	Retinol	74	67
1988	Ostsås (beräknat)	β-Karoten	49	44

1988	Ostsås (beräknat)	Vitamin E	1,0	1,1
1988	Ostsås (beräknat)	Energi (kcal)	155	154
1988	Ostsås (beräknat)	Aska	2	2
1988	Ostsås (beräknat)	Vatten	73	73
1988	Ostsås (beräknat)	Vitamin A	79	71
1988	Ostsås (beräknat)	Magnesium	15,8	15,8
1988	Ostsås (beräknat)	Natrium	346	344
1988	Ostsås (beräknat)	Zink	0,88	0,89
1988	Ostsås (beräknat)	Selen	3,4	3,4
1988	Ostsås (beräknat)	Salt	1	1
1988	Ostsås (beräknat)	Riboflavin	0,2	0,2
1988	Ostsås (beräknat)	Tiamin	0,0	0,0
1988	Ostsås (beräknat)	Niacin	0,1	0,1
1988	Ostsås (beräknat)	Vitamin C	1	1
1988	Ostsås (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,7	1,8
1989	Ostsås m. ädelost (beräknat)	Energi (kJ)	669	675
1989	Ostsås m. ädelost (beräknat)	Monosackarider	0	0
1989	Ostsås m. ädelost (beräknat)	Disackarider	4	4
1989	Ostsås m. ädelost (beräknat)	Kolesterol	25	25
1989	Ostsås m. ädelost (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1989	Ostsås m. ädelost (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
1989	Ostsås m. ädelost (beräknat)	Summa mättade fettsyror	5	5
1989	Ostsås m. ädelost (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	2,4	2,5
1989	Ostsås m. ädelost (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,8	0,8
1989	Ostsås m. ädelost (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,2	0,3
1989	Ostsås m. ädelost (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,6	0,6
1989	Ostsås m. ädelost (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,9	0,9
1989	Ostsås m. ädelost (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
1989	Ostsås m. ädelost (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,3	0,3
1989	Ostsås m. ädelost (beräknat)	Folat	18	18
1989	Ostsås m. ädelost (beräknat)	Socker totalt	4	4
1989	Ostsås m. ädelost (beräknat)	Vitamin B12	0,7	0,7
1989	Ostsås m. ädelost (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
1989	Ostsås m. ädelost (beräknat)	Kalium	168	168
1989	Ostsås m. ädelost (beräknat)	Järn	0,1	0,1
1989	Ostsås m. ädelost (beräknat)	Kalcium	182,9	182,8
1989	Ostsås m. ädelost (beräknat)	Jod	50,7	50,7
1989	Ostsås m. ädelost (beräknat)	Fosfor	158	158
1989	Ostsås m. ädelost (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,9	1,0
1989	Ostsås m. ädelost (beräknat)	Oljesyra C18:1	3,8	3,8
1989	Ostsås m. ädelost (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
1989	Ostsås m. ädelost (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1989	Ostsås m. ädelost (beräknat)	Fett	11,3	11,5
1989	Ostsås m. ädelost (beräknat)	Fibrer	0	0
1989	Ostsås m. ädelost (beräknat)	Kolhydrater	7	7
1989	Ostsås m. ädelost (beräknat)	Protein	8	8
1989	Ostsås m. ädelost (beräknat)	Vitamin E	1,1	1,2
1989	Ostsås m. ädelost (beräknat)	β-Karoten	41	38
1989	Ostsås m. ädelost (beräknat)	Retinol	71	66
1989	Ostsås m. ädelost (beräknat)	Vitamin D	1,2	1,1

1989	Ostsås m. ädelost (beräknat)	Vatten	71	71
1989	Ostsås m. ädelost (beräknat)	Aska	3	3
1989	Ostsås m. ädelost (beräknat)	Energi (kcal)	160	161
1989	Ostsås m. ädelost (beräknat)	Selen	2,2	2,2
1989	Ostsås m. ädelost (beräknat)	Zink	1,22	1,22
1989	Ostsås m. ädelost (beräknat)	Natrium	544	542
1989	Ostsås m. ädelost (beräknat)	Magnesium	15,5	15,5
1989	Ostsås m. ädelost (beräknat)	Vitamin A	76	69
1989	Ostsås m. ädelost (beräknat)	Salt	1	1
1989	Ostsås m. ädelost (beräknat)	Niacinekvivalenter	2,1	2,1
1989	Ostsås m. ädelost (beräknat)	Vitamin C	1	1
1989	Ostsås m. ädelost (beräknat)	Niacin	0,4	0,4
1989	Ostsås m. ädelost (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
1989	Ostsås m. ädelost (beräknat)	Riboflavin	0,2	0,2
1990	Ostsås till moussaka (beräknat)	Disackarider	3	3
1990	Ostsås till moussaka (beräknat)	Monosackarider	0	0
1990	Ostsås till moussaka (beräknat)	Energi (kJ)	550	550
1990	Ostsås till moussaka (beräknat)	Summa mättade fettsyror	4	4
1990	Ostsås till moussaka (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
1990	Ostsås till moussaka (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1990	Ostsås till moussaka (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
1990	Ostsås till moussaka (beräknat)	Socker totalt	4	4
1990	Ostsås till moussaka (beräknat)	Protein	9	9
1990	Ostsås till moussaka (beräknat)	Energi (kcal)	131	131
1990	Ostsås till moussaka (beräknat)	Salt	1	1
1991	Brunsås m. mjölk (beräknat)	Energi (kJ)	571	580
1991	Brunsås m. mjölk (beräknat)	Monosackarider	2	2
1991	Brunsås m. mjölk (beräknat)	Disackarider	6	6
1991	Brunsås m. mjölk (beräknat)	Kolesterol	6	7
1991	Brunsås m. mjölk (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
1991	Brunsås m. mjölk (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
1991	Brunsås m. mjölk (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
1991	Brunsås m. mjölk (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,9	0,9
1991	Brunsås m. mjölk (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,2	0,2
1991	Brunsås m. mjölk (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,1	0,1
1991	Brunsås m. mjölk (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,1	0,1
1991	Brunsås m. mjölk (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,3	0,3
1991	Brunsås m. mjölk (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,5	0,5
1991	Brunsås m. mjölk (beräknat)	Folat	14	14
1991	Brunsås m. mjölk (beräknat)	Socker totalt	8	8
1991	Brunsås m. mjölk (beräknat)	Vitamin B12	0,5	0,5
1991	Brunsås m. mjölk (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
1991	Brunsås m. mjölk (beräknat)	Kalium	182	182
1991	Brunsås m. mjölk (beräknat)	Järn	0,2	0,2
1991	Brunsås m. mjölk (beräknat)	Kalcium	119,5	119,5
1991	Brunsås m. mjölk (beräknat)	Jod	12,0	12,0
1991	Brunsås m. mjölk (beräknat)	Fosfor	120	119
1991	Brunsås m. mjölk (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,2	1,4
1991	Brunsås m. mjölk (beräknat)	Oljesyra C18:1	3,8	3,8
1991	Brunsås m. mjölk (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1

1991	Brunsås m. mjölk (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1991	Brunsås m. mjölk (beräknat)	Fett	7,9	8,1
1991	Brunsås m. mjölk (beräknat)	Fibrer	0	0
1991	Brunsås m. mjölk (beräknat)	Kolhydrater	12	12
1991	Brunsås m. mjölk (beräknat)	Protein	4	5
1991	Brunsås m. mjölk (beräknat)	Vitamin E	1,6	1,7
1991	Brunsås m. mjölk (beräknat)	β-Karoten	27	22
1991	Brunsås m. mjölk (beräknat)	Retinol	32	24
1991	Brunsås m. mjölk (beräknat)	Vitamin D	1,3	1,2
1991	Brunsås m. mjölk (beräknat)	Vatten	73	72
1991	Brunsås m. mjölk (beräknat)	Aska	3	3
1991	Brunsås m. mjölk (beräknat)	Energi (kcal)	136	139
1991	Brunsås m. mjölk (beräknat)	Selen	2,0	2,0
1991	Brunsås m. mjölk (beräknat)	Zink	0,49	0,49
1991	Brunsås m. mjölk (beräknat)	Natrium	817	812
1991	Brunsås m. mjölk (beräknat)	Magnesium	15,8	15,8
1991	Brunsås m. mjölk (beräknat)	Vitamin A	34	26
1991	Brunsås m. mjölk (beräknat)	Tillsatt socker	3	3
1991	Brunsås m. mjölk (beräknat)	Fritt socker	3	3
1991	Brunsås m. mjölk (beräknat)	Salt	2	2
1991	Brunsås m. mjölk (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,4	1,4
1991	Brunsås m. mjölk (beräknat)	Vitamin C	1	1
1991	Brunsås m. mjölk (beräknat)	Niacin	0,4	0,4
1991	Brunsås m. mjölk (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
1991	Brunsås m. mjölk (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
2028	russin kokos	Protein	7	7
2028	russin kokos	Salt	0	0
2029	kokos	Disackarider	21	21
2029	kokos	Summa mättade fettsyror	5	5
2029	kokos	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
2029	kokos	Summa fleromättade fettsyror	2	2
2029	kokos	Socker totalt	23	23
2029	kokos	Protein	7	7
2029	kokos	Salt	0	0
2030	kokos	Disackarider	21	21
2030	kokos	Summa fleromättade fettsyror	1	1
2030	kokos	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
2030	kokos	Summa mättade fettsyror	8	8
2030	kokos	Socker totalt	28	28
2030	kokos	Protein	6	7
2030	kokos	Salt	0	0
2031	bär	Energi (kJ)	1948	1948
2031	bär	Summa mättade fettsyror	8	8
2031	bär	Summa enkelomättade fettsyror	7	7
2031	bär	Summa fleromättade fettsyror	3	3
2031	bär	Protein	7	7
2031	bär	Energi (kcal)	466	466
2031	bär	Vitamin A	2	1
2031	bär	Salt	0	0
2032	frukt nötter	Summa fleromättade fettsyror	2	2

2032	frukt nötter	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
2032	frukt nötter	Summa mättade fettsyror	1	1
2032	frukt nötter	Protein	9	9
2032	frukt nötter	Vitamin A	0	1
2033	Frukostflingor müsli fullkorn m. frukt banan	Disackarider	4	4
2033	Frukostflingor müsli fullkorn m. frukt banan	Summa mättade fettsyror	3	3
2033	Frukostflingor müsli fullkorn m. frukt banan	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
2033	Frukostflingor müsli fullkorn m. frukt banan	Summa fleromättade fettsyror	1	1
2033	Frukostflingor müsli fullkorn m. frukt banan	Socker totalt	9	9
2033	Frukostflingor müsli fullkorn m. frukt banan	Protein	8	8
2033	Frukostflingor müsli fullkorn m. frukt banan	Salt	0	0
2035	Surimi fisk	Disackarider	4	4
2035	Surimi fisk	Summa fleromättade fettsyror	0	0
2035	Surimi fisk	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
2035	Surimi fisk	Protein	1	1
2035	Surimi fisk	Vitamin K	0,4	0,5
2035	Surimi fisk	Salt	1	2
2064	Falafel kikärtskroetter frysvara	Salt	1	1
2065	Pytt i panna m. sojaprotein veg.	Monosackarider	1	1
2065	Pytt i panna m. sojaprotein veg.	Disackarider	1	1
2065	Pytt i panna m. sojaprotein veg.	Summa fleromättade fettsyror	0	0
2065	Pytt i panna m. sojaprotein veg.	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
2065	Pytt i panna m. sojaprotein veg.	Summa mättade fettsyror	2	2
2065	Pytt i panna m. sojaprotein veg.	Protein	6	6
2065	Pytt i panna m. sojaprotein veg.	Salt	1	1
2067	Soja- och veteprotein bullar kylvara el. frysvara	Summa fleromättade fettsyror	2	2
2067	Soja- och veteprotein bullar kylvara el. frysvara	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
2067	Soja- och veteprotein bullar kylvara el. frysvara	Summa mättade fettsyror	1	1
2067	Soja- och veteprotein bullar kylvara el. frysvara	Protein	17	17
2067	Soja- och veteprotein bullar kylvara el. frysvara	Vitamin K	5,1	5,1
2067	Soja- och veteprotein bullar kylvara el. frysvara	Salt	1	1
2068	Sojaprotein färs kylvara el. frysvara	Summa mättade fettsyror	1	1
2068	Sojaprotein färs kylvara el. frysvara	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
2068	Sojaprotein färs kylvara el. frysvara	Summa fleromättade fettsyror	2	2
2068	Sojaprotein färs kylvara el. frysvara	Protein	15	15
2068	Sojaprotein färs kylvara el. frysvara	Vitamin K	7,8	7,9
1716	Mellangrädde fett 27%	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1716	Mellangrädde fett 27%	Summa enkelomättade fettsyror	7	7
1716	Mellangrädde fett 27%	Protein	3	3
1716	Mellangrädde fett 27%	Salt	0	0
1717	Matlagningsgrädde fett 15%	Summa mättade fettsyror	10	10
1717	Matlagningsgrädde fett 15%	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
1717	Matlagningsgrädde fett 15%	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1717	Matlagningsgrädde fett 15%	Salt	0	0
1719	Crème fraiche fett 34%	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1758	Mjuk kaka m. katrinplommon (beräknat)	Niacinekvivalenter	2,4	2,4
1759	Kalvdans m. mjölkpulver ägg (beräknat)	Energi (kJ)	503	503
1759	Kalvdans m. mjölkpulver ägg (beräknat)	Disackarider	13	13
1759	Kalvdans m. mjölkpulver ägg (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1759	Kalvdans m. mjölkpulver ägg (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1

1759	Kalvdans m. mjölkpulver ägg (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
1759	Kalvdans m. mjölkpulver ägg (beräknat)	Protein	9	9
1759	Kalvdans m. mjölkpulver ägg (beräknat)	Avfall (skal etc.)	1	1
1759	Kalvdans m. mjölkpulver ägg (beräknat)	Energi (kcal)	120	120
1759	Kalvdans m. mjölkpulver ägg (beräknat)	Kolhydrater	13	13
1759	Kalvdans m. mjölkpulver ägg (beräknat)	Salt	0	0
1760	Ostkaka m. cottage cheese (beräknat)	Kolesterol	63	62
1760	Ostkaka m. cottage cheese (beräknat)	Disackarider	9	9
1760	Ostkaka m. cottage cheese (beräknat)	Monosackarider	0	0
1760	Ostkaka m. cottage cheese (beräknat)	Energi (kJ)	719	705
1760	Ostkaka m. cottage cheese (beräknat)	Summa mättade fettsyror	4	4
1760	Ostkaka m. cottage cheese (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
1760	Ostkaka m. cottage cheese (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,4	0,4
1760	Ostkaka m. cottage cheese (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1760	Ostkaka m. cottage cheese (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,6	0,5
1760	Ostkaka m. cottage cheese (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,2	0,2
1760	Ostkaka m. cottage cheese (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,7	0,6
1760	Ostkaka m. cottage cheese (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	2,1	2,0
1760	Ostkaka m. cottage cheese (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
1760	Ostkaka m. cottage cheese (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,0	0,0
1760	Ostkaka m. cottage cheese (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
1760	Ostkaka m. cottage cheese (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
1760	Ostkaka m. cottage cheese (beräknat)	Vitamin B6	0,0	0,0
1760	Ostkaka m. cottage cheese (beräknat)	Vitamin B12	0,6	0,6
1760	Ostkaka m. cottage cheese (beräknat)	Socker totalt	9	9
1760	Ostkaka m. cottage cheese (beräknat)	Folat	19	19
1760	Ostkaka m. cottage cheese (beräknat)	Jod	11,5	11,5
1760	Ostkaka m. cottage cheese (beräknat)	Järn	0,5	0,5
1760	Ostkaka m. cottage cheese (beräknat)	Kalcium	82,8	83,3
1760	Ostkaka m. cottage cheese (beräknat)	Kalium	152	153
1760	Ostkaka m. cottage cheese (beräknat)	Magnesium	23,3	23,3
1760	Ostkaka m. cottage cheese (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1760	Ostkaka m. cottage cheese (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
1760	Ostkaka m. cottage cheese (beräknat)	Oljesyra C18:1	3,6	3,5
1760	Ostkaka m. cottage cheese (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,0	0,9
1760	Ostkaka m. cottage cheese (beräknat)	Protein	10	10
1760	Ostkaka m. cottage cheese (beräknat)	Fett	9,7	9,3
1760	Ostkaka m. cottage cheese (beräknat)	Fibrer	1	1
1760	Ostkaka m. cottage cheese (beräknat)	Fosfor	152	152
1760	Ostkaka m. cottage cheese (beräknat)	Vitamin E	2,4	2,3
1760	Ostkaka m. cottage cheese (beräknat)	Vitamin D	0,4	0,4
1760	Ostkaka m. cottage cheese (beräknat)	β-Karoten	35	31
1760	Ostkaka m. cottage cheese (beräknat)	Kolhydrater	11	11
1760	Ostkaka m. cottage cheese (beräknat)	Energi (kcal)	172	168
1760	Ostkaka m. cottage cheese (beräknat)	Aska	1	1
1760	Ostkaka m. cottage cheese (beräknat)	Vatten	67	68
1760	Ostkaka m. cottage cheese (beräknat)	Natrium	151	152
1760	Ostkaka m. cottage cheese (beräknat)	Selen	3,8	3,8
1760	Ostkaka m. cottage cheese (beräknat)	Zink	0,63	0,64
1760	Ostkaka m. cottage cheese (beräknat)	Vitamin A	82	79

1760	Ostkaka m. cottage cheese (beräknat)	Retinol	80	76
1760	Ostkaka m. cottage cheese (beräknat)	Tillsatt socker	6	6
1760	Ostkaka m. cottage cheese (beräknat)	Salt	0	0
1760	Ostkaka m. cottage cheese (beräknat)	Fritt socker	6	6
1760	Ostkaka m. cottage cheese (beräknat)	Riboflavin	0,2	0,2
1760	Ostkaka m. cottage cheese (beräknat)	Tiamin	0,0	0,0
1760	Ostkaka m. cottage cheese (beräknat)	Niacin	0,3	0,3
1760	Ostkaka m. cottage cheese (beräknat)	Vitamin C	0	0
1760	Ostkaka m. cottage cheese (beräknat)	Niacinekvivalenter	2,6	2,6
1761	Marängsviss hovdessert (beräknat)	Monosackarider	0	0
1761	Marängsviss hovdessert (beräknat)	Disackarider	37	37
1761	Marängsviss hovdessert (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1761	Marängsviss hovdessert (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	7	7
1761	Marängsviss hovdessert (beräknat)	Summa mättade fettsyror	10	10
1761	Marängsviss hovdessert (beräknat)	Protein	5	5
1761	Marängsviss hovdessert (beräknat)	Salt	0	0
1762	Brylépudding (beräknat)	Kolesterol	83	84
1762	Brylépudding (beräknat)	Disackarider	20	20
1762	Brylépudding (beräknat)	Monosackarider	0	0
1762	Brylépudding (beräknat)	Energi (kJ)	539	540
1762	Brylépudding (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
1762	Brylépudding (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
1762	Brylépudding (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,1	0,1
1762	Brylépudding (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1762	Brylépudding (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,1	0,1
1762	Brylépudding (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
1762	Brylépudding (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,3	0,3
1762	Brylépudding (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,8	0,8
1762	Brylépudding (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
1762	Brylépudding (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,0	0,0
1762	Brylépudding (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
1762	Brylépudding (beräknat)	Vitamin B6	0,0	0,0
1762	Brylépudding (beräknat)	Vitamin B12	0,6	0,6
1762	Brylépudding (beräknat)	Socker totalt	20	20
1762	Brylépudding (beräknat)	Folat	18	18
1762	Brylépudding (beräknat)	Jod	21,5	21,5
1762	Brylépudding (beräknat)	Järn	0,4	0,4
1762	Brylépudding (beräknat)	Kalcium	83,4	83,3
1762	Brylépudding (beräknat)	Kalium	125	125
1762	Brylépudding (beräknat)	Magnesium	9,2	9,2
1762	Brylépudding (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1762	Brylépudding (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
1762	Brylépudding (beräknat)	Oljesyra C18:1	1,1	1,1
1762	Brylépudding (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,3	0,3
1762	Brylépudding (beräknat)	Protein	5	5
1762	Brylépudding (beräknat)	Fett	3,3	3,3
1762	Brylépudding (beräknat)	Fosfor	103	103
1762	Brylépudding (beräknat)	Vitamin E	1,3	1,3
1762	Brylépudding (beräknat)	Vitamin D	0,9	0,9
1762	Brylépudding (beräknat)	β-Karoten	7	8

1762	Brylépudding (beräknat)	Kolhydrater	20	20
1762	Brylépudding (beräknat)	Energi (kcal)	129	129
1762	Brylépudding (beräknat)	Aska	1	1
1762	Brylépudding (beräknat)	Vatten	71	71
1762	Brylépudding (beräknat)	Avfall (skal etc.)	3	3
1762	Brylépudding (beräknat)	Natrium	94	94
1762	Brylépudding (beräknat)	Selen	6,2	6,2
1762	Brylépudding (beräknat)	Zink	0,56	0,56
1762	Brylépudding (beräknat)	Vitamin A	64	64
1762	Brylépudding (beräknat)	Retinol	63	63
1762	Brylépudding (beräknat)	Tillsatt socker	17	17
1762	Brylépudding (beräknat)	Salt	0	0
1762	Brylépudding (beräknat)	Fritt socker	17	17
1762	Brylépudding (beräknat)	Riboflavin	0,2	0,2
1762	Brylépudding (beräknat)	Tiamin	0,0	0,0
1762	Brylépudding (beräknat)	Niacin	0,0	0,0
1762	Brylépudding (beräknat)	Vitamin C	0	0
1762	Brylépudding (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,2	1,2
1763	vispgrädde hemlagad	Energi (kJ)	804	804
1763	vispgrädde hemlagad	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1763	vispgrädde hemlagad	Summa mättade fettsyror	9	9
1763	vispgrädde hemlagad	Jod		13,9
1763	vispgrädde hemlagad	Energi (kcal)	192	192
1763	vispgrädde hemlagad	Kolhydrater	12	12
1763	vispgrädde hemlagad	Salt	0	0
1764	Chokladpudding (beräknat)	Kolesterol	23	23
1764	Chokladpudding (beräknat)	Disackarider	13	13
1764	Chokladpudding (beräknat)	Monosackarider	0	0
1764	Chokladpudding (beräknat)	Energi (kJ)	524	526
1764	Chokladpudding (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
1764	Chokladpudding (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
1764	Chokladpudding (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,1	0,1
1764	Chokladpudding (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1764	Chokladpudding (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,2	0,2
1764	Chokladpudding (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,1	0,1
1764	Chokladpudding (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,5	0,5
1764	Chokladpudding (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,8	0,8
1764	Chokladpudding (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
1764	Chokladpudding (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,0	0,0
1764	Chokladpudding (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
1764	Chokladpudding (beräknat)	Vitamin B6	0,0	0,0
1764	Chokladpudding (beräknat)	Vitamin B12	0,6	0,6
1764	Chokladpudding (beräknat)	Socker totalt	13	13
1764	Chokladpudding (beräknat)	Folat	16	16
1764	Chokladpudding (beräknat)	Jod	13,5	13,5
1764	Chokladpudding (beräknat)	Järn	0,5	0,5
1764	Chokladpudding (beräknat)	Kalcium	121,5	121,5
1764	Chokladpudding (beräknat)	Kalium	242	242
1764	Chokladpudding (beräknat)	Magnesium	30,0	30,0
1764	Chokladpudding (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0

1764	Chokladpudding (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
1764	Chokladpudding (beräknat)	Oljesyra C18:1	0,8	0,8
1764	Chokladpudding (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,1	0,1
1764	Chokladpudding (beräknat)	Protein	5	5
1764	Chokladpudding (beräknat)	Fett	2,9	3,0
1764	Chokladpudding (beräknat)	Fibrer	1	1
1764	Chokladpudding (beräknat)	Fosfor	131	131
1764	Chokladpudding (beräknat)	Vitamin E	0,3	0,3
1764	Chokladpudding (beräknat)	Vitamin D	1,1	1,1
1764	Chokladpudding (beräknat)	β-Karoten	13	14
1764	Chokladpudding (beräknat)	Kolhydrater	19	19
1764	Chokladpudding (beräknat)	Energi (kcal)	125	126
1764	Chokladpudding (beräknat)	Aska	1	1
1764	Chokladpudding (beräknat)	Vatten	71	71
1764	Chokladpudding (beräknat)	Avfall (skal etc.)	1	0
1764	Chokladpudding (beräknat)	Natrium	46	46
1764	Chokladpudding (beräknat)	Selen	2,7	2,7
1764	Chokladpudding (beräknat)	Zink	0,72	0,72
1764	Chokladpudding (beräknat)	Vitamin A	26	27
1764	Chokladpudding (beräknat)	Retinol	25	26
1764	Chokladpudding (beräknat)	Tillsatt socker	8	8
1764	Chokladpudding (beräknat)	Salt	0	0
1764	Chokladpudding (beräknat)	Fritt socker	8	8
1764	Chokladpudding (beräknat)	Riboflavin	0,2	0,2
1764	Chokladpudding (beräknat)	Tiamin	0,0	0,0
1764	Chokladpudding (beräknat)	Niacin	0,1	0,1
1764	Chokladpudding (beräknat)	Vitamin C	1	1
1764	Chokladpudding (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,2	1,2
1765	(beräknat)	Energi (kJ)	717	719
1765	(beräknat)	Monosackarider	0	0
1765	(beräknat)	Disackarider	11	11
1765	(beräknat)	Kolesterol	40	40
1765	(beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1765	(beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,6	0,6
1765	(beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
1765	(beräknat)	Summa mättade fettsyror	6	6
1765	(beräknat)	Palmitinsyra C16:0	2,9	3,0
1765	(beräknat)	Stearinsyra C18:0	1,1	1,1
1765	(beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,3	0,3
1765	(beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,9	0,9
1765	(beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
1765	(beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
1765	(beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
1765	(beräknat)	Folat	14	14
1765	(beräknat)	Socker totalt	11	11
1765	(beräknat)	Vitamin B12	0,5	0,5
1765	(beräknat)	Vitamin B6	0,0	0,0
1765	(beräknat)	Magnesium	25,7	25,7
1765	(beräknat)	Kalium	216	216
1765	(beräknat)	Kalcium	112,9	112,9

1765	(beräknat)	Järn	0,4	0,4
1765	(beräknat)	Jod	12,4	12,4
1765	(beräknat)	Linolsyra C18:2	0,2	0,2
1765	(beräknat)	Oljesyra C18:1	2,2	2,3
1765	(beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,2	0,2
1765	(beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1765	(beräknat)	Fosfor	119	119
1765	(beräknat)	Fibrer	1	1
1765	(beräknat)	Fett	9,8	9,8
1765	(beräknat)	Protein	4	4
1765	(beräknat)	β-Karoten	66	66
1765	(beräknat)	Vitamin D	0,9	0,9
1765	(beräknat)	Vitamin E	0,5	0,5
1765	(beräknat)	Avfall (skal etc.)	0	0
1765	(beräknat)	Vatten	68	68
1765	(beräknat)	Aska	1	1
1765	(beräknat)	Energi (kcal)	171	172
1765	(beräknat)	Kolhydrater	16	16
1765	(beräknat)	Retinol	84	85
1765	(beräknat)	Vitamin A	90	90
1765	(beräknat)	Zink	0,64	0,64
1765	(beräknat)	Selen	2,4	2,4
1765	(beräknat)	Natrium	42	42
1765	(beräknat)	Fritt socker	7	7
1765	(beräknat)	Salt	0	0
1765	(beräknat)	Tillsatt socker	7	7
1765	(beräknat)	Niacinekvivalenter	1,1	1,1
1765	(beräknat)	Vitamin C	1	1
1765	(beräknat)	Niacin	0,1	0,1
1765	(beräknat)	Tiamin	0,0	0,0
1765	(beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
1766	Chokladmousse (beräknat)	Disackarider	22	22
1766	Chokladmousse (beräknat)	Monosackarider	1	1
1792	Banan friterad m. glass tillagad på restaurang	Protein	2	2
1792	Banan friterad m. glass tillagad på restaurang	Vitamin A	1	7
1793	Apelsinmarmelad	Salt	0	0
1794	Gelé röda vinbär	Salt	0	0
1795	Gelé svarta vinbär	Salt	0	0
1796	Apelsinmarmelad lättsöckrad lag	Salt	0	0
1797	Marmelad olika smaker	Jod		1,4
1797	Marmelad olika smaker	Salt	0	0
1798	Lingonsylt	Protein	0	0
1798	Lingonsylt	Salt	0	0
1800	Lingonsylt sötningsm.	Jod		0,0
1801	Jordgubbssylt	Protein	0	0
1801	Jordgubbssylt	Salt	0	0
1802	Björnbärssylt	Salt	0	0
1841	Äppeldricka drickf. berikad	Jod		1,1
1841	Äppeldricka drickf. berikad	Salt	0	0
1842	Saft sötningsm. drickf. berikad	Jod		1,1

1842	Saft sötning sm. drickf. berikad	Salt	0	0
1843	Glass isglass	Kolhydrater	23	23
1843	Glass isglass	Salt	0	0
1844	Glass sorbet	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
1844	Glass sorbet	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1844	Glass sorbet	Salt	0	0
1845	Glass isglass saftis	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1845	Glass isglass saftis	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
1845	Glass isglass saftis	Summa mättade fettsyror	1	1
1846	Chokladdryck m. vatten (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
1846	Chokladdryck m. vatten (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1846	Chokladdryck m. vatten (beräknat)	Kolhydrater	8	8
1846	Chokladdryck m. vatten (beräknat)	Salt	0	0
1847	Chokladdryck drickf.	Salt	0	0
1848	Mjölchoklad m. hackade hasselnötter	Disackarider	47	47
1848	Mjölchoklad m. hackade hasselnötter	Monosackarider	0	0
1848	Mjölchoklad m. hackade hasselnötter	Summa mättade fettsyror	15	15
1848	Mjölchoklad m. hackade hasselnötter	Summa enkelomättade fettsyror	14	14
1848	Mjölchoklad m. hackade hasselnötter	Summa fleromättade fettsyror	2	2
1848	Mjölchoklad m. hackade hasselnötter	Socker totalt	47	47
1848	Mjölchoklad m. hackade hasselnötter	Protein	9	9
1848	Mjölchoklad m. hackade hasselnötter	Vitamin A	42	42
1848	Mjölchoklad m. hackade hasselnötter	Salt	0	0
1849	Mjölchoklad fylld m. mandelkrokant	Monosackarider	6	6
1849	Mjölchoklad fylld m. mandelkrokant	Disackarider	45	45
1849	Mjölchoklad fylld m. mandelkrokant	Summa fleromättade fettsyror	2	2
1849	Mjölchoklad fylld m. mandelkrokant	Summa enkelomättade fettsyror	12	12
1849	Mjölchoklad fylld m. mandelkrokant	Summa mättade fettsyror	16	16
1849	Mjölchoklad fylld m. mandelkrokant	Protein	4	4
1884	Tuggummi sockerfritt	Energi (kcal)	352	153
1884	Tuggummi sockerfritt	Salt	0	0
1885	Mandelmassa	Salt	0	0
1886	Kakaopulver fett 20-22%	Salt	0	0
1887	Chokladdryckspulver m. socker fett 2,5%	Protein	5	5
1887	Chokladdryckspulver m. socker fett 2,5%	Vitamin K	1,3	1,3
1887	Chokladdryckspulver m. socker fett 2,5%	Salt	0	1
1888	Chokladboll hemlagad (beräknat)	Kolesterol	25	13
1888	Chokladboll hemlagad (beräknat)	Disackarider	36	36
1888	Chokladboll hemlagad (beräknat)	Energi (kJ)	1899	1898
1888	Chokladboll hemlagad (beräknat)	Summa mättade fettsyror	13	12
1888	Chokladboll hemlagad (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	7	7
1888	Chokladboll hemlagad (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	1,3	1,0
1888	Chokladboll hemlagad (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	3	4
1888	Chokladboll hemlagad (beräknat)	Myristinsyra C14:0	1,7	1,3
1888	Chokladboll hemlagad (beräknat)	Laurinsyra C12:0	2,3	2,3
1888	Chokladboll hemlagad (beräknat)	Stearinsyra C18:0	1,6	1,3
1888	Chokladboll hemlagad (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	5,9	5,8
1888	Chokladboll hemlagad (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,5	0,7
1888	Chokladboll hemlagad (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
1888	Chokladboll hemlagad (beräknat)	Socker totalt	36	36

1888	Chokladboll hemlagad (beräknat)	Jod	2,4	2,3
1888	Chokladboll hemlagad (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1888	Chokladboll hemlagad (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
1888	Chokladboll hemlagad (beräknat)	Oljesyra C18:1	6,8	7,6
1888	Chokladboll hemlagad (beräknat)	Linolsyra C18:2	2,2	2,6
1888	Chokladboll hemlagad (beräknat)	Protein	4	4
1888	Chokladboll hemlagad (beräknat)	Fett	24,0	24,0
1888	Chokladboll hemlagad (beräknat)	Vitamin D	2,3	3,3
1888	Chokladboll hemlagad (beräknat)	Retinol	149	154
1888	Chokladboll hemlagad (beräknat)	β-Karoten	97	100
1888	Chokladboll hemlagad (beräknat)	Vitamin E	1,8	2,2
1888	Chokladboll hemlagad (beräknat)	Kolhydrater	54	54
1888	Chokladboll hemlagad (beräknat)	Energi (kcal)	454	454
1888	Chokladboll hemlagad (beräknat)	Aska	1	1
1888	Chokladboll hemlagad (beräknat)	Vatten	13	13
1888	Chokladboll hemlagad (beräknat)	Natrium	120	127
1888	Chokladboll hemlagad (beräknat)	Vitamin A	157	163
1888	Chokladboll hemlagad (beräknat)	Salt	0	0
1888	Chokladboll hemlagad (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,1	1,1
1891	Måltidsersättning pulver chokladsmak	Monosackarider	29	29
1891	Måltidsersättning pulver chokladsmak	Disackarider	2	2
1891	Måltidsersättning pulver chokladsmak	Socker totalt	31	31
1891	Måltidsersättning pulver chokladsmak	Vitamin A	890	891
1893	Brun farin	Järn	7,2	3,1
1893	Brun farin	Salt	0	0
1894	Ljus sirap	Salt	1	1
1927	Likör mindre söt vol. % 24	Jod		0,0
1929	(beräknat)	Disackarider	4	4
1929	(beräknat)	Energi (kJ)	329	334
1929	(beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
1929	(beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
1929	(beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
1929	(beräknat)	Järn	0,3	0,1
1929	(beräknat)	Kolhydrater	4	4
1929	(beräknat)	Protein	0	0
1929	(beräknat)	Energi (kcal)	78	80
1929	(beräknat)	Salt	0	0
1930	Bovetemjöl	Energi (kJ)	1493	1512
1930	Bovetemjöl	Disackarider	1	1
1930	Bovetemjöl	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1930	Bovetemjöl	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
1930	Bovetemjöl	Summa mättade fettsyror	1	1
1930	Bovetemjöl	Vitamin K	7,2	7,3
1930	Bovetemjöl	Energi (kcal)	357	361
1932	Kornmjöl fullkorn	Salt	0	0
1934	Rågmjöl fullkorn	Monosackarider	1	1
1934	Rågmjöl fullkorn	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1934	Rågmjöl fullkorn	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
1934	Rågmjöl fullkorn	Summa mättade fettsyror	0	0
1934	Rågmjöl fullkorn	Vitamin K	1,9	1,9

1934	Rågmjöl fullkorn	Salt	0	0
1935	Vetemjöl fullkorn grahamsmjöl	Monosackarider	0	0
1935	Vetemjöl fullkorn grahamsmjöl	Summa mättade fettsyror	0	0
1935	Vetemjöl fullkorn grahamsmjöl	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
1935	Vetemjöl fullkorn grahamsmjöl	Protein	11	11
1935	Vetemjöl fullkorn grahamsmjöl	Vitamin K	1,9	1,9
1974	Sötsur sås	Salt	1	1
1976	Salt mineralsalt	Jod		0,0
1976	Salt mineralsalt	Salt	64	64
1979	Jäst färsk	Salt	0	0
1980	Jäst torkad	Jod		4,0
1980	Jäst torkad	Salt	0	0
1981	Bakpulver	Salt	20	20
1982	Béchamelsås m. lättmjölk (beräknat)	Disackarider	6	6
1982	Béchamelsås m. lättmjölk (beräknat)	Monosackarider	0	0
1982	Béchamelsås m. lättmjölk (beräknat)	Energi (kJ)	383	387
1982	Béchamelsås m. lättmjölk (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
1982	Béchamelsås m. lättmjölk (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
1982	Béchamelsås m. lättmjölk (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1982	Béchamelsås m. lättmjölk (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,1	0,1
1982	Béchamelsås m. lättmjölk (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,1	0,1
1982	Béchamelsås m. lättmjölk (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
1982	Béchamelsås m. lättmjölk (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,1	0,1
1982	Béchamelsås m. lättmjölk (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,4	0,4
1982	Béchamelsås m. lättmjölk (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,3	0,3
1982	Béchamelsås m. lättmjölk (beräknat)	Socker totalt	6	6
1982	Béchamelsås m. lättmjölk (beräknat)	Fosfor	123	123
1982	Béchamelsås m. lättmjölk (beräknat)	Jod	48,9	48,9
1982	Béchamelsås m. lättmjölk (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1982	Béchamelsås m. lättmjölk (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
1982	Béchamelsås m. lättmjölk (beräknat)	Oljesyra C18:1	2,3	2,3
1982	Béchamelsås m. lättmjölk (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,8	0,9
1982	Béchamelsås m. lättmjölk (beräknat)	Protein	4	4
1982	Béchamelsås m. lättmjölk (beräknat)	Kolhydrater	8	8
1982	Béchamelsås m. lättmjölk (beräknat)	Fett	4,5	4,6
1982	Béchamelsås m. lättmjölk (beräknat)	Vitamin D	1,4	1,3
1982	Béchamelsås m. lättmjölk (beräknat)	Retinol	16	11
1982	Béchamelsås m. lättmjölk (beräknat)	β-Karoten	13	10
1982	Béchamelsås m. lättmjölk (beräknat)	Vitamin E	1,0	1,1
1982	Béchamelsås m. lättmjölk (beräknat)	Energi (kcal)	92	93
1982	Béchamelsås m. lättmjölk (beräknat)	Aska	2	2
1982	Béchamelsås m. lättmjölk (beräknat)	Vatten	81	81
1982	Béchamelsås m. lättmjölk (beräknat)	Vitamin A	17	11
1982	Béchamelsås m. lättmjölk (beräknat)	Natrium	334	331
1982	Béchamelsås m. lättmjölk (beräknat)	Salt	1	1
1982	Béchamelsås m. lättmjölk (beräknat)	Niacinekvalenter	1,1	1,1
1983	Ljus sås m. mjölk (beräknat)	Energi (kJ)	450	456
1983	Ljus sås m. mjölk (beräknat)	Monosackarider	0	0
1983	Ljus sås m. mjölk (beräknat)	Disackarider	6	6
1983	Ljus sås m. mjölk (beräknat)	Kolesterol	7	7

1983	Ljus sås m. mjölk (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
1983	Ljus sås m. mjölk (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
1983	Ljus sås m. mjölk (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
1983	Ljus sås m. mjölk (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,8	0,9
1983	Ljus sås m. mjölk (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,2	0,2
1983	Ljus sås m. mjölk (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,1	0,1
1983	Ljus sås m. mjölk (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,1	0,1
1983	Ljus sås m. mjölk (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,3	0,3
1983	Ljus sås m. mjölk (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,3	0,3
1983	Ljus sås m. mjölk (beräknat)	Folat	15	15
1983	Ljus sås m. mjölk (beräknat)	Socker totalt	6	6
1983	Ljus sås m. mjölk (beräknat)	Vitamin B12	0,7	0,7
1983	Ljus sås m. mjölk (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
1983	Ljus sås m. mjölk (beräknat)	Kalium	196	196
1983	Ljus sås m. mjölk (beräknat)	Järn	0,1	0,1
1983	Ljus sås m. mjölk (beräknat)	Kalcium	135,2	135,2
1983	Ljus sås m. mjölk (beräknat)	Jod	13,5	13,5
1983	Ljus sås m. mjölk (beräknat)	Fosfor	123	123
1983	Ljus sås m. mjölk (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,8	0,9
1983	Ljus sås m. mjölk (beräknat)	Oljesyra C18:1	2,5	2,5
1983	Ljus sås m. mjölk (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
1983	Ljus sås m. mjölk (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
1983	Ljus sås m. mjölk (beräknat)	Fett	5,7	5,8
1983	Ljus sås m. mjölk (beräknat)	Fibrer	0	0
1983	Ljus sås m. mjölk (beräknat)	Kolhydrater	9	9
1983	Ljus sås m. mjölk (beräknat)	Protein	5	5
1983	Ljus sås m. mjölk (beräknat)	Vitamin E	1,0	1,1
1983	Ljus sås m. mjölk (beräknat)	β-Karoten	42	40
1983	Ljus sås m. mjölk (beräknat)	Retinol	27	23
1983	Ljus sås m. mjölk (beräknat)	Vitamin D	1,3	1,3
1983	Ljus sås m. mjölk (beräknat)	Vatten	78	78
1983	Ljus sås m. mjölk (beräknat)	Aska	2	2
1983	Ljus sås m. mjölk (beräknat)	Energi (kcal)	108	109
1983	Ljus sås m. mjölk (beräknat)	Selen	2,3	2,3
1983	Ljus sås m. mjölk (beräknat)	Zink	0,50	0,50
1983	Ljus sås m. mjölk (beräknat)	Natrium	460	457
1983	Ljus sås m. mjölk (beräknat)	Magnesium	15,3	15,3
1983	Ljus sås m. mjölk (beräknat)	Vitamin A	31	26
2009	Pastasås olika märken	Socker totalt	6	6
2009	Pastasås olika märken	Vitamin A	50	51
2010	Sötsur sås m. grönsaker konserv.	Disackarider	14	14
2010	Sötsur sås m. grönsaker konserv.	Socker totalt	20	20
2011	Orientalisk sås m. grönsaker konserv.	Socker totalt	7	7
2012	Teriyakisås	Socker totalt	23	23
2012	Teriyakisås	Vitamin A	0	1
2024	Frukostflingor müsli fullkorn m. frukt	Disackarider	5	5
2024	Frukostflingor müsli fullkorn m. frukt	Summa mättade fettsyror	2	2
2024	Frukostflingor müsli fullkorn m. frukt	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
2024	Frukostflingor müsli fullkorn m. frukt	Summa fleromättade fettsyror	1	1
2024	Frukostflingor müsli fullkorn m. frukt	Socker totalt	12	12

2024	Frukostflingor müsli fullkorn m. frukt	Protein	8	8
2024	Frukostflingor müsli fullkorn m. frukt	Vitamin A	0	1
2024	Frukostflingor müsli fullkorn m. frukt	Salt	0	0
2025	Frukostflingor müsli fullkorn m. bär	Disackarider	6	6
2025	Frukostflingor müsli fullkorn m. bär	Summa fleromättade fettsyror	44	1
2025	Frukostflingor müsli fullkorn m. bär	Summa enkelomättade fettsyror	34	1
2025	Frukostflingor müsli fullkorn m. bär	Summa mättade fettsyror	21	1
2025	Frukostflingor müsli fullkorn m. bär	Palmitinsyra C16:0	17,3	0,4
2025	Frukostflingor müsli fullkorn m. bär	Myristinsyra C14:0	0,2	0,0
2025	Frukostflingor müsli fullkorn m. bär	Stearinsyra C18:0	1,9	0,1
2025	Frukostflingor müsli fullkorn m. bär	Linolensyra C18:3	2,2	0,1
2025	Frukostflingor müsli fullkorn m. bär	Linolsyra C18:2	41,7	1,1
2025	Frukostflingor müsli fullkorn m. bär	Oljesyra C18:1	31,3	0,8
2025	Frukostflingor müsli fullkorn m. bär	Palmitoljesyra C16:1	0,2	0,0
2025	Frukostflingor müsli fullkorn m. bär	Arakidinsyra C20:0	0,2	0,0
2025	Frukostflingor müsli fullkorn m. bär	Protein	9	9
2025	Frukostflingor müsli fullkorn m. bär	Vitamin E	0,6	0,5
2025	Frukostflingor müsli fullkorn m. bär	Vitamin A	0	1
2025	Frukostflingor müsli fullkorn m. bär	Salt	0	0
2025	Frukostflingor müsli fullkorn m. bär	Niacinekvivalenter	3,9	3,8
2027	nötter	Disackarider	16	16
2027	nötter	Summa mättade fettsyror	5	5
2027	nötter	Summa enkelomättade fettsyror	8	8
2027	nötter	Summa fleromättade fettsyror	3	3
2027	nötter	Socker totalt	21	21
2027	nötter	Protein	10	10
2027	nötter	Salt	0	0
2028	russin kokos	Summa fleromättade fettsyror	3	3
2028	russin kokos	Summa mättade fettsyror	6	6
2056	Kebabkött frysvara	Vitamin A	31	25
2057	Ris avorio okokt	Monosackarider	1	1
2057	Ris avorio okokt	Disackarider	0	1
2057	Ris avorio okokt	Summa fleromättade fettsyror	0	0
2057	Ris avorio okokt	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
2057	Ris avorio okokt	Summa mättade fettsyror	0	0
2057	Ris avorio okokt	Socker totalt	1	1
2057	Ris avorio okokt	Protein	7	7
2058	Lök rostad	Disackarider	2	2
2058	Lök rostad	Summa mättade fettsyror	13	13
2058	Lök rostad	Summa enkelomättade fettsyror	19	19
2058	Lök rostad	Summa fleromättade fettsyror	6	6
2058	Lök rostad	Protein	6	6
2058	Lök rostad	Salt	2	2
2059	Glass glasspinne m. frukt mjölk fett 5,5%	Monosackarider	7	7
2059	Glass glasspinne m. frukt mjölk fett 5,5%	Disackarider	13	13
2059	Glass glasspinne m. frukt mjölk fett 5,5%	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
2059	Glass glasspinne m. frukt mjölk fett 5,5%	Protein	3	3
2059	Glass glasspinne m. frukt mjölk fett 5,5%	Vitamin A	47	47
2059	Glass glasspinne m. frukt mjölk fett 5,5%	Salt	0	0
2060	Glass glasspinne fett 10%	Monosackarider	1	1

2060	Glass glasspinne fett 10%	Summa mättade fettsyror	6	6
2060	Glass glasspinne fett 10%	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
2060	Glass glasspinne fett 10%	Summa fleromättade fettsyror	1	1
2060	Glass glasspinne fett 10%	Protein	4	4
2060	Glass glasspinne fett 10%	Vitamin A	91	91
2060	Glass glasspinne fett 10%	Salt	0	0
2061	Bar m. fiber havre vete naturell	Disackarider	15	15
2061	Bar m. fiber havre vete naturell	Summa fleromättade fettsyror	4	4
2061	Bar m. fiber havre vete naturell	Summa enkelomättade fettsyror	7	7
2061	Bar m. fiber havre vete naturell	Summa mättade fettsyror	4	4
2061	Bar m. fiber havre vete naturell	Protein	7	7
2061	Bar m. fiber havre vete naturell	Vitamin A	5	5
2062	Knäckemacka vete olika fyllningar	Disackarider	4	4
2062	Knäckemacka vete olika fyllningar	Monosackarider	2	2
2062	Knäckemacka vete olika fyllningar	Summa mättade fettsyror	16	16
2062	Knäckemacka vete olika fyllningar	Summa enkelomättade fettsyror	6	6
2062	Knäckemacka vete olika fyllningar	Summa fleromättade fettsyror	2	2
2062	Knäckemacka vete olika fyllningar	Protein	12	12
2062	Knäckemacka vete olika fyllningar	Vitamin A	58	59
2062	Knäckemacka vete olika fyllningar	Salt	2	2
2063	Knäckemacka fullkorn råg olika fyllningar	Monosackarider	1	1
2063	Knäckemacka fullkorn råg olika fyllningar	Disackarider	2	2
2063	Knäckemacka fullkorn råg olika fyllningar	Summa fleromättade fettsyror	1	1
2063	Knäckemacka fullkorn råg olika fyllningar	Summa enkelomättade fettsyror	6	6
2063	Knäckemacka fullkorn råg olika fyllningar	Protein	13	13
2063	Knäckemacka fullkorn råg olika fyllningar	Salt	2	2
2064	Falafel kikärtskroetter frysvara	Summa mättade fettsyror	1	1
2064	Falafel kikärtskroetter frysvara	Summa fleromättade fettsyror	3	3
2099	Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Energi (kcal)	237	260
2099	Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Aska	2	2
2099	Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Vatten	59	57
2099	Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Natrium	464	460
2099	Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Selen	7,0	7,0
2099	Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Vitamin A	13	13
2099	Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Zink	4,91	4,87
2099	Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Salt	1	1
2099	Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Riboflavin	0,2	0,2
2099	Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Tiamin	0,3	0,3
2099	Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Niacin	5,0	5,0
2099	Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Niacinekvivalenter	9,2	9,0
2100	Köttfärssås blandfärs (beräknat)	Energi (kJ)	495	529
2100	Köttfärssås blandfärs (beräknat)	Monosackarider	3	3
2100	Köttfärssås blandfärs (beräknat)	Disackarider	1	1
2100	Köttfärssås blandfärs (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
2100	Köttfärssås blandfärs (beräknat)	Kolesterol	23	23
2100	Köttfärssås blandfärs (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
2100	Köttfärssås blandfärs (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
2100	Köttfärssås blandfärs (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	4
2100	Köttfärssås blandfärs (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	3
2100	Köttfärssås blandfärs (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,8	1,0

2100	Köttfärssås blandfärs (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,4	1,7
2100	Köttfärssås blandfärs (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,1	0,1
2100	Köttfärssås blandfärs (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
2100	Köttfärssås blandfärs (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
2100	Köttfärssås blandfärs (beräknat)	EPA (C20:5)	0,0	0,0
2100	Köttfärssås blandfärs (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
2100	Köttfärssås blandfärs (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,2	0,2
2100	Köttfärssås blandfärs (beräknat)	Folat	11	11
2100	Köttfärssås blandfärs (beräknat)	Socker totalt	3	3
2100	Köttfärssås blandfärs (beräknat)	Vitamin B12	0,3	0,3
2100	Köttfärssås blandfärs (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
2100	Köttfärssås blandfärs (beräknat)	Magnesium	20,2	20,2
2100	Köttfärssås blandfärs (beräknat)	Kalcium	18,6	18,6
2100	Köttfärssås blandfärs (beräknat)	Kalium	231	231
2100	Köttfärssås blandfärs (beräknat)	Järn	1,0	1,0
2100	Köttfärssås blandfärs (beräknat)	Jod	26,5	26,4
2100	Köttfärssås blandfärs (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,7	0,8
2100	Köttfärssås blandfärs (beräknat)	Oljesyra C18:1	2,9	3,3
2100	Köttfärssås blandfärs (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,2	0,2
2100	Köttfärssås blandfärs (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
2100	Köttfärssås blandfärs (beräknat)	Fosfor	94	94
2100	Köttfärssås blandfärs (beräknat)	Fett	7,0	8,1
2100	Köttfärssås blandfärs (beräknat)	Fibrer	1	1
2100	Köttfärssås blandfärs (beräknat)	Protein	9	8
2092	Sjömansbiff (beräknat)	EPA (C20:5)	0,0	0,0
2092	Sjömansbiff (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
2092	Sjömansbiff (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
2092	Sjömansbiff (beräknat)	Folat	12	13
2092	Sjömansbiff (beräknat)	Socker totalt	1	1
2092	Sjömansbiff (beräknat)	Vitamin B12	0,2	0,2
2092	Sjömansbiff (beräknat)	Vitamin B6	0,2	0,2
2092	Sjömansbiff (beräknat)	Magnesium	18,4	18,3
2092	Sjömansbiff (beräknat)	Kalcium	8,5	8,4
2092	Sjömansbiff (beräknat)	Kalium	235	238
2092	Sjömansbiff (beräknat)	Järn	0,9	0,9
2092	Sjömansbiff (beräknat)	Jod	32,2	32,0
2092	Sjömansbiff (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,4	0,4
2092	Sjömansbiff (beräknat)	Oljesyra C18:1	1,3	1,3
2092	Sjömansbiff (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
2092	Sjömansbiff (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
2092	Sjömansbiff (beräknat)	Fosfor	77	78
2092	Sjömansbiff (beräknat)	Fett	2,8	2,8
2092	Sjömansbiff (beräknat)	Fibrer	1	1
2092	Sjömansbiff (beräknat)	Protein	7	7
2092	Sjömansbiff (beräknat)	Alkohol	0,0	0,0
2092	Sjömansbiff (beräknat)	Vitamin E	0,6	0,7
2092	Sjömansbiff (beräknat)	β-Karoten	14	11
2092	Sjömansbiff (beräknat)	Retinol	6	4
2092	Sjömansbiff (beräknat)	Vitamin D	0,1	0,1
2092	Sjömansbiff (beräknat)	Kolhydrater	11	10

2092	Sjömansbiff (beräknat)	Avfall (skal etc.)	1	2
2092	Sjömansbiff (beräknat)	Vatten	77	77
2092	Sjömansbiff (beräknat)	Aska	2	2
2092	Sjömansbiff (beräknat)	Energi (kcal)	98	97
2092	Sjömansbiff (beräknat)	Zink	1,30	1,24
2092	Sjömansbiff (beräknat)	Vitamin A	7	5
2092	Sjömansbiff (beräknat)	Selen	1,9	2,0
2092	Sjömansbiff (beräknat)	Natrium	377	376
2092	Sjömansbiff (beräknat)	Fritt socker	0	0
2092	Sjömansbiff (beräknat)	Tillsatt socker	0	0
2092	Sjömansbiff (beräknat)	Salt	1	1
2092	Sjömansbiff (beräknat)	Niacinekvivalenter	3,7	3,7
2092	Sjömansbiff (beräknat)	Vitamin C	9	9
2092	Sjömansbiff (beräknat)	Niacin	2,5	2,4
2092	Sjömansbiff (beräknat)	Tiamin	0,0	0,0
2092	Sjömansbiff (beräknat)	Riboflavin	0,0	0,1
2093	Gryta kreolsk gryta (beräknat)	Kolesterol	50	46
2093	Gryta kreolsk gryta (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
2093	Gryta kreolsk gryta (beräknat)	Disackarider	1	1
2093	Gryta kreolsk gryta (beräknat)	Monosackarider	1	1
2093	Gryta kreolsk gryta (beräknat)	Energi (kJ)	773	733
2093	Gryta kreolsk gryta (beräknat)	Summa mättade fettsyror	7	6
2093	Gryta kreolsk gryta (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	5	4
2093	Gryta kreolsk gryta (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
2093	Gryta kreolsk gryta (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,6	0,5
2093	Gryta kreolsk gryta (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,3	0,2
2093	Gryta kreolsk gryta (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,9	0,8
2093	Gryta kreolsk gryta (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	3,5	3,2
2093	Gryta kreolsk gryta (beräknat)	Stearinsyra C18:0	1,3	1,2
2093	Gryta kreolsk gryta (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
2093	Gryta kreolsk gryta (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
2093	Gryta kreolsk gryta (beräknat)	EPA (C20:5)	0,0	0,0
2093	Gryta kreolsk gryta (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
2093	Gryta kreolsk gryta (beräknat)	Vitamin B6	0,2	0,2
2093	Gryta kreolsk gryta (beräknat)	Vitamin B12	0,3	0,3
2093	Gryta kreolsk gryta (beräknat)	Socker totalt	2	3
2093	Gryta kreolsk gryta (beräknat)	Folat	9	9
2093	Gryta kreolsk gryta (beräknat)	Jod		29,5
2093	Gryta kreolsk gryta (beräknat)	Järn	1,0	1,0
2093	Gryta kreolsk gryta (beräknat)	Kalium	159	162
2093	Gryta kreolsk gryta (beräknat)	Kalcium	36,0	37,5
2093	Gryta kreolsk gryta (beräknat)	Magnesium	17,8	17,9
2093	Gryta kreolsk gryta (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
2093	Gryta kreolsk gryta (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,3	0,3
2093	Gryta kreolsk gryta (beräknat)	Oljesyra C18:1	4,3	4,0
2093	Gryta kreolsk gryta (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,6	0,6
2093	Gryta kreolsk gryta (beräknat)	Protein	11	11
2093	Gryta kreolsk gryta (beräknat)	Fibrer	1	1
2093	Gryta kreolsk gryta (beräknat)	Fett	13,7	12,5
2093	Gryta kreolsk gryta (beräknat)	Fosfor	126	127

2093	Gryta kreolsk gryta (beräknat)	Vitamin D	0,3	0,3
2093	Gryta kreolsk gryta (beräknat)	Retinol	78	67
2093	Gryta kreolsk gryta (beräknat)	β-Karoten	146	135
2093	Gryta kreolsk gryta (beräknat)	Vitamin E	1,4	1,3
2093	Gryta kreolsk gryta (beräknat)	Energi (kcal)	185	175
2093	Gryta kreolsk gryta (beräknat)	Aska	2	2
2093	Gryta kreolsk gryta (beräknat)	Vatten	68	69
2093	Gryta kreolsk gryta (beräknat)	Kolhydrater	5	5
2093	Gryta kreolsk gryta (beräknat)	Natrium	501	502
2093	Gryta kreolsk gryta (beräknat)	Selen	6,0	6,0
2093	Gryta kreolsk gryta (beräknat)	Vitamin A	90	79
2093	Gryta kreolsk gryta (beräknat)	Zink	1,08	1,08
2093	Gryta kreolsk gryta (beräknat)	Salt	1	1
2093	Gryta kreolsk gryta (beräknat)	Tillsatt socker	1	1
2093	Gryta kreolsk gryta (beräknat)	Fritt socker	1	1
2093	Gryta kreolsk gryta (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
2093	Gryta kreolsk gryta (beräknat)	Tiamin	0,2	0,2
2093	Gryta kreolsk gryta (beräknat)	Niacin	3,9	3,9
2093	Gryta kreolsk gryta (beräknat)	Vitamin C	10	10
2093	Gryta kreolsk gryta (beräknat)	Niacinekvivalenter	5,9	5,9
2096	banan (beräknat)	Energi (kJ)	675	652
2096	banan (beräknat)	Monosackarider	3	3
2096	banan (beräknat)	Disackarider	2	2
2096	banan (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
2096	banan (beräknat)	Kolesterol	66	64
2096	banan (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,3	0,3
2096	banan (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
2096	banan (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
2096	banan (beräknat)	Summa mättade fettsyror	4	3
2096	banan (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,7	0,6
2096	banan (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	2,0	1,8
2096	banan (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,5	0,4
2096	banan (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,2	0,1
2096	banan (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
2096	banan (beräknat)	EPA (C20:5)	0,0	0,0
2096	banan (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
2096	banan (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
2096	banan (beräknat)	Folat	13	13
2096	banan (beräknat)	Socker totalt	5	5
2096	banan (beräknat)	Vitamin B12	0,2	0,2
2096	banan (beräknat)	Vitamin B6	0,4	0,4
2096	banan (beräknat)	Magnesium	33,5	33,6
2096	banan (beräknat)	Kalcium	19,2	20,0
2096	banan (beräknat)	Kalium	343	344
2096	banan (beräknat)	Järn	0,5	0,5
2096	banan (beräknat)	Jod	27,7	27,8
2096	banan (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,7	0,7
2096	banan (beräknat)	Oljesyra C18:1	3,1	3,0
2096	banan (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,2	0,2
2096	banan (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0

2096	banan (beräknat)	Fosfor	200	201
2096	banan (beräknat)	Fett	8,8	8,2
2096	banan (beräknat)	Fibrer	1	1
2096	banan (beräknat)	Protein	14	14
2096	banan (beräknat)	Vitamin E	1,4	1,4
2096	banan (beräknat)	β-Karoten	316	309
2096	banan (beräknat)	Retinol	49	42
2096	banan (beräknat)	Vitamin D	0,3	0,3
2096	banan (beräknat)	Kolhydrater	6	6
2096	banan (beräknat)	Avfall (skal etc.)	5	5
2096	banan (beräknat)	Vatten	68	69
2096	banan (beräknat)	Aska	2	2
2096	banan (beräknat)	Energi (kcal)	162	156
2096	banan (beräknat)	Zink	0,62	0,62
2096	banan (beräknat)	Vitamin A	75	68
2096	banan (beräknat)	Selen	9,4	9,4
2096	banan (beräknat)	Natrium	374	373
2096	banan (beräknat)	Fritt socker	2	2
2096	banan (beräknat)	Tillsatt socker	2	2
2096	banan (beräknat)	Salt	1	1
2096	banan (beräknat)	Niacinekvivalenter	10,9	10,9
2096	banan (beräknat)	Vitamin C	3	3
2096	banan (beräknat)	Niacin	8,3	8,3
2096	banan (beräknat)	Tiamin	0,2	0,2
2096	banan (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
2098	Skinkröra kall (beräknat)	Energi (kJ)	598	598
2098	Skinkröra kall (beräknat)	Monosackarider	2	2
2098	Skinkröra kall (beräknat)	Disackarider	1	1
2098	Skinkröra kall (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
2098	Skinkröra kall (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
2098	Skinkröra kall (beräknat)	Summa mättade fettsyror	5	5
2098	Skinkröra kall (beräknat)	Protein	8	8
2098	Skinkröra kall (beräknat)	Kolhydrater	3	3
2098	Skinkröra kall (beräknat)	Energi (kcal)	143	143
2098	Skinkröra kall (beräknat)	Salt	2	2
2099	Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Kolesterol	72	72
2099	Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
2099	Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Energi (kJ)	990	1088
2099	Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	7	8
2099	Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	7	8
2099	Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	2
2099	Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
2099	Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
2099	Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,4	0,4
2099	Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	4,0	4,8
2099	Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Stearinsyra C18:0	2,4	2,8
2099	Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
2099	Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,1
2099	Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	EPA (C20:5)	0,0	0,0
2099	Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0

2099	Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Vitamin B6	0,2	0,2
2099	Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Vitamin B12	1,0	1,0
2099	Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Folat	3	3
2099	Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Jod	49,1	48,8
2099	Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Järn	1,8	1,8
2099	Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Kalium	263	261
2099	Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Kalcium	10,6	10,5
2099	Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Magnesium	27,4	27,3
2099	Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
2099	Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,6	0,7
2099	Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Oljesyra C18:1	6,0	7,1
2099	Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,0	1,3
2099	Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Protein	23	22
2099	Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Fett	16,1	19,2
2099	Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Fosfor	215	213
2099	Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Vitamin D	0,3	0,3
2099	Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Retinol	12	12
2099	Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	β-Karoten	17	17
2099	Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Vitamin E	0,6	0,6
2165	(beräknat)	Avfall (skal etc.)	1	1
2165	(beräknat)	Kolhydrater	20	20
2165	(beräknat)	Natrium	442	442
2165	(beräknat)	Vitamin A	19	18
2165	(beräknat)	Salt	1	1
2165	(beräknat)	Niacinekvivalenter	2,7	2,7
2173	(beräknat)	Energi (kJ)	362	366
2173	(beräknat)	Monosackarider	2	2
2173	(beräknat)	Disackarider	1	1
2173	(beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,3	0,3
2173	(beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
2173	(beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
2173	(beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
2173	(beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,4	0,4
2173	(beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,0	1,0
2173	(beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,3	0,3
2173	(beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,1	0,1
2173	(beräknat)	Linolensyra C18:3	0,3	0,3
2173	(beräknat)	Socker totalt	3	3
2173	(beräknat)	Jod	45,0	45,0
2173	(beräknat)	Linolsyra C18:2	0,9	1,0
2173	(beräknat)	Oljesyra C18:1	2,9	2,9
2173	(beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
2173	(beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
2173	(beräknat)	Fosfor	25	25
2173	(beräknat)	Fett	6,7	6,8
2173	(beräknat)	Protein	1	1
2173	(beräknat)	Vitamin E	1,2	1,3
2173	(beräknat)	β-Karoten	68	65
2173	(beräknat)	Retinol	32	26
2173	(beräknat)	Vitamin D	0,3	0,2

2173	(beräknat)	Kolhydrater	5	5
2173	(beräknat)	Vatten	84	84
2173	(beräknat)	Aska	2	2
2173	(beräknat)	Energi (kcal)	86	88
2173	(beräknat)	Vitamin A	37	32
2173	(beräknat)	Natrium	624	621
2173	(beräknat)	Salt	2	2
2173	(beräknat)	Niacinekvivalenter	0,3	0,3
2174	15% (beräknat)	Disackarider	1	1
2174	15% (beräknat)	Energi (kJ)	776	778
2174	15% (beräknat)	Summa mättade fettsyror	6	6
2174	15% (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	6	6
2174	15% (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
2174	15% (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,3	0,3
2174	15% (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,1	0,1
2174	15% (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,6	0,6
2174	15% (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	3,3	3,3
2174	15% (beräknat)	Stearinsyra C18:0	1,6	1,6
2174	15% (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,2	0,2
2174	15% (beräknat)	Socker totalt	3	3
2174	15% (beräknat)	Jod		37,5
2174	15% (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
2174	15% (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,4	0,4
2174	15% (beräknat)	Oljesyra C18:1	5,5	5,5
2174	15% (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,0	1,1
2174	15% (beräknat)	Protein	7	7
2174	15% (beräknat)	Fett	14,7	14,7
2174	15% (beräknat)	Fosfor	89	89
2174	15% (beräknat)	Vitamin D	0,1	0,1
2174	15% (beräknat)	Retinol	48	46
2174	15% (beräknat)	β-Karoten	144	142
2174	15% (beräknat)	Vitamin E	1,0	1,0
2174	15% (beräknat)	Energi (kcal)	186	186
2174	15% (beräknat)	Aska	3	3
2174	15% (beräknat)	Vatten	69	69
2174	15% (beräknat)	Kolhydrater	6	6
2174	15% (beräknat)	Natrium	778	777
2174	15% (beräknat)	Vitamin A	61	59
2174	15% (beräknat)	Salt	2	2
2174	15% (beräknat)	Niacinekvivalenter	2,9	2,9
2184	Ostkaka fett 7%	Monosackarider	0	0
2184	Ostkaka fett 7%	Disackarider	12	12
2184	Ostkaka fett 7%	Summa fleromättade fettsyror	0	1
2184	Ostkaka fett 7%	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
2184	Ostkaka fett 7%	Summa mättade fettsyror	4	4
2184	Ostkaka fett 7%	Vitamin B6	0,0	0,0
2184	Ostkaka fett 7%	Vitamin K	3,5	3,5
2184	Ostkaka fett 7%	Salt	0	0
2189	Rapsolja	Summa mättade fettsyror	7	7
2189	Rapsolja	Summa enkelomättade fettsyror	61	61

2190	Matfettblandning fett 75% berikad typ Bregott	Summa fleromättade fettsyror	8	8
2190	Matfettblandning fett 75% berikad typ Bregott	Summa enkelomättade fettsyror	28	28
2190	Matfettblandning fett 75% berikad typ Bregott	Summa mättade fettsyror	35	35
2190	Matfettblandning fett 75% berikad typ Bregott	Salt	1	1
2197	Äggröra (beräknat)	Energi (kJ)	786	793
2197	Äggröra (beräknat)	Monosackarider	0	0
2197	Äggröra (beräknat)	Disackarider	1	1
2197	Äggröra (beräknat)	DHA (C22:6)	0,1	0,1
2197	Äggröra (beräknat)	Kolesterol	318	318
2197	Äggröra (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
2197	Äggröra (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	3	3
2197	Äggröra (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	7	7
2197	Äggröra (beräknat)	Summa mättade fettsyror	3	3
2197	Äggröra (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,8	0,8
2197	Äggröra (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	2,2	2,2
2197	Äggröra (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,1	0,1
2197	Äggröra (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
2197	Äggröra (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,1	0,1
2197	Äggröra (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,6	0,5
2197	Äggröra (beräknat)	Folat	57	57
2197	Äggröra (beräknat)	Socker totalt	1	1
2197	Äggröra (beräknat)	Vitamin B12	1,4	1,4
2197	Äggröra (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
2197	Äggröra (beräknat)	Magnesium	12,7	12,7
2197	Äggröra (beräknat)	Kalcium	66,9	66,9
2197	Äggröra (beräknat)	Kalium	146	146
2197	Äggröra (beräknat)	Järn	1,6	1,6
2197	Äggröra (beräknat)	Jod	81,7	81,7
2197	Äggröra (beräknat)	Linolsyra C18:2	2,2	2,4
2197	Äggröra (beräknat)	Oljesyra C18:1	6,9	6,9
2197	Äggröra (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,2	0,2
2197	Äggröra (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
2197	Äggröra (beräknat)	Fosfor	187	187
2197	Äggröra (beräknat)	Fett	15,3	15,5
2197	Äggröra (beräknat)	Protein	12	12
2197	Äggröra (beräknat)	Vitamin E	6,7	6,8
2197	Äggröra (beräknat)	β-Karoten	14	9
2197	Äggröra (beräknat)	Retinol	237	229
2197	Äggröra (beräknat)	Vitamin D	3,4	3,3
2197	Äggröra (beräknat)	Kolhydrater	1	1
2197	Äggröra (beräknat)	Avfall (skal etc.)	11	10
2197	Äggröra (beräknat)	Vatten	70	69
2197	Äggröra (beräknat)	Aska	2	2
2197	Äggröra (beräknat)	Energi (kcal)	187	189
2197	Äggröra (beräknat)	Zink	1,28	1,28
2197	Äggröra (beräknat)	Vitamin A	238	230
2197	Äggröra (beräknat)	Selen	21,4	21,4
2197	Äggröra (beräknat)	Natrium	478	474
2197	Äggröra (beräknat)	Salt	1	1
2197	Äggröra (beräknat)	Niacinekvivalenter	3,0	3,0

2197	Äggröra (beräknat)	Vitamin C	0	0
2197	Äggröra (beräknat)	Niacin	0,0	0,0
2197	Äggröra (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
2197	Äggröra (beräknat)	Riboflavin	0,4	0,4
2205	Ägg kokt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	3	3
2205	Ägg kokt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
2205	Ägg kokt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	2
2243	0,1% berikad	Vitamin D	0,3	1,0
2255	Ost mozzarella fett 18%	Disackarider	0	0
2255	Ost mozzarella fett 18%	Summa fleromättade fettsyror	1	1
2255	Ost mozzarella fett 18%	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
2255	Ost mozzarella fett 18%	Summa mättade fettsyror	11	11
2255	Ost mozzarella fett 18%	Protein	16	16
2255	Ost mozzarella fett 18%	Vitamin K	5,1	5,1
2269	Ingefära färsk	Protein	1	1
2269	Ingefära färsk	Salt	0	0
2294	Kebabkött restaurang	Vitamin B6	0,0	0,1
2301	Fruktdryck nypon blåbär berikad	Protein	1	1
2301	Fruktdryck nypon blåbär berikad	Vitamin K	1,2	1,2
2301	Fruktdryck nypon blåbär berikad	Salt	0	0
2401	Carlshamn	Summa mättade fettsyror	6	6
2401	Carlshamn	Summa enkelomättade fettsyror	48	48
2401	Carlshamn	Summa fleromättade fettsyror	22	22
2401	Carlshamn	Jod		0,0
2509	Korv m. bröd ketchup senap (beräknat)	Salt	1	1
2510	Hamburgare dubbel m. bröd ost inlagd gurka tillagad på restaurang (beräknat)	Monosackarider	2	2
2510	Hamburgare dubbel m. bröd ost inlagd gurka tillagad på restaurang (beräknat)	Disackarider	2	2
2510	Hamburgare dubbel m. bröd ost inlagd gurka tillagad på restaurang (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
2510	Hamburgare dubbel m. bröd ost inlagd gurka tillagad på restaurang (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
2510	Hamburgare dubbel m. bröd ost inlagd gurka tillagad på restaurang (beräknat)	Summa mättade fettsyror	6	6
2510	Hamburgare dubbel m. bröd ost inlagd gurka tillagad på restaurang (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	3,2	3,2
2510	Hamburgare dubbel m. bröd ost inlagd gurka tillagad på restaurang (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
2510	Hamburgare dubbel m. bröd ost inlagd gurka tillagad på restaurang (beräknat)	Protein	17	17
2510	Hamburgare dubbel m. bröd ost inlagd gurka tillagad på restaurang (beräknat)	Salt	1	1
2511	restaurang (beräknat)	Energi (kJ)	1042	1042
2511	restaurang (beräknat)	Summa mättade fettsyror	4	4
2511	restaurang (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	8	8
2511	restaurang (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
2511	restaurang (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	2,1	2,1
2511	restaurang (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
2511	restaurang (beräknat)	Protein	12	12
2511	restaurang (beräknat)	Energi (kcal)	249	249
2511	restaurang (beräknat)	Salt	1	1
2512	(beräknat)	Monosackarider	3	3

2512	(beräknat)	Disackarider	2	2
2512	(beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
2512	(beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
2512	(beräknat)	Summa mättade fettsyror	5	5
2512	(beräknat)	Palmitinsyra C16:0	2,4	2,4
2512	(beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
2512	(beräknat)	Protein	14	14
2512	(beräknat)	Salt	1	1
2513	Ris basmati kokt m. salt (beräknat)	Disackarider	0	0
2513	Ris basmati kokt m. salt (beräknat)	Monosackarider	0	0
2513	Ris basmati kokt m. salt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
2513	Ris basmati kokt m. salt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
2513	Ris basmati kokt m. salt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
2513	Ris basmati kokt m. salt (beräknat)	Socker totalt	0	0
2514	Ris jasmin kokt m. salt (beräknat)	Monosackarider	0	0
2514	Ris jasmin kokt m. salt (beräknat)	Disackarider	0	0
2514	Ris jasmin kokt m. salt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
2514	Ris jasmin kokt m. salt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
2514	Ris jasmin kokt m. salt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
2514	Ris jasmin kokt m. salt (beräknat)	Socker totalt	0	0
2514	Ris jasmin kokt m. salt (beräknat)	Jod		27,2
2515	Ris långkornigt kokt m. salt (beräknat)	Disackarider	0	0
2515	Ris långkornigt kokt m. salt (beräknat)	Monosackarider	0	0
2515	Ris långkornigt kokt m. salt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
2515	Ris långkornigt kokt m. salt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
2515	Ris långkornigt kokt m. salt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
3036	Sill inlagd m. senapssås (beräknat)	Salt	2	2
3051	Hummus kikärtsröra (beräknat)	Disackarider	0	0
3051	Hummus kikärtsröra (beräknat)	Monosackarider	0	0
3051	Hummus kikärtsröra (beräknat)	Summa mättade fettsyror	4	4
3051	Hummus kikärtsröra (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	17	17
3051	Hummus kikärtsröra (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	4	4
3051	Hummus kikärtsröra (beräknat)	Protein	6	6
3051	Hummus kikärtsröra (beräknat)	Salt	2	2
3069	Chilinötter	Energi (kJ)	2159	2159
3069	Chilinötter	Disackarider	6	6
3069	Chilinötter	Protein	17	17
3069	Chilinötter	Vitamin K	6,9	6,9
3069	Chilinötter	Salt	3	3
3071	Pinjefrö	Summa mättade fettsyror	4	4
3071	Pinjefrö	Summa enkelomättade fettsyror	20	20
3071	Pinjefrö	Summa fleromättade fettsyror	31	31
3071	Pinjefrö	Protein	15	15
3136	Bulgur kokt m. salt (beräknat)	Kolhydrater	25	25
3136	Bulgur kokt m. salt (beräknat)	Salt	1	1
3141	Korv ren rå	Monosackarider	1	1
3141	Korv ren rå	Summa mättade fettsyror	7	7
3141	Korv ren rå	Summa enkelomättade fettsyror	9	9
3141	Korv ren rå	Summa fleromättade fettsyror	2	2
3141	Korv ren rå	Protein	17	17

3141	Korv ren rå	Vitamin K	11,1	11,1
3141	Korv ren rå	Salt	3	3
3213	Korv lamm rå	Disackarider	0	0
3213	Korv lamm rå	Summa fleromättade fettsyror	1	1
3213	Korv lamm rå	Summa enkelomättade fettsyror	8	8
3213	Korv lamm rå	Summa mättade fettsyror	9	9
3213	Korv lamm rå	Protein	16	16
3213	Korv lamm rå	Vitamin K	16,4	16,4
3213	Korv lamm rå	Salt	2	2
3243	Kvarg naturell fett 0,2%	Disackarider	3	3
3243	Kvarg naturell fett 0,2%	Monosackarider	0	0
3243	Kvarg naturell fett 0,2%	Summa mättade fettsyror	0	0
3243	Kvarg naturell fett 0,2%	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
3243	Kvarg naturell fett 0,2%	Summa fleromättade fettsyror	0	0
3243	Kvarg naturell fett 0,2%	Vitamin B6	0,0	0,0
3243	Kvarg naturell fett 0,2%	Protein	10	10
3243	Kvarg naturell fett 0,2%	Salt	0	0
3323	Älg fårs rå	Summa fleromättade fettsyror	0	0
3323	Älg fårs rå	Summa enkelomättade fettsyror	0	1
3323	Älg fårs rå	Summa mättade fettsyror	1	1
3323	Älg fårs rå	Protein	23	23
3323	Älg fårs rå	Salt	0	0
3324	Älg ytterlår	Summa mättade fettsyror	0	0
3324	Älg ytterlår	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
3324	Älg ytterlår	Summa fleromättade fettsyror	0	0
3324	Älg ytterlår	Protein	22	22
3324	Älg ytterlår	Salt	0	0
3433	Linfröolja	Summa fleromättade fettsyror	67	67
3433	Linfröolja	Summa enkelomättade fettsyror	20	20
3433	Linfröolja	Summa mättade fettsyror	8	8
3815	Kikärtor konserv. u. lag	Salt	1	1
3816	Kidneybönor röda bönor konserv. u. lag	Disackarider	1	1
3816	Kidneybönor röda bönor konserv. u. lag	Monosackarider	0	0
3816	Kidneybönor röda bönor konserv. u. lag	Summa mättade fettsyror	0	0
3816	Kidneybönor röda bönor konserv. u. lag	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
3816	Kidneybönor röda bönor konserv. u. lag	Summa fleromättade fettsyror	0	0
3816	Kidneybönor röda bönor konserv. u. lag	Protein	9	9
3816	Kidneybönor röda bönor konserv. u. lag	Salt	1	1
3817	Svarta bönor konserv. u. lag	Disackarider	0	0
3817	Svarta bönor konserv. u. lag	Summa fleromättade fettsyror	1	1
3817	Svarta bönor konserv. u. lag	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
3817	Svarta bönor konserv. u. lag	Summa mättade fettsyror	0	0
3817	Svarta bönor konserv. u. lag	Protein	8	8
3817	Svarta bönor konserv. u. lag	Salt	1	1
3818	Hamburgerbröd	Palmitinsyra C16:0	0,3	0,3
3818	Hamburgerbröd	Vitamin B6	0,0	0,1
3819	Bröd vitt mjölk fibrer ca 4% typ tekaka	Summa fleromättade fettsyror	1	1
3819	Bröd vitt mjölk fibrer ca 4% typ tekaka	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
3819	Bröd vitt mjölk fibrer ca 4% typ tekaka	Summa mättade fettsyror	1	1
3819	Bröd vitt mjölk fibrer ca 4% typ tekaka	Jod		2,5

3819	Bröd vitt mjölk fibrer ca 4% typ tekaka	Kolhydrater	51	51
3819	Bröd vitt mjölk fibrer ca 4% typ tekaka	Salt	1	1
3820	Bruna bönor rullpack kylvara	Disackarider	2	2
3820	Bruna bönor rullpack kylvara	Monosackarider	3	3
3820	Bruna bönor rullpack kylvara	Summa mättade fettsyror	0	0
3820	Bruna bönor rullpack kylvara	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
3820	Bruna bönor rullpack kylvara	Summa fleromättade fettsyror	0	0
3820	Bruna bönor rullpack kylvara	Protein	4	4
3820	Bruna bönor rullpack kylvara	Salt	2	2
3821	Gröna linser torkade kokta m. salt	Monosackarider	0	0
3821	Gröna linser torkade kokta m. salt	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
3821	Gröna linser torkade kokta m. salt	Protein	9	9
3821	Gröna linser torkade kokta m. salt	Salt	1	1
3822	Röda linser torkade kokta m. salt	Disackarider	1	1
3822	Röda linser torkade kokta m. salt	Monosackarider	0	0
3822	Röda linser torkade kokta m. salt	Summa mättade fettsyror	0	0
3822	Röda linser torkade kokta m. salt	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
3822	Röda linser torkade kokta m. salt	Summa fleromättade fettsyror	0	0
3822	Röda linser torkade kokta m. salt	Protein	11	11
3822	Röda linser torkade kokta m. salt	Salt	1	1
3823	Röda linser konserv. u. lag	Monosackarider	0	0
3823	Röda linser konserv. u. lag	Disackarider	0	0
3823	Röda linser konserv. u. lag	Summa fleromättade fettsyror	0	0
3823	Röda linser konserv. u. lag	Summa mättade fettsyror	0	0
4447	Nudlar risnudlar okokta	Salt	0	1
4448	Nudlar risnudlar kokta	Jod		2,0
4448	Nudlar risnudlar kokta	Salt	0	0
4456	Havtorn	Energi (kJ)	361	270
4456	Havtorn	Monosackarider	6	2
4456	Havtorn	Summa fleromättade fettsyror	1	1
4456	Havtorn	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
4456	Havtorn	Summa mättade fettsyror	1	1
4456	Havtorn	Folat	24	10
4456	Havtorn	Socker totalt	6	2
4456	Havtorn	Vitamin B6	0,1	0,1
4456	Havtorn	Kalium	40	160
4456	Havtorn	Järn	0,7	0,1
4456	Havtorn	Kalcium	10,0	4,6
4456	Havtorn	Fosfor	12	20
4456	Havtorn	Jod	1,5	0,0
4456	Havtorn	Fett	5,0	3,2
4456	Havtorn	Fibrer	6	4
4456	Havtorn	Kolhydrater	6	6
4456	Havtorn	Protein	1	2
4456	Havtorn	Vatten	83	86
4456	Havtorn	Aska	2	1
4456	Havtorn	Energi (kcal)	86	65
4456	Havtorn	Selen	0,0	10,0
4456	Havtorn	Zink	0,30	0,13
4456	Havtorn	Natrium	4	2

4456	Havtorn	Magnesium	10,0	4,7
4456	Havtorn	Salt	0	0
4456	Havtorn	Vitamin C	131	140
4456	Havtorn	Tiamin	0,0	0,2
4456	Havtorn	Riboflavin	0,2	0,1
4457	Potatis rå	Disackarider	0	0
4457	Potatis rå	Monosackarider	1	1
4457	Potatis rå	Protein	2	2
4457	Potatis rå	Vitamin K	1,2	1,2
4457	Potatis rå	Salt	0	0
4458	Potatis kokt m. salt	Monosackarider	0	1
4458	Potatis kokt m. salt	Disackarider	0	0
4458	Potatis kokt m. salt	Protein	2	2
4458	Potatis kokt m. salt	Vitamin K	1,5	1,5
4504	Grönkålssallad (beräknat)	Disackarider	2	2
4504	Grönkålssallad (beräknat)	Energi (kJ)	538	538
4504	Grönkålssallad (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
4504	Grönkålssallad (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
4504	Grönkålssallad (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
4504	Grönkålssallad (beräknat)	Protein	2	2
4504	Grönkålssallad (beräknat)	Energi (kcal)	129	129
4504	Grönkålssallad (beräknat)	Salt	1	1
4505	Kålrotslåda (beräknat)	Energi (kJ)	465	439
4505	Kålrotslåda (beräknat)	Monosackarider	5	5
4505	Kålrotslåda (beräknat)	Disackarider	2	2
4505	Kålrotslåda (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
4505	Kålrotslåda (beräknat)	Kolesterol	26	24
4505	Kålrotslåda (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
4505	Kålrotslåda (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
4505	Kålrotslåda (beräknat)	Summa mättade fettsyror	4	4
4505	Kålrotslåda (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	2,0	1,8
4505	Kålrotslåda (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,7	0,6
4505	Kålrotslåda (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,2	0,2
4505	Kålrotslåda (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,5	0,5
4505	Kålrotslåda (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,7	0,6
4505	Kålrotslåda (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
4505	Kålrotslåda (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
4505	Kålrotslåda (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,0	0,0
4505	Kålrotslåda (beräknat)	Folat	31	31
4505	Kålrotslåda (beräknat)	Socker totalt	7	7
4505	Kålrotslåda (beräknat)	Vitamin B12	0,1	0,1
4505	Kålrotslåda (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
4505	Kålrotslåda (beräknat)	Kalium	147	148
4505	Kålrotslåda (beräknat)	Järn	0,3	0,3
4505	Kålrotslåda (beräknat)	Kalcium	51,5	52,4
4505	Kålrotslåda (beräknat)	Fosfor	44	45
4505	Kålrotslåda (beräknat)	Jod	32,1	32,2
4505	Kålrotslåda (beräknat)	Oljesyra C18:1	1,6	1,4
4505	Kålrotslåda (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
4505	Kålrotslåda (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0

4505	Kålrotslåda (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,2	0,2
4505	Kålrotslåda (beräknat)	Fett	6,9	6,2
4505	Kålrotslåda (beräknat)	Fibrer	3	3
4505	Kålrotslåda (beräknat)	Kolhydrater	9	9
4505	Kålrotslåda (beräknat)	Protein	2	2
4505	Kålrotslåda (beräknat)	Vitamin E	0,3	0,3
4505	Kålrotslåda (beräknat)	β-Karoten	244	238
4505	Kålrotslåda (beräknat)	Retinol	58	52
4505	Kålrotslåda (beräknat)	Vitamin D	0,0	0,0
4505	Kålrotslåda (beräknat)	Vatten	78	79
4505	Kålrotslåda (beräknat)	Aska	1	1
4505	Kålrotslåda (beräknat)	Energi (kcal)	111	105
4505	Kålrotslåda (beräknat)	Vitamin A	82	75
4505	Kålrotslåda (beräknat)	Selen	0,8	0,8
4505	Kålrotslåda (beräknat)	Zink	0,23	0,24
4505	Kålrotslåda (beräknat)	Natrium	287	287
4505	Kålrotslåda (beräknat)	Magnesium	10,6	10,7
4505	Kålrotslåda (beräknat)	Tillsatt socker	3	3
4505	Kålrotslåda (beräknat)	Fritt socker	3	3
4505	Kålrotslåda (beräknat)	Salt	1	1
4505	Kålrotslåda (beräknat)	Fullkorn totalt	0	0
4505	Kålrotslåda (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,4	1,4
4505	Kålrotslåda (beräknat)	Vitamin C	25	25
4505	Kålrotslåda (beräknat)	Niacin	1,1	1,1
4505	Kålrotslåda (beräknat)	Tiamin	0,0	0,0
4505	Kålrotslåda (beräknat)	Riboflavin	0,0	0,1
4511	Potatis färsk kokt m. salt	Disackarider	1	1
4511	Potatis färsk kokt m. salt	Monosackarider	2	2
4511	Potatis färsk kokt m. salt	Protein	1	1
4511	Potatis färsk kokt m. salt	Vitamin K	1,7	1,7
4511	Potatis färsk kokt m. salt	Salt	0	0
4512	Potatis färsk rå	Monosackarider	2	2
4512	Potatis färsk rå	Disackarider	1	1
4512	Potatis färsk rå	Protein	1	1
4512	Potatis färsk rå	Vitamin K	1,2	1,3
4512	Potatis färsk rå	Salt	0	0
4513	Potatis Inova rå	Monosackarider	1	1
4513	Potatis Inova rå	Protein	2	2
4513	Potatis Inova rå	Vitamin K	0,7	0,7
4513	Potatis Inova rå	Salt	0	0
4514	Potatis King Edward rå	Monosackarider	0	0
4514	Potatis King Edward rå	Disackarider	0	0
4617	Havsabborre grillad m. salt (beräknat)	Avfall (skal etc.)	65	60
4617	Havsabborre grillad m. salt (beräknat)	Salt	1	1
4659	Olivolja extra jungfruolja	Summa fleromättade fettsyror	8	8
4659	Olivolja extra jungfruolja	Summa mättade fettsyror	14	14
4661	Rapsolja kallpressad	Summa mättade fettsyror	7	7
4661	Rapsolja kallpressad	Summa enkelomättade fettsyror	62	62
4661	Rapsolja kallpressad	Summa fleromättade fettsyror	27	27

	Flytande matfettsblandning fett 80% berikad typ			
4662	Arla smör- och rapsolja	Summa fleromättade fettsyror	21	21
	Flytande matfettsblandning fett 80% berikad typ			
4662	Arla smör- och rapsolja	Summa enkelomättade fettsyror	44	44
	Flytande matfettsblandning fett 80% berikad typ			
4662	Arla smör- och rapsolja	Summa mättade fettsyror	12	12
	Flytande matfettsblandning fett 80% berikad typ			
4662	Arla smör- och rapsolja	Salt	1	1
4663	mindre	Summa mättade fettsyror	18	18
4663	mindre	Summa enkelomättade fettsyror	17	17
4663	mindre	Summa fleromättade fettsyror	6	6
4736	Pastasås m. tonfisk curry (beräknat)	Energi (kJ)	339	337
4736	Pastasås m. tonfisk curry (beräknat)	Monosackarider	2	2
4736	Pastasås m. tonfisk curry (beräknat)	Disackarider	1	1
4736	Pastasås m. tonfisk curry (beräknat)	DHA (C22:6)	0,1	0,1
4736	Pastasås m. tonfisk curry (beräknat)	Kolesterol	22	22
4736	Pastasås m. tonfisk curry (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
4736	Pastasås m. tonfisk curry (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
4736	Pastasås m. tonfisk curry (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
4736	Pastasås m. tonfisk curry (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,8	0,8
4736	Pastasås m. tonfisk curry (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,2	0,2
4736	Pastasås m. tonfisk curry (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,1	0,1
4736	Pastasås m. tonfisk curry (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,2	0,2
4736	Pastasås m. tonfisk curry (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,3	0,3
4736	Pastasås m. tonfisk curry (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
4736	Pastasås m. tonfisk curry (beräknat)	EPA (C20:5)	0,0	0,0
4736	Pastasås m. tonfisk curry (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
4736	Pastasås m. tonfisk curry (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
4736	Pastasås m. tonfisk curry (beräknat)	Folat	18	18
4736	Pastasås m. tonfisk curry (beräknat)	Socker totalt	3	3
4736	Pastasås m. tonfisk curry (beräknat)	Vitamin B12	0,5	0,5
4736	Pastasås m. tonfisk curry (beräknat)	Vitamin B6	0,2	0,2
4736	Pastasås m. tonfisk curry (beräknat)	Kalium	223	223
4736	Pastasås m. tonfisk curry (beräknat)	Järn	0,8	0,8
4736	Pastasås m. tonfisk curry (beräknat)	Kalcium	36,0	36,1
4736	Pastasås m. tonfisk curry (beräknat)	Fosfor	94	94
4736	Pastasås m. tonfisk curry (beräknat)	Jod	29,1	29,1
4736	Pastasås m. tonfisk curry (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,3	0,3
4736	Pastasås m. tonfisk curry (beräknat)	Oljesyra C18:1	1,1	1,1
4736	Pastasås m. tonfisk curry (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
4736	Pastasås m. tonfisk curry (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
4736	Pastasås m. tonfisk curry (beräknat)	Fett	3,7	3,6
4736	Pastasås m. tonfisk curry (beräknat)	Fibrer	1	1
4736	Pastasås m. tonfisk curry (beräknat)	Kolhydrater	4	4
4736	Pastasås m. tonfisk curry (beräknat)	Protein	8	8
4736	Pastasås m. tonfisk curry (beräknat)	Vitamin E	1,1	1,2
4736	Pastasås m. tonfisk curry (beräknat)	β-Karoten	344	343
4736	Pastasås m. tonfisk curry (beräknat)	Retinol	21	21
4736	Pastasås m. tonfisk curry (beräknat)	Vitamin D	0,9	0,9
4736	Pastasås m. tonfisk curry (beräknat)	Avfall (skal etc.)	1	1
4736	Pastasås m. tonfisk curry (beräknat)	Vatten	83	83

4736	Pastasås m. tonfisk curry (beräknat)	Aska	1	1
4736	Pastasås m. tonfisk curry (beräknat)	Energi (kcal)	81	80
4736	Pastasås m. tonfisk curry (beräknat)	Vitamin A	50	49
4736	Pastasås m. tonfisk curry (beräknat)	Selen	21,8	21,8
4736	Pastasås m. tonfisk curry (beräknat)	Zink	0,46	0,46
4736	Pastasås m. tonfisk curry (beräknat)	Natrium	270	270
4736	Pastasås m. tonfisk curry (beräknat)	Magnesium	20,4	20,4
4736	Pastasås m. tonfisk curry (beräknat)	Fritt socker	0	0
4736	Pastasås m. tonfisk curry (beräknat)	Salt	1	1
4736	Pastasås m. tonfisk curry (beräknat)	Niacinekvivalenter	5,3	5,3
4736	Pastasås m. tonfisk curry (beräknat)	Vitamin C	16	16
4736	Pastasås m. tonfisk curry (beräknat)	Niacin	3,9	3,9
4736	Pastasås m. tonfisk curry (beräknat)	Tiamin	0,0	0,0
4736	Pastasås m. tonfisk curry (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
4937	Tomat körsbärstomat röd	Protein	1	1
4937	Tomat körsbärstomat röd	Vitamin K	6,1	6,1
4937	Tomat körsbärstomat röd	Salt	0	0
4938	Tomat torkad m. olja avrunnen	Summa fleromättade fettsyror	1	1
4938	Tomat torkad m. olja avrunnen	Summa enkelomättade fettsyror	0	1
4938	Tomat torkad m. olja avrunnen	Summa mättade fettsyror	0	0
4938	Tomat torkad m. olja avrunnen	Jod	0,1	1,0
4938	Tomat torkad m. olja avrunnen	Protein	9	9
4938	Tomat torkad m. olja avrunnen	Salt	11	11
5150	Mandeldryck berikad	Salt	0	0
5153	Potatis kokt u. salt	Monosackarider	0	1
5153	Potatis kokt u. salt	Disackarider	0	0
5153	Potatis kokt u. salt	Jod	7,4	0,0
5153	Potatis kokt u. salt	Protein	2	2
5153	Potatis kokt u. salt	Vitamin K	1,5	1,5
5153	Potatis kokt u. salt	Salt	0	0
5155	Lasagne m. svarta bönor veg. (beräknat)	Disackarider	1	1
5155	Lasagne m. svarta bönor veg. (beräknat)	Monosackarider	2	2
5155	Lasagne m. svarta bönor veg. (beräknat)	Energi (kJ)	572	572
5155	Lasagne m. svarta bönor veg. (beräknat)	Summa mättade fettsyror	6	6
5155	Lasagne m. svarta bönor veg. (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
5155	Lasagne m. svarta bönor veg. (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
5155	Lasagne m. svarta bönor veg. (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	2,6	2,6
5155	Lasagne m. svarta bönor veg. (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
5155	Lasagne m. svarta bönor veg. (beräknat)	Jod		17,8
5155	Lasagne m. svarta bönor veg. (beräknat)	Protein	4	4
5155	Lasagne m. svarta bönor veg. (beräknat)	Kolhydrater	7	7
5155	Lasagne m. svarta bönor veg. (beräknat)	Energi (kcal)	136	136
5155	Lasagne m. svarta bönor veg. (beräknat)	Avfall (skal etc.)	1	1
5155	Lasagne m. svarta bönor veg. (beräknat)	Salt	1	1
5184	Tranbärsdryck drickf.	Protein	0	0
5184	Tranbärsdryck drickf.	Salt	0	0
5188	Barngröt ätf. flerkorn m. frukt berikad (beräknat)	Disackarider	5	5
5188	Barngröt ätf. flerkorn m. frukt berikad (beräknat)	Monosackarider	1	1
5188	Barngröt ätf. flerkorn m. frukt berikad (beräknat)	Energi (kJ)	441	441
5188	Barngröt ätf. flerkorn m. frukt berikad (beräknat)	Protein	4	4

2075	Coleslaw hemlagad (beräknat)	Kolhydrater	7	7
2075	Coleslaw hemlagad (beräknat)	Salt	1	1
2078	Löksås m. grädde (beräknat)	Energi (kJ)	662	630
2078	Löksås m. grädde (beräknat)	Monosackarider	4	4
2078	Löksås m. grädde (beräknat)	Disackarider	4	4
2078	Löksås m. grädde (beräknat)	Kolesterol	21	18
2078	Löksås m. grädde (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,5	0,5
2078	Löksås m. grädde (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	2
2078	Löksås m. grädde (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
2078	Löksås m. grädde (beräknat)	Summa mättade fettsyror	5	5
2078	Löksås m. grädde (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,9	0,8
2078	Löksås m. grädde (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	2,6	2,3
2078	Löksås m. grädde (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,8	0,7
2078	Löksås m. grädde (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,2	0,2
2078	Löksås m. grädde (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
2078	Löksås m. grädde (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
2078	Löksås m. grädde (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,4	0,4
2078	Löksås m. grädde (beräknat)	Folat	7	9
2078	Löksås m. grädde (beräknat)	Socker totalt	8	9
2078	Löksås m. grädde (beräknat)	Vitamin B12	0,1	0,1
2078	Löksås m. grädde (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
2078	Löksås m. grädde (beräknat)	Magnesium	10,3	10,2
2078	Löksås m. grädde (beräknat)	Kalcium	34,2	35,2
2078	Löksås m. grädde (beräknat)	Kalium	91	100
2078	Löksås m. grädde (beräknat)	Järn	0,1	0,1
2078	Löksås m. grädde (beräknat)	Jod	49,6	49,3
2078	Löksås m. grädde (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,0	1,1
2078	Löksås m. grädde (beräknat)	Oljesyra C18:1	4,2	4,0
2078	Löksås m. grädde (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,2	0,2
2078	Löksås m. grädde (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
2078	Löksås m. grädde (beräknat)	Fosfor	38	41
2078	Löksås m. grädde (beräknat)	Fett	12,0	11,1
2078	Löksås m. grädde (beräknat)	Fibrer	1	1
2078	Löksås m. grädde (beräknat)	Protein	1	1
2078	Löksås m. grädde (beräknat)	Alkohol	0,0	0,1
2078	Löksås m. grädde (beräknat)	Vitamin E	1,3	1,4
2078	Löksås m. grädde (beräknat)	β-Karoten	64	50
2078	Löksås m. grädde (beräknat)	Retinol	77	62
2078	Löksås m. grädde (beräknat)	Vitamin D	0,3	0,2
2078	Löksås m. grädde (beräknat)	Kolhydrater	11	11
2078	Löksås m. grädde (beräknat)	Vatten	72	73
2078	Löksås m. grädde (beräknat)	Aska	2	2
2078	Löksås m. grädde (beräknat)	Energi (kcal)	158	151
2078	Löksås m. grädde (beräknat)	Zink	0,11	0,12
2078	Löksås m. grädde (beräknat)	Vitamin A	82	66
2078	Löksås m. grädde (beräknat)	Selen	0,4	0,5
2078	Löksås m. grädde (beräknat)	Natrium	764	762
2078	Löksås m. grädde (beräknat)	Fritt socker	6	6
2078	Löksås m. grädde (beräknat)	Salt	2	2
2078	Löksås m. grädde (beräknat)	Tillsatt socker	6	6

2078	Löksås m. grädde (beräknat)	Niacinekvivalenter	0,4	0,5
2078	Löksås m. grädde (beräknat)	Vitamin C	2	2
2078	Löksås m. grädde (beräknat)	Niacin	0,2	0,2
2078	Löksås m. grädde (beräknat)	Tiamin	0,0	0,0
2078	Löksås m. grädde (beräknat)	Riboflavin	0,0	0,0
2079	Nudlar äggnudlar kokta m. salt (beräknat)	Salt	0	0
2080	Nässlör stuvade (beräknat)	Energi (kJ)	280	263
2080	Nässlör stuvade (beräknat)	Monosackarider	0	0
2080	Nässlör stuvade (beräknat)	Disackarider	1	1
2080	Nässlör stuvade (beräknat)	Kolesterol	10	9
2080	Nässlör stuvade (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,3	0,2
2080	Nässlör stuvade (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
2080	Nässlör stuvade (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
2080	Nässlör stuvade (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
2080	Nässlör stuvade (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,4	0,3
2080	Nässlör stuvade (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,2	1,0
2080	Nässlör stuvade (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,4	0,3
2080	Nässlör stuvade (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,1	0,1
2080	Nässlör stuvade (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
2080	Nässlör stuvade (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
2080	Nässlör stuvade (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,3	0,3
2080	Nässlör stuvade (beräknat)	Folat	42	43
2080	Nässlör stuvade (beräknat)	Socker totalt	1	1
2080	Nässlör stuvade (beräknat)	Vitamin B12	0,1	0,1
2080	Nässlör stuvade (beräknat)	Vitamin B6	0,0	0,0
2080	Nässlör stuvade (beräknat)	Magnesium	26,6	26,7
2080	Nässlör stuvade (beräknat)	Kalcium	248,9	249,7
2080	Nässlör stuvade (beräknat)	Kalium	115	116
2080	Nässlör stuvade (beräknat)	Järn	2,3	2,3
2080	Nässlör stuvade (beräknat)	Jod	7,2	7,2
2080	Nässlör stuvade (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,1	0,1
2080	Nässlör stuvade (beräknat)	Oljesyra C18:1	0,8	0,7
2080	Nässlör stuvade (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
2080	Nässlör stuvade (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
2080	Nässlör stuvade (beräknat)	Fosfor	89	89
2080	Nässlör stuvade (beräknat)	Fett	4,1	3,7
2080	Nässlör stuvade (beräknat)	Fibrer	2	2
2080	Nässlör stuvade (beräknat)	Protein	4	4
2080	Nässlör stuvade (beräknat)	Vitamin E	3,0	3,0
2080	Nässlör stuvade (beräknat)	β-Karoten	2242	2240
2080	Nässlör stuvade (beräknat)	Retinol	31	26
2080	Nässlör stuvade (beräknat)	Vitamin D	0,1	0,1
2080	Nässlör stuvade (beräknat)	Kolhydrater	2	2
2080	Nässlör stuvade (beräknat)	Vatten	86	86
2080	Nässlör stuvade (beräknat)	Aska	1	1
2080	Nässlör stuvade (beräknat)	Energi (kcal)	66	62
2080	Nässlör stuvade (beräknat)	Zink	0,35	0,35
2080	Nässlör stuvade (beräknat)	Vitamin A	217	213
2080	Nässlör stuvade (beräknat)	Selen	0,4	0,4
2080	Nässlör stuvade (beräknat)	Natrium	50	50

2080	Nässlör stuvade (beräknat)	Salt	0	0
2080	Nässlör stuvade (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,1	1,1
2080	Nässlör stuvade (beräknat)	Vitamin C	3	3
2080	Nässlör stuvade (beräknat)	Niacin	0,3	0,3
2080	Nässlör stuvade (beräknat)	Tiamin	0,0	0,0
2080	Nässlör stuvade (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
2081	Kantarell stuvad (beräknat)	Kolesterol	24	21
2081	Kantarell stuvad (beräknat)	Disackarider	3	3
2081	Kantarell stuvad (beräknat)	Monosackarider	0	0
2081	Kantarell stuvad (beräknat)	Energi (kJ)	736	710
2081	Kantarell stuvad (beräknat)	Summa mättade fettsyror	6	5
2081	Kantarell stuvad (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	6	6
2081	Kantarell stuvad (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
2081	Kantarell stuvad (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,6	0,5
2081	Kantarell stuvad (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,3	0,2
2081	Kantarell stuvad (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,8	0,7
2081	Kantarell stuvad (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	2,9	2,6
2081	Kantarell stuvad (beräknat)	Stearinsyra C18:0	1,0	0,9
2081	Kantarell stuvad (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,7	0,6
2081	Kantarell stuvad (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
2081	Kantarell stuvad (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
2081	Kantarell stuvad (beräknat)	Vitamin B6	0,0	0,0
2081	Kantarell stuvad (beräknat)	Vitamin B12	0,3	0,3
2081	Kantarell stuvad (beräknat)	Socker totalt	3	3
2081	Kantarell stuvad (beräknat)	Folat	10	10
2081	Kantarell stuvad (beräknat)	Jod	46,4	46,6
2081	Kantarell stuvad (beräknat)	Järn	0,4	0,4
2081	Kantarell stuvad (beräknat)	Kalium	280	282
2081	Kantarell stuvad (beräknat)	Kalcium	76,1	77,4
2081	Kantarell stuvad (beräknat)	Magnesium	12,4	12,5
2081	Kantarell stuvad (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,1	0,1
2081	Kantarell stuvad (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,2	0,2
2081	Kantarell stuvad (beräknat)	Oljesyra C18:1	5,6	5,4
2081	Kantarell stuvad (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,5	1,7
2081	Kantarell stuvad (beräknat)	Protein	3	4
2081	Kantarell stuvad (beräknat)	Fibrer	2	2
2081	Kantarell stuvad (beräknat)	Fett	15,1	14,3
2081	Kantarell stuvad (beräknat)	Fosfor	92	93
2081	Kantarell stuvad (beräknat)	Vitamin D	10,1	10,0
2081	Kantarell stuvad (beräknat)	Retinol	88	70
2081	Kantarell stuvad (beräknat)	β-Karoten	673	659
2081	Kantarell stuvad (beräknat)	Vitamin E	1,9	2,1
2081	Kantarell stuvad (beräknat)	Energi (kcal)	176	169
2081	Kantarell stuvad (beräknat)	Aska	2	2
2081	Kantarell stuvad (beräknat)	Vatten	71	72
2081	Kantarell stuvad (beräknat)	Kolhydrater	6	6
2081	Kantarell stuvad (beräknat)	Natrium	380	376
2081	Kantarell stuvad (beräknat)	Selen	1,3	1,3
2081	Kantarell stuvad (beräknat)	Vitamin A	144	125
2081	Kantarell stuvad (beräknat)	Zink	0,73	0,73

2081	Kantarell stuvad (beräknat)	Salt	1	1
2081	Kantarell stuvad (beräknat)	Riboflavin	0,2	0,2
2081	Kantarell stuvad (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
2081	Kantarell stuvad (beräknat)	Niacin	2,7	2,7
2081	Kantarell stuvad (beräknat)	Vitamin C	0	0
2081	Kantarell stuvad (beräknat)	Niacinekvivalenter	3,4	3,4
2083	Gryta ratatouille veg. (beräknat)	Monosackarider	5	5
2083	Gryta ratatouille veg. (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
2083	Gryta ratatouille veg. (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
2083	Gryta ratatouille veg. (beräknat)	Protein	1	1
2144	Tzatziki (beräknat)	Salt	1	1
2147	(beräknat)	Kolesterol	12	11
2147	(beräknat)	Disackarider	8	8
2147	(beräknat)	Monosackarider	0	0
2147	(beräknat)	Energi (kJ)	479	479
2147	(beräknat)	Summa mättade fettsyror	3	2
2147	(beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
2147	(beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
2147	(beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,3	0,3
2147	(beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,1	0,1
2147	(beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,4	0,4
2147	(beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,3	1,2
2147	(beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,4	0,4
2147	(beräknat)	Linolensyra C18:3	0,0	0,0
2147	(beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
2147	(beräknat)	Socker totalt	8	8
2147	(beräknat)	Jod	19,7	19,7
2147	(beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
2147	(beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
2147	(beräknat)	Oljesyra C18:1	1,0	1,0
2147	(beräknat)	Linolsyra C18:2	0,1	0,2
2147	(beräknat)	Protein	3	3
2147	(beräknat)	Fett	4,1	4,1
2147	(beräknat)	Vitamin D	0,7	0,7
2147	(beräknat)	Retinol	35	35
2147	(beräknat)	β-Karoten	19	19
2147	(beräknat)	Vitamin E	0,1	0,2
2147	(beräknat)	Energi (kcal)	115	115
2147	(beräknat)	Aska	1	1
2147	(beräknat)	Vatten	76	76
2147	(beräknat)	Kolhydrater	16	16
2147	(beräknat)	Natrium	123	123
2147	(beräknat)	Vitamin A	36	36
2147	(beräknat)	Salt	0	0
2147	(beräknat)	Niacinekvivalenter	0,8	0,8
2160	Rödkålssallad m. äpple (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
2160	Rödkålssallad m. äpple (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
2160	Rödkålssallad m. äpple (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
2160	Rödkålssallad m. äpple (beräknat)	Protein	0	0
2160	Rödkålssallad m. äpple (beräknat)	Salt	0	0

2161	Champinjon stekt u. fett (beräknat)	Protein	3	3
2162	Palsternacka kokt m. salt (beräknat)	Protein	2	2
2162	Palsternacka kokt m. salt (beräknat)	Salt	0	0
2163	Gratängsås m. ost hemlagad (beräknat)	Kolesterol	47	46
2163	Gratängsås m. ost hemlagad (beräknat)	Disackarider	2	2
2163	Gratängsås m. ost hemlagad (beräknat)	Monosackarider	0	0
2163	Gratängsås m. ost hemlagad (beräknat)	Energi (kJ)	581	578
2163	Gratängsås m. ost hemlagad (beräknat)	Summa mättade fettsyror	4	4
2163	Gratängsås m. ost hemlagad (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
2163	Gratängsås m. ost hemlagad (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
2163	Gratängsås m. ost hemlagad (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,4	0,4
2163	Gratängsås m. ost hemlagad (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,2	0,2
2163	Gratängsås m. ost hemlagad (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,6	0,5
2163	Gratängsås m. ost hemlagad (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	2,0	2,0
2163	Gratängsås m. ost hemlagad (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,7	0,7
2163	Gratängsås m. ost hemlagad (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,3	0,3
2163	Gratängsås m. ost hemlagad (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
2163	Gratängsås m. ost hemlagad (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
2163	Gratängsås m. ost hemlagad (beräknat)	Vitamin B6	0,0	0,0
2163	Gratängsås m. ost hemlagad (beräknat)	Vitamin B12	0,5	0,5
2163	Gratängsås m. ost hemlagad (beräknat)	Socker totalt	3	3
2163	Gratängsås m. ost hemlagad (beräknat)	Folat	19	19
2163	Gratängsås m. ost hemlagad (beräknat)	Jod	60,2	60,2
2163	Gratängsås m. ost hemlagad (beräknat)	Järn	0,3	0,3
2163	Gratängsås m. ost hemlagad (beräknat)	Kalium	117	117
2163	Gratängsås m. ost hemlagad (beräknat)	Kalcium	133,5	133,8
2163	Gratängsås m. ost hemlagad (beräknat)	Magnesium	13,0	13,1
2163	Gratängsås m. ost hemlagad (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
2163	Gratängsås m. ost hemlagad (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
2163	Gratängsås m. ost hemlagad (beräknat)	Oljesyra C18:1	3,5	3,5
2163	Gratängsås m. ost hemlagad (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,9	1,0
2163	Gratängsås m. ost hemlagad (beräknat)	Protein	6	6
2163	Gratängsås m. ost hemlagad (beräknat)	Fett	10,0	9,9
2163	Gratängsås m. ost hemlagad (beräknat)	Fosfor	120	120
2163	Gratängsås m. ost hemlagad (beräknat)	Vitamin D	1,0	1,0
2163	Gratängsås m. ost hemlagad (beräknat)	Retinol	78	71
2163	Gratängsås m. ost hemlagad (beräknat)	β-Karoten	91	86
2163	Gratängsås m. ost hemlagad (beräknat)	Vitamin E	1,6	1,7
2163	Gratängsås m. ost hemlagad (beräknat)	Energi (kcal)	139	138
2163	Gratängsås m. ost hemlagad (beräknat)	Aska	3	3
2163	Gratängsås m. ost hemlagad (beräknat)	Vatten	75	75
2163	Gratängsås m. ost hemlagad (beräknat)	Kolhydrater	7	7
2163	Gratängsås m. ost hemlagad (beräknat)	Natrium	784	781
2163	Gratängsås m. ost hemlagad (beräknat)	Selen	4,4	4,4
2163	Gratängsås m. ost hemlagad (beräknat)	Vitamin A	86	78
2163	Gratängsås m. ost hemlagad (beräknat)	Zink	0,65	0,65
2163	Gratängsås m. ost hemlagad (beräknat)	Salt	2	2
2163	Gratängsås m. ost hemlagad (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
2163	Gratängsås m. ost hemlagad (beräknat)	Tiamin	0,0	0,0
2163	Gratängsås m. ost hemlagad (beräknat)	Niacin	0,1	0,1

2163	Gratängsås m. ost hemlagad (beräknat)	Vitamin C	0	0
2163	Gratängsås m. ost hemlagad (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,5	1,5
2164	Fänkål kokt m. salt (beräknat)	Salt	0	0
2165	(beräknat)	Disackarider	0	0
2165	(beräknat)	Monosackarider	1	1
2165	(beräknat)	Energi (kJ)	653	653
2165	(beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
2165	(beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
2165	(beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
2165	(beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
2165	(beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
2165	(beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,1	0,1
2165	(beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,3	1,3
2165	(beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,7	0,7
2165	(beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
2165	(beräknat)	Socker totalt	1	1
2165	(beräknat)	Jod	39,8	39,8
2165	(beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
2165	(beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
2165	(beräknat)	Oljesyra C18:1	2,5	2,5
2165	(beräknat)	Linolsyra C18:2	0,6	0,6
2165	(beräknat)	Protein	5	5
2165	(beräknat)	Fett	6,1	6,1
2165	(beräknat)	Fosfor	77	77
2165	(beräknat)	Vitamin D	0,3	0,3
2165	(beräknat)	Retinol	18	18
2165	(beräknat)	β-Karoten	4	4
2165	(beräknat)	Vitamin E	0,7	0,7
2165	(beräknat)	Energi (kcal)	156	156
2165	(beräknat)	Aska	2	2
2165	(beräknat)	Vatten	66	66
2240	Påläggskorv salami mager	Summa fleromättade fettsyror	1	1
2240	Påläggskorv salami mager	Summa mättade fettsyror	3	3
2240	Påläggskorv salami mager	Protein	24	24
2240	Påläggskorv salami mager	Salt	3	3
2242	Fruktyoghurt lättsockrad fett 0,2%	Vitamin D	0,0	1,0
2490	Bordsmargarin fett 70% berikad typ Becel Gold	Salt	1	1
2492	Blandfärs rå nöt 70% gris 30% (beräknat)	Energi (kJ)	787	841
2492	Blandfärs rå nöt 70% gris 30% (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
2492	Blandfärs rå nöt 70% gris 30% (beräknat)	Kolesterol	59	59
2492	Blandfärs rå nöt 70% gris 30% (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
2492	Blandfärs rå nöt 70% gris 30% (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
2492	Blandfärs rå nöt 70% gris 30% (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	5	6
2492	Blandfärs rå nöt 70% gris 30% (beräknat)	Summa mättade fettsyror	5	6
2492	Blandfärs rå nöt 70% gris 30% (beräknat)	Stearinsyra C18:0	1,8	2,0
2492	Blandfärs rå nöt 70% gris 30% (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	3,0	3,4
2492	Blandfärs rå nöt 70% gris 30% (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,3	0,3
2492	Blandfärs rå nöt 70% gris 30% (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
2492	Blandfärs rå nöt 70% gris 30% (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
2492	Blandfärs rå nöt 70% gris 30% (beräknat)	EPA (C20:5)	0,0	0,0

2492	Blandfärs rå nöt 70% gris 30% (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
2492	Blandfärs rå nöt 70% gris 30% (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
2492	Blandfärs rå nöt 70% gris 30% (beräknat)	Vitamin B12	1,3	1,3
2492	Blandfärs rå nöt 70% gris 30% (beräknat)	Vitamin B6	0,3	0,3
2492	Blandfärs rå nöt 70% gris 30% (beräknat)	Kalium	292	293
2492	Blandfärs rå nöt 70% gris 30% (beräknat)	Järn	1,7	1,7
2492	Blandfärs rå nöt 70% gris 30% (beräknat)	Kalcium	7,6	7,5
2492	Blandfärs rå nöt 70% gris 30% (beräknat)	Fosfor	168	168
2492	Blandfärs rå nöt 70% gris 30% (beräknat)	Jod	2,0	2,0
2492	Blandfärs rå nöt 70% gris 30% (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,6	0,8
2492	Blandfärs rå nöt 70% gris 30% (beräknat)	Oljesyra C18:1	4,7	5,3
2492	Blandfärs rå nöt 70% gris 30% (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,5	0,5
2492	Blandfärs rå nöt 70% gris 30% (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
2492	Blandfärs rå nöt 70% gris 30% (beräknat)	Fett	12,4	14,1
2492	Blandfärs rå nöt 70% gris 30% (beräknat)	Protein	19	19
2492	Blandfärs rå nöt 70% gris 30% (beräknat)	Vitamin E	0,6	0,6
2492	Blandfärs rå nöt 70% gris 30% (beräknat)	Retinol	10	10
2492	Blandfärs rå nöt 70% gris 30% (beräknat)	Vitamin D	0,2	0,2
2492	Blandfärs rå nöt 70% gris 30% (beräknat)	Vatten	68	66
2492	Blandfärs rå nöt 70% gris 30% (beräknat)	Energi (kcal)	188	201
2492	Blandfärs rå nöt 70% gris 30% (beräknat)	Vitamin A	11	11
2492	Blandfärs rå nöt 70% gris 30% (beräknat)	Selen	5,6	5,6
2492	Blandfärs rå nöt 70% gris 30% (beräknat)	Zink	4,36	4,36
2492	Blandfärs rå nöt 70% gris 30% (beräknat)	Natrium	78	77
2492	Blandfärs rå nöt 70% gris 30% (beräknat)	Magnesium	20,9	20,9
2492	Blandfärs rå nöt 70% gris 30% (beräknat)	Salt	0	0
2492	Blandfärs rå nöt 70% gris 30% (beräknat)	Niacinekvivalenter	7,6	7,6
2492	Blandfärs rå nöt 70% gris 30% (beräknat)	Niacin	4,2	4,2
2492	Blandfärs rå nöt 70% gris 30% (beräknat)	Tiamin	0,2	0,2
2492	Blandfärs rå nöt 70% gris 30% (beräknat)	Riboflavin	0,2	0,2
2499	Blandfärs rå nöt 50% gris 50% (beräknat)	Kolesterol	59	59
2499	Blandfärs rå nöt 50% gris 50% (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
2499	Blandfärs rå nöt 50% gris 50% (beräknat)	Energi (kJ)	803	890
2499	Blandfärs rå nöt 50% gris 50% (beräknat)	Summa mättade fettsyror	6	7
2499	Blandfärs rå nöt 50% gris 50% (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	6	7
2499	Blandfärs rå nöt 50% gris 50% (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
2499	Blandfärs rå nöt 50% gris 50% (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
2499	Blandfärs rå nöt 50% gris 50% (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
2499	Blandfärs rå nöt 50% gris 50% (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,3	0,3
2499	Blandfärs rå nöt 50% gris 50% (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	3,3	3,9
2499	Blandfärs rå nöt 50% gris 50% (beräknat)	Stearinsyra C18:0	1,9	2,3
2499	Blandfärs rå nöt 50% gris 50% (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
2499	Blandfärs rå nöt 50% gris 50% (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
2499	Blandfärs rå nöt 50% gris 50% (beräknat)	EPA (C20:5)	0,0	0,0
2499	Blandfärs rå nöt 50% gris 50% (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
2499	Blandfärs rå nöt 50% gris 50% (beräknat)	Vitamin B6	0,3	0,3
2499	Blandfärs rå nöt 50% gris 50% (beräknat)	Vitamin B12	1,1	1,1
2499	Blandfärs rå nöt 50% gris 50% (beräknat)	Jod	1,5	1,4
2499	Blandfärs rå nöt 50% gris 50% (beräknat)	Fosfor	172	172
2499	Blandfärs rå nöt 50% gris 50% (beräknat)	Kalcium	7,4	7,4

2499	Blandfärs rå nöt 50% gris 50% (beräknat)	Järn	1,4	1,4
2499	Blandfärs rå nöt 50% gris 50% (beräknat)	Kalium	302	302
2499	Blandfärs rå nöt 50% gris 50% (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
2499	Blandfärs rå nöt 50% gris 50% (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,5	0,6
2499	Blandfärs rå nöt 50% gris 50% (beräknat)	Oljesyra C18:1	4,9	5,9
2499	Blandfärs rå nöt 50% gris 50% (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,8	1,0
2499	Blandfärs rå nöt 50% gris 50% (beräknat)	Protein	19	18
2499	Blandfärs rå nöt 50% gris 50% (beräknat)	Fett	13,2	15,8
2499	Blandfärs rå nöt 50% gris 50% (beräknat)	Vitamin D	0,3	0,3
2499	Blandfärs rå nöt 50% gris 50% (beräknat)	Retinol	10	10
2499	Blandfärs rå nöt 50% gris 50% (beräknat)	Vitamin E	0,5	0,5
2499	Blandfärs rå nöt 50% gris 50% (beräknat)	Energi (kcal)	192	213
2499	Blandfärs rå nöt 50% gris 50% (beräknat)	Vatten	67	65
2499	Blandfärs rå nöt 50% gris 50% (beräknat)	Magnesium	21,8	21,8
2499	Blandfärs rå nöt 50% gris 50% (beräknat)	Natrium	72	72
2499	Blandfärs rå nöt 50% gris 50% (beräknat)	Zink	3,94	3,94
2499	Blandfärs rå nöt 50% gris 50% (beräknat)	Selen	5,6	5,6
2499	Blandfärs rå nöt 50% gris 50% (beräknat)	Vitamin A	11	11
2499	Blandfärs rå nöt 50% gris 50% (beräknat)	Salt	0	0
2499	Blandfärs rå nöt 50% gris 50% (beräknat)	Riboflavin	0,2	0,2
2499	Blandfärs rå nöt 50% gris 50% (beräknat)	Tiamin	0,3	0,3
2499	Blandfärs rå nöt 50% gris 50% (beräknat)	Niacin	4,0	4,0
2499	Blandfärs rå nöt 50% gris 50% (beräknat)	Niacinekvivalenter	7,4	7,3
2506	Kebab m. bröd sallad sås (beräknat)	Monosackarider	1	1
2506	Kebab m. bröd sallad sås (beräknat)	Disackarider	1	1
2506	Kebab m. bröd sallad sås (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	3	3
2506	Kebab m. bröd sallad sås (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
2506	Kebab m. bröd sallad sås (beräknat)	Summa mättade fettsyror	4	4
2506	Kebab m. bröd sallad sås (beräknat)	Socker totalt	2	2
2506	Kebab m. bröd sallad sås (beräknat)	Protein	8	8
2506	Kebab m. bröd sallad sås (beräknat)	Avfall (skal etc.)	0	0
2506	Kebab m. bröd sallad sås (beräknat)	Kolhydrater	19	19
2506	Kebab m. bröd sallad sås (beräknat)	Vitamin A	19	17
2506	Kebab m. bröd sallad sås (beräknat)	Salt	1	1
2507	Kebabtallrik m. pommes frites (beräknat)	Disackarider	0	0
2507	Kebabtallrik m. pommes frites (beräknat)	Monosackarider	1	1
2507	Kebabtallrik m. pommes frites (beräknat)	Summa mättade fettsyror	5	5
2507	Kebabtallrik m. pommes frites (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	9	9
2507	Kebabtallrik m. pommes frites (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
2507	Kebabtallrik m. pommes frites (beräknat)	Socker totalt	1	1
2507	Kebabtallrik m. pommes frites (beräknat)	Protein	6	6
2507	Kebabtallrik m. pommes frites (beräknat)	Avfall (skal etc.)	0	0
2507	Kebabtallrik m. pommes frites (beräknat)	Vitamin A	23	21
2507	Kebabtallrik m. pommes frites (beräknat)	Salt	1	1
2508	(beräknat)	Monosackarider	1	1
2508	(beräknat)	Disackarider	1	1
2508	(beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
2508	(beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
2508	(beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
2508	(beräknat)	Protein	3	3

2508	(beräknat)	Salt	1	1
2509	Korv m. bröd ketchup senap (beräknat)	Disackarider	2	2
2509	Korv m. bröd ketchup senap (beräknat)	Monosackarider	3	3
2509	Korv m. bröd ketchup senap (beräknat)	Summa mättade fettsyror	5	5
2509	Korv m. bröd ketchup senap (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	7	7
2509	Korv m. bröd ketchup senap (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
2509	Korv m. bröd ketchup senap (beräknat)	Protein	8	8
2509	Korv m. bröd ketchup senap (beräknat)	Kolhydrater	22	22
2808	Rismål m. sylt (beräknat)	Vitamin B6	0,0	0,0
2808	Rismål m. sylt (beräknat)	Protein	3	3
2808	Rismål m. sylt (beräknat)	Salt	0	0
2809	(beräknat)	Vitamin B6	0,0	0,0
2809	(beräknat)	Socker totalt		4
2809	(beräknat)	Jod		8,8
2809	(beräknat)	Fritt socker		1
2883	Salt u. jod	Kalium	56	89
2883	Salt u. jod	Järn	3,0	0,3
2883	Salt u. jod	Jod	12,0	44,0
2883	Salt u. jod	Vatten	4	0
2883	Salt u. jod	Aska	96	100
2883	Salt u. jod	Natrium	37600	39300
2883	Salt u. jod	Magnesium	37,0	76,0
2883	Salt u. jod	Salt	94	98
2883	Salt u. jod	Riboflavin	0,0	1,0
2899	Ost halloumi stekt eller grillad (beräknat)	Disackarider	1	1
2899	Ost halloumi stekt eller grillad (beräknat)	Monosackarider	0	0
2899	Ost halloumi stekt eller grillad (beräknat)	Summa mättade fettsyror	16	16
2899	Ost halloumi stekt eller grillad (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
2899	Ost halloumi stekt eller grillad (beräknat)	Vitamin B6	0,0	0,0
2899	Ost halloumi stekt eller grillad (beräknat)	Protein	24	24
2899	Ost halloumi stekt eller grillad (beräknat)	Vitamin K	6,9	6,8
2973	Dressing hamburgerdressing (beräknat)	Disackarider	5	5
2973	Dressing hamburgerdressing (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	16	16
2973	Dressing hamburgerdressing (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	34	34
2973	Dressing hamburgerdressing (beräknat)	Summa mättade fettsyror	4	4
2973	Dressing hamburgerdressing (beräknat)	Jod		2,7
2973	Dressing hamburgerdressing (beräknat)	Protein	1	1
2973	Dressing hamburgerdressing (beräknat)	Salt	1	1
3035	Sill inlagd m. gräddfilssås (beräknat)	Energi (kJ)	1211	1211
3035	Sill inlagd m. gräddfilssås (beräknat)	Summa mättade fettsyror	3	3
3035	Sill inlagd m. gräddfilssås (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	13	13
3035	Sill inlagd m. gräddfilssås (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	6	6
3035	Sill inlagd m. gräddfilssås (beräknat)	Protein	5	5
3035	Sill inlagd m. gräddfilssås (beräknat)	Energi (kcal)	290	290
3035	Sill inlagd m. gräddfilssås (beräknat)	Salt	5	5
3036	Sill inlagd m. senapssås (beräknat)	Monosackarider	1	1
3036	Sill inlagd m. senapssås (beräknat)	Disackarider	9	9
3036	Sill inlagd m. senapssås (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	5	5
3036	Sill inlagd m. senapssås (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	10	10
3036	Sill inlagd m. senapssås (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2

3036	Sill inlagd m. senapssås (beräknat)	Protein	5	5
3791	Bröd vitt fibrer ca 5% typ formfranska	Vitamin B6	0,0	0,1
3791	Bröd vitt fibrer ca 5% typ formfranska	Linolsyra C18:2	0,6	0,6
3793	Hårt bröd fullkorn råg fibrer ca 19% typ Rågi	Monosackarider	1	1
3793	Hårt bröd fullkorn råg fibrer ca 19% typ Rågi	Disackarider	1	1
3793	Hårt bröd fullkorn råg fibrer ca 19% typ Rågi	Summa fleromättade fettsyror	1	1
3793	Hårt bröd fullkorn råg fibrer ca 19% typ Rågi	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
3793	Hårt bröd fullkorn råg fibrer ca 19% typ Rågi	Summa mättade fettsyror	0	0
3793	Hårt bröd fullkorn råg fibrer ca 19% typ Rågi	Protein	9	9
3793	Hårt bröd fullkorn råg fibrer ca 19% typ Rågi	Salt	1	1
3795	Bröd vitt fibrer ca 5% typ limpa	Socker totalt	13	13
3795	Bröd vitt fibrer ca 5% typ limpa	Vitamin B6	0,0	0,1
3797	Bröd fullkorn råg fibrer ca 7%	Disackarider	3	3
3797	Bröd fullkorn råg fibrer ca 7%	Monosackarider	2	2
3797	Bröd fullkorn råg fibrer ca 7%	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
3797	Bröd fullkorn råg fibrer ca 7%	Summa fleromättade fettsyror	1	1
3797	Bröd fullkorn råg fibrer ca 7%	Protein	9	9
3797	Bröd fullkorn råg fibrer ca 7%	Salt	1	1
3798	Korvbröd grovt	Monosackarider	4	4
3798	Korvbröd grovt	Summa fleromättade fettsyror	1	1
3798	Korvbröd grovt	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
3798	Korvbröd grovt	Summa mättade fettsyror	0	1
3798	Korvbröd grovt	Protein	9	9
3798	Korvbröd grovt	Salt	1	1
3800	Lax odlad Norge fjordlax rå över disk	Summa enkelomättade fettsyror	6	6
3800	Lax odlad Norge fjordlax rå över disk	Summa fleromättade fettsyror	4	4
3800	Lax odlad Norge fjordlax rå över disk	Vitamin K	9,1	9,1
3800	Lax odlad Norge fjordlax rå över disk	Salt	0	0
3815	Kikärtor konserv. u. lag	Monosackarider	0	0
3815	Kikärtor konserv. u. lag	Disackarider	0	0
3815	Kikärtor konserv. u. lag	Summa fleromättade fettsyror	1	1
3815	Kikärtor konserv. u. lag	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
3815	Kikärtor konserv. u. lag	Summa mättade fettsyror	0	0
4134	Ägg stekt eko. (beräknat)	Retinol	288	281
4134	Ägg stekt eko. (beräknat)	β-Karoten	11	7
4134	Ägg stekt eko. (beräknat)	Vitamin E	7,7	7,8
4134	Ägg stekt eko. (beräknat)	Energi (kcal)	197	198
4134	Ägg stekt eko. (beräknat)	Aska	1	1
4134	Ägg stekt eko. (beräknat)	Vatten	69	69
4134	Ägg stekt eko. (beräknat)	Avfall (skal etc.)	13	11
4134	Ägg stekt eko. (beräknat)	Natrium	166	162
4134	Ägg stekt eko. (beräknat)	Vitamin A	289	282
4134	Ägg stekt eko. (beräknat)	Salt	0	0
4134	Ägg stekt eko. (beräknat)	Niacinekvivalenter	3,4	3,4
4135	Ägg kokt eko. (beräknat)	Energi (kJ)	592	592
4135	Ägg kokt eko. (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
4135	Ägg kokt eko. (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
4135	Ägg kokt eko. (beräknat)	Summa mättade fettsyror	3	3
4135	Ägg kokt eko. (beräknat)	Protein	12	12
4135	Ägg kokt eko. (beräknat)	Energi (kcal)	141	141

4135	Ägg kokt eko. (beräknat)	Salt	0	0
4183	Färs stekt m. salt (beräknat)	Energi (kJ)	947	946
4183	Färs stekt m. salt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	6	6
4183	Färs stekt m. salt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	7	7
4183	Färs stekt m. salt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
4183	Färs stekt m. salt (beräknat)	Protein	23	23
4183	Färs stekt m. salt (beräknat)	Energi (kcal)	226	226
4183	Färs stekt m. salt (beräknat)	Salt	1	1
4226	Pangasiusmal rå	Energi (kJ)	274	265
4226	Pangasiusmal rå	Summa fleromättade fettsyror	0	0
4226	Pangasiusmal rå	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
4226	Pangasiusmal rå	Summa mättade fettsyror	0	0
4226	Pangasiusmal rå	Protein	13	13
4226	Pangasiusmal rå	Energi (kcal)	65	63
4385	Potatis Solist rå	Disackarider	2	2
4385	Potatis Solist rå	Monosackarider	1	1
4385	Potatis Solist rå	Energi (kJ)	265	265
4385	Potatis Solist rå	Protein	1	1
4385	Potatis Solist rå	Vitamin K	1,5	1,5
4385	Potatis Solist rå	Energi (kcal)	63	63
4385	Potatis Solist rå	Salt	0	0
4386	Potatis Swift rå	Energi (kJ)	223	223
4386	Potatis Swift rå	Monosackarider	3	3
4386	Potatis Swift rå	Disackarider	0	0
4386	Potatis Swift rå	Protein	1	1
4386	Potatis Swift rå	Vitamin K	0,9	0,9
4386	Potatis Swift rå	Energi (kcal)	53	53
4386	Potatis Swift rå	Salt	0	0
4415	Potatis Solist kokt m. salt	Disackarider	2	2
4415	Potatis Solist kokt m. salt	Monosackarider	1	1
4415	Potatis Solist kokt m. salt	Energi (kJ)	322	322
4415	Potatis Solist kokt m. salt	Vitamin K	2,1	2,1
4415	Potatis Solist kokt m. salt	Energi (kcal)	77	77
4415	Potatis Solist kokt m. salt	Salt	0	0
4416	Potatis Swift kokt m. salt	Energi (kJ)	258	258
4416	Potatis Swift kokt m. salt	Monosackarider	3	3
4416	Potatis Swift kokt m. salt	Disackarider	0	0
4416	Potatis Swift kokt m. salt	Protein	1	2
4416	Potatis Swift kokt m. salt	Vitamin K	1,2	1,2
4416	Potatis Swift kokt m. salt	Energi (kcal)	62	62
4416	Potatis Swift kokt m. salt	Salt	0	0
4445	Potatis Asterix rå	Disackarider	0	0
4445	Potatis Asterix rå	Energi (kJ)	311	310
4445	Potatis Asterix rå	Protein	2	2
4445	Potatis Asterix rå	Kolhydrater	15	15
4445	Potatis Asterix rå	Salt	0	0
4447	Nudlar risnudlar okokta	Jod		3,0
4447	Nudlar risnudlar okokta	Vitamin K	0,0	0,0
4607	Skarpsill	Salt	0	0
4608	Sill inlagd u. lag	Summa enkelomättade fettsyror	5	5

4608	Sill inlagd u. lag	Summa fleromättade fettsyror	3	3
4608	Sill inlagd u. lag	Protein	10	10
4608	Sill inlagd u. lag	Vitamin K	0,3	0,3
4608	Sill inlagd u. lag	Salt	3	3
4609	Sill höstsill inlagd u. lag	Summa fleromättade fettsyror	3	3
4609	Sill höstsill inlagd u. lag	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
4609	Sill höstsill inlagd u. lag	Summa mättade fettsyror	3	3
4609	Sill höstsill inlagd u. lag	Protein	12	12
4609	Sill höstsill inlagd u. lag	Vitamin K	0,6	0,6
4609	Sill höstsill inlagd u. lag	Salt	3	3
4610	Sill inlagd senapssill u. sås	Summa mättade fettsyror	2	2
4610	Sill inlagd senapssill u. sås	Summa enkelomättade fettsyror	9	9
4610	Sill inlagd senapssill u. sås	Summa fleromättade fettsyror	5	5
4610	Sill inlagd senapssill u. sås	Protein	8	8
4610	Sill inlagd senapssill u. sås	Vitamin K	11,5	11,5
4610	Sill inlagd senapssill u. sås	Salt	3	3
4611	Kapkummel rå	Summa fleromättade fettsyror	0	0
4611	Kapkummel rå	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
4611	Kapkummel rå	Summa mättade fettsyror	0	0
4611	Kapkummel rå	Protein	17	17
4611	Kapkummel rå	Salt	0	0
4612	Guldsparid rå	Energi (kJ)	775	742
4612	Guldsparid rå	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
4612	Guldsparid rå	Summa fleromättade fettsyror	4	4
4612	Guldsparid rå	Protein	19	19
4612	Guldsparid rå	Vitamin K	1,3	1,3
4612	Guldsparid rå	Energi (kcal)	185	177
4612	Guldsparid rå	Salt	0	0
4613	Havsabborre rå	Energi (kJ)	592	560
4613	Havsabborre rå	Summa fleromättade fettsyror	2	2
4613	Havsabborre rå	Summa mättade fettsyror	1	1
4613	Havsabborre rå	Vitamin K	1,9	1,9
4613	Havsabborre rå	Energi (kcal)	142	134
4613	Havsabborre rå	Salt	0	0
4615	Alaska pollock rå	Protein	18	18
4615	Alaska pollock rå	Salt	0	0
4616	Guldsparid grillad m. salt (beräknat)	Energi (kJ)	838	802
4616	Guldsparid grillad m. salt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	4	4
4616	Guldsparid grillad m. salt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
4616	Guldsparid grillad m. salt (beräknat)	Protein	20	20
4616	Guldsparid grillad m. salt (beräknat)	Avfall (skal etc.)	43	40
4616	Guldsparid grillad m. salt (beräknat)	Energi (kcal)	200	191
4616	Guldsparid grillad m. salt (beräknat)	Salt	1	1
4617	Havsabborre grillad m. salt (beräknat)	Energi (kJ)	644	609
4617	Havsabborre grillad m. salt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
4617	Havsabborre grillad m. salt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
4617	Havsabborre grillad m. salt (beräknat)	Energi (kcal)	154	146
5066	Nöt kött rå	Protein	22	22
5066	Nöt kött rå	Energi (kcal)	129	128
5066	Nöt kött rå	Salt	0	0

5067	Lamm kött rå	Energi (kJ)	695	686
5067	Lamm kött rå	Summa mättade fettsyror	4	4
5067	Lamm kött rå	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
5067	Lamm kött rå	Protein	20	20
5067	Lamm kött rå	Vitamin K	9,7	9,7
5067	Lamm kött rå	Energi (kcal)	166	164
5067	Lamm kött rå	Salt	0	0
5068	Lamm grytbitar rå	Summa fleromättade fettsyror	0	0
5068	Lamm grytbitar rå	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
5068	Lamm grytbitar rå	Summa mättade fettsyror	2	2
5068	Lamm grytbitar rå	Protein	20	20
5068	Lamm grytbitar rå	Vitamin K	8,0	8,1
5085	Bordsmargarin fett 80% berikad typ Flora original	Disackarider	0	0
5085	Bordsmargarin fett 80% berikad typ Flora original	Energi (kJ)	2947	2964
5085	Bordsmargarin fett 80% berikad typ Flora original	Summa mättade fettsyror	31	31
5085	Bordsmargarin fett 80% berikad typ Flora original	Summa enkelomättade fettsyror	32	32
5085	Bordsmargarin fett 80% berikad typ Flora original	Summa fleromättade fettsyror	13	13
5085	Bordsmargarin fett 80% berikad typ Flora original	Protein	0	0
5085	Bordsmargarin fett 80% berikad typ Flora original	Energi (kcal)	704	708
5087	Ica raps- och smörolja	Summa fleromättade fettsyror	21	21
5087	Ica raps- och smörolja	Summa enkelomättade fettsyror	44	44
5087	Ica raps- och smörolja	Summa mättade fettsyror	11	11
5136	Potatis höst kokt u. salt	Jod	8,0	0,0
5136	Potatis höst kokt u. salt	Salt	0	0
5149	Slush drickf.	Disackarider	4	4
5149	Slush drickf.	Monosackarider	7	7
5149	Slush drickf.	Salt	0	0
5150	Mandeldryck berikad	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
5758	Aioli (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	16	16
5758	Aioli (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	56	56
5758	Aioli (beräknat)	Protein	2	2
5758	Aioli (beräknat)	Energi (kcal)	765	765
5758	Aioli (beräknat)	Salt	1	1
5759	Guacamole (beräknat)	Monosackarider	1	1
5759	Guacamole (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
5759	Guacamole (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	8	8
5759	Guacamole (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
5759	Guacamole (beräknat)	Protein	2	2
5759	Guacamole (beräknat)	Salt	1	1
5804	Pasta carbonara m. pasta fläsk grädde (beräknat)	Disackarider	1	1
5804	Pasta carbonara m. pasta fläsk grädde (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
5804	Pasta carbonara m. pasta fläsk grädde (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
5804	Pasta carbonara m. pasta fläsk grädde (beräknat)	Summa mättade fettsyror	4	4
5804	Pasta carbonara m. pasta fläsk grädde (beräknat)	Protein	9	9
5804	Pasta carbonara m. pasta fläsk grädde (beräknat)	Salt	1	1
5837	Fisk m. apelsin chili ugnsstekt (beräknat)	Kolesterol	74	76
5837	Fisk m. apelsin chili ugnsstekt (beräknat)	DHA (C22:6)	0,1	0,1
5837	Fisk m. apelsin chili ugnsstekt (beräknat)	Disackarider	2	2
5837	Fisk m. apelsin chili ugnsstekt (beräknat)	Monosackarider	1	1
5837	Fisk m. apelsin chili ugnsstekt (beräknat)	Energi (kJ)	839	841

5837	Fisk m. apelsin chili ugnsstekt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	5	5
5837	Fisk m. apelsin chili ugnsstekt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
5837	Fisk m. apelsin chili ugnsstekt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
5837	Fisk m. apelsin chili ugnsstekt (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,7	0,7
5837	Fisk m. apelsin chili ugnsstekt (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,2	0,2
5837	Fisk m. apelsin chili ugnsstekt (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,8	0,8
5837	Fisk m. apelsin chili ugnsstekt (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	2,5	2,5
5837	Fisk m. apelsin chili ugnsstekt (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,5	0,5
5837	Fisk m. apelsin chili ugnsstekt (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
5837	Fisk m. apelsin chili ugnsstekt (beräknat)	EPA (C20:5)	0,0	0,0
5837	Fisk m. apelsin chili ugnsstekt (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
5837	Fisk m. apelsin chili ugnsstekt (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
5837	Fisk m. apelsin chili ugnsstekt (beräknat)	Vitamin B12	1,0	1,0
5837	Fisk m. apelsin chili ugnsstekt (beräknat)	Socker totalt	3	3
5837	Fisk m. apelsin chili ugnsstekt (beräknat)	Folat	16	15
5837	Fisk m. apelsin chili ugnsstekt (beräknat)	Jod		110,8
5837	Fisk m. apelsin chili ugnsstekt (beräknat)	Fosfor	217	212
5837	Fisk m. apelsin chili ugnsstekt (beräknat)	Kalcium	48,7	49,9
5837	Fisk m. apelsin chili ugnsstekt (beräknat)	Järn	0,3	0,3
5837	Fisk m. apelsin chili ugnsstekt (beräknat)	Kalium	347	332
5837	Fisk m. apelsin chili ugnsstekt (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
5837	Fisk m. apelsin chili ugnsstekt (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,9	0,9
5837	Fisk m. apelsin chili ugnsstekt (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
5837	Fisk m. apelsin chili ugnsstekt (beräknat)	Oljesyra C18:1	4,5	4,6
5837	Fisk m. apelsin chili ugnsstekt (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,1	1,1
5837	Fisk m. apelsin chili ugnsstekt (beräknat)	Protein	18	17
5837	Fisk m. apelsin chili ugnsstekt (beräknat)	Kolhydrater	4	4
5837	Fisk m. apelsin chili ugnsstekt (beräknat)	Fibrer	0	0
5837	Fisk m. apelsin chili ugnsstekt (beräknat)	Fett	12,9	13,0
5837	Fisk m. apelsin chili ugnsstekt (beräknat)	Vitamin D	1,1	1,1
5837	Fisk m. apelsin chili ugnsstekt (beräknat)	Retinol	69	75
5837	Fisk m. apelsin chili ugnsstekt (beräknat)	β-Karoten	164	164
5837	Fisk m. apelsin chili ugnsstekt (beräknat)	Vitamin E	2,3	2,3
5837	Fisk m. apelsin chili ugnsstekt (beräknat)	Energi (kcal)	200	201
5837	Fisk m. apelsin chili ugnsstekt (beräknat)	Aska	2	2
5837	Fisk m. apelsin chili ugnsstekt (beräknat)	Vatten	65	65
5837	Fisk m. apelsin chili ugnsstekt (beräknat)	Avfall (skal etc.)	21	19
5837	Fisk m. apelsin chili ugnsstekt (beräknat)	Magnesium	29,3	29,3
5837	Fisk m. apelsin chili ugnsstekt (beräknat)	Natrium	231	237
5837	Fisk m. apelsin chili ugnsstekt (beräknat)	Zink	0,67	0,65
5837	Fisk m. apelsin chili ugnsstekt (beräknat)	Selen	23,9	23,0
5837	Fisk m. apelsin chili ugnsstekt (beräknat)	Vitamin A	83	89
5837	Fisk m. apelsin chili ugnsstekt (beräknat)	Salt	1	1
5837	Fisk m. apelsin chili ugnsstekt (beräknat)	Fritt socker	1	1
5837	Fisk m. apelsin chili ugnsstekt (beräknat)	Tillsatt socker	1	1
2068	Sojaprotein färs kylvara el. frysvara	Salt	1	1
2069	Veteprotein grytbitar	Monosackarider	1	1
2069	Veteprotein grytbitar	Disackarider	1	1
2069	Veteprotein grytbitar	Summa fleromättade fettsyror	5	5
2069	Veteprotein grytbitar	Summa enkelomättade fettsyror	2	2

2069	Veteprotein grytbitar	Summa mättade fettsyror	1	1
2069	Veteprotein grytbitar	Socker totalt	2	2
2069	Veteprotein grytbitar	Protein	27	27
2069	Veteprotein grytbitar	Vitamin A	0	0
2069	Veteprotein grytbitar	Salt	2	2
2070	Matlagningsbas m. soja fett 17%	Disackarider	2	2
2070	Matlagningsbas m. soja fett 17%	Monosackarider	2	2
2070	Matlagningsbas m. soja fett 17%	Summa mättade fettsyror	2	2
2070	Matlagningsbas m. soja fett 17%	Summa enkelomättade fettsyror	3	4
2070	Matlagningsbas m. soja fett 17%	Summa fleromättade fettsyror	9	9
2070	Matlagningsbas m. soja fett 17%	Protein	3	3
2070	Matlagningsbas m. soja fett 17%	Salt	0	0
2071	Bar müslibar fullkorn m. röd frukt berikad	Disackarider	11	11
2071	Bar müslibar fullkorn m. röd frukt berikad	Summa fleromättade fettsyror	0	0
2071	Bar müslibar fullkorn m. röd frukt berikad	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
2071	Bar müslibar fullkorn m. röd frukt berikad	Summa mättade fettsyror	4	4
2124	Havregrynsgröt kokt m. mjölk (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
2124	Havregrynsgröt kokt m. mjölk (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,1	0,1
2124	Havregrynsgröt kokt m. mjölk (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
2124	Havregrynsgröt kokt m. mjölk (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,1	0,1
2124	Havregrynsgröt kokt m. mjölk (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,6	0,6
2124	Havregrynsgröt kokt m. mjölk (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,1	0,2
2124	Havregrynsgröt kokt m. mjölk (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,0	0,0
2124	Havregrynsgröt kokt m. mjölk (beräknat)	Vitamin B6	0,0	0,0
2124	Havregrynsgröt kokt m. mjölk (beräknat)	Vitamin B12	0,4	0,4
2124	Havregrynsgröt kokt m. mjölk (beräknat)	Socker totalt	4	4
2124	Havregrynsgröt kokt m. mjölk (beräknat)	Folat	12	12
2124	Havregrynsgröt kokt m. mjölk (beräknat)	Fullkorn totalt	13	13
2124	Havregrynsgröt kokt m. mjölk (beräknat)	Jod	29,4	29,4
2124	Havregrynsgröt kokt m. mjölk (beräknat)	Järn	0,5	0,5
2124	Havregrynsgröt kokt m. mjölk (beräknat)	Kalium	158	158
2124	Havregrynsgröt kokt m. mjölk (beräknat)	Kalcium	102,1	102,1
2124	Havregrynsgröt kokt m. mjölk (beräknat)	Magnesium	23,5	23,5
2124	Havregrynsgröt kokt m. mjölk (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
2124	Havregrynsgröt kokt m. mjölk (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
2124	Havregrynsgröt kokt m. mjölk (beräknat)	Oljesyra C18:1	0,6	0,6
2124	Havregrynsgröt kokt m. mjölk (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,4	0,4
2124	Havregrynsgröt kokt m. mjölk (beräknat)	Protein	4	4
2124	Havregrynsgröt kokt m. mjölk (beräknat)	Fibrer	1	1
2124	Havregrynsgröt kokt m. mjölk (beräknat)	Fett	2,3	2,3
2124	Havregrynsgröt kokt m. mjölk (beräknat)	Fosfor	130	130
2124	Havregrynsgröt kokt m. mjölk (beräknat)	Vitamin D	0,8	0,8
2124	Havregrynsgröt kokt m. mjölk (beräknat)	Retinol	12	12
2124	Havregrynsgröt kokt m. mjölk (beräknat)	β-Karoten	10	10
2124	Havregrynsgröt kokt m. mjölk (beräknat)	Vitamin E	0,1	0,1
2124	Havregrynsgröt kokt m. mjölk (beräknat)	Energi (kcal)	89	89
2124	Havregrynsgröt kokt m. mjölk (beräknat)	Aska	1	1
2124	Havregrynsgröt kokt m. mjölk (beräknat)	Vatten	79	79
2124	Havregrynsgröt kokt m. mjölk (beräknat)	Kolhydrater	12	12
2124	Havregrynsgröt kokt m. mjölk (beräknat)	Natrium	183	183

2124	Havregrynsgröt kokt m. mjölk (beräknat)	Selen	1,3	1,3
2124	Havregrynsgröt kokt m. mjölk (beräknat)	Vitamin A	13	13
2124	Havregrynsgröt kokt m. mjölk (beräknat)	Zink	0,69	0,69
2124	Havregrynsgröt kokt m. mjölk (beräknat)	Salt	0	0
2124	Havregrynsgröt kokt m. mjölk (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
2124	Havregrynsgröt kokt m. mjölk (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
2124	Havregrynsgröt kokt m. mjölk (beräknat)	Niacin	0,2	0,2
2124	Havregrynsgröt kokt m. mjölk (beräknat)	Vitamin C	0	0
2124	Havregrynsgröt kokt m. mjölk (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,0	1,0
2125	Nudlar glasnudlar kokta m. salt (beräknat)	Salt	0	0
2128	Gröt (beräknat)	Kolesterol	1	1
2128	Gröt (beräknat)	Disackarider	1	1
2128	Gröt (beräknat)	Monosackarider	0	0
2128	Gröt (beräknat)	Energi (kJ)	290	290
2128	Gröt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
2128	Gröt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
2128	Gröt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
2128	Gröt (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
2128	Gröt (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
2128	Gröt (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,0	0,0
2128	Gröt (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,2	0,2
2128	Gröt (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,0	0,0
2128	Gröt (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,0	0,0
2128	Gröt (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
2128	Gröt (beräknat)	Vitamin B6	0,0	0,0
2128	Gröt (beräknat)	Vitamin B12	0,1	0,1
2128	Gröt (beräknat)	Socker totalt	1	1
2128	Gröt (beräknat)	Folat	5	5
2128	Gröt (beräknat)	Jod	37,0	37,0
2128	Gröt (beräknat)	Järn	0,6	0,6
2128	Gröt (beräknat)	Kalium	57	57
2128	Gröt (beräknat)	Kalcium	22,2	22,2
2128	Gröt (beräknat)	Magnesium	20,2	20,2
2128	Gröt (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
2128	Gröt (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
2128	Gröt (beräknat)	Oljesyra C18:1	0,4	0,5
2128	Gröt (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,4	0,4
2128	Gröt (beräknat)	Protein	2	2
2128	Gröt (beräknat)	Fibrer	1	1
2128	Gröt (beräknat)	Fett	1,4	1,4
2128	Gröt (beräknat)	Fosfor	74	74
2128	Gröt (beräknat)	Vitamin D	0,1	0,1
2128	Gröt (beräknat)	Retinol	2	2
2128	Gröt (beräknat)	β-Karoten	2	2
2128	Gröt (beräknat)	Vitamin E	0,1	0,1
2128	Gröt (beräknat)	Energi (kcal)	69	69
2128	Gröt (beräknat)	Aska	1	1
2128	Gröt (beräknat)	Vatten	83	83
2128	Gröt (beräknat)	Kolhydrater	11	11
2128	Gröt (beräknat)	Natrium	281	281

2128	Gröt (beräknat)	Selen	0,2	0,2
2128	Gröt (beräknat)	Vitamin A	3	3
2128	Gröt (beräknat)	Zink	0,48	0,48
2128	Gröt (beräknat)	Salt	1	1
2128	Gröt (beräknat)	Riboflavin	0,0	0,0
2128	Gröt (beräknat)	Tiamin	0,0	0,0
2128	Gröt (beräknat)	Niacin	0,3	0,3
2128	Gröt (beräknat)	Vitamin C	0	0
2128	Gröt (beräknat)	Niacinekvivalenter	0,7	0,7
2133	Pannkaka m. sojadryck (beräknat)	Energi (kJ)	657	661
2133	Pannkaka m. sojadryck (beräknat)	Monosackarider	0	0
2133	Pannkaka m. sojadryck (beräknat)	Disackarider	2	2
2133	Pannkaka m. sojadryck (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
2133	Pannkaka m. sojadryck (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
2133	Pannkaka m. sojadryck (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
2133	Pannkaka m. sojadryck (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
2133	Pannkaka m. sojadryck (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,2	0,2
2133	Pannkaka m. sojadryck (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,7	0,7
2133	Pannkaka m. sojadryck (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,0	0,0
2133	Pannkaka m. sojadryck (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
2133	Pannkaka m. sojadryck (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,4	0,4
2133	Pannkaka m. sojadryck (beräknat)	Socker totalt	2	2
2133	Pannkaka m. sojadryck (beräknat)	Jod	29,4	29,4
2133	Pannkaka m. sojadryck (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,5	1,6
2133	Pannkaka m. sojadryck (beräknat)	Oljesyra C18:1	3,1	3,1
2133	Pannkaka m. sojadryck (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
2133	Pannkaka m. sojadryck (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
2133	Pannkaka m. sojadryck (beräknat)	Fosfor	129	129
2133	Pannkaka m. sojadryck (beräknat)	Fett	7,2	7,3
2133	Pannkaka m. sojadryck (beräknat)	Protein	6	6
2133	Pannkaka m. sojadryck (beräknat)	Vitamin E	2,2	2,3
2133	Pannkaka m. sojadryck (beräknat)	β-Karoten	9	6
2133	Pannkaka m. sojadryck (beräknat)	Retinol	54	49
2133	Pannkaka m. sojadryck (beräknat)	Vitamin D	1,3	1,3
2133	Pannkaka m. sojadryck (beräknat)	Kolhydrater	17	17
2133	Pannkaka m. sojadryck (beräknat)	Vatten	68	68
2133	Pannkaka m. sojadryck (beräknat)	Aska	1	1
2133	Pannkaka m. sojadryck (beräknat)	Energi (kcal)	157	158
2133	Pannkaka m. sojadryck (beräknat)	Vitamin A	55	49
2133	Pannkaka m. sojadryck (beräknat)	Natrium	233	231
2133	Pannkaka m. sojadryck (beräknat)	Salt	1	1
2133	Pannkaka m. sojadryck (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,5	1,5
2134	Paj m. broccoli skinka (beräknat)	Kolesterol	71	64
2134	Paj m. broccoli skinka (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
2134	Paj m. broccoli skinka (beräknat)	Disackarider	1	1
2134	Paj m. broccoli skinka (beräknat)	Monosackarider	1	1
2134	Paj m. broccoli skinka (beräknat)	Energi (kJ)	874	861
2134	Paj m. broccoli skinka (beräknat)	Summa mättade fettsyror	7	7
2134	Paj m. broccoli skinka (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	4	5
2134	Paj m. broccoli skinka (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	2

2134	Paj m. broccoli skinka (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,7	0,5
2134	Paj m. broccoli skinka (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,3	0,3
2134	Paj m. broccoli skinka (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,9	0,7
2134	Paj m. broccoli skinka (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	3,9	3,8
2134	Paj m. broccoli skinka (beräknat)	Stearinsyra C18:0	1,0	0,9
2134	Paj m. broccoli skinka (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,3	0,4
2134	Paj m. broccoli skinka (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
2134	Paj m. broccoli skinka (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
2134	Paj m. broccoli skinka (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
2134	Paj m. broccoli skinka (beräknat)	Vitamin B12	0,4	0,4
2134	Paj m. broccoli skinka (beräknat)	Socker totalt	2	2
2134	Paj m. broccoli skinka (beräknat)	Folat	27	27
2134	Paj m. broccoli skinka (beräknat)	Jod	29,8	29,0
2134	Paj m. broccoli skinka (beräknat)	Järn	0,6	0,6
2134	Paj m. broccoli skinka (beräknat)	Kalium	182	183
2134	Paj m. broccoli skinka (beräknat)	Kalcium	68,2	68,6
2134	Paj m. broccoli skinka (beräknat)	Magnesium	17,2	17,2
2134	Paj m. broccoli skinka (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
2134	Paj m. broccoli skinka (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,2	0,1
2134	Paj m. broccoli skinka (beräknat)	Oljesyra C18:1	4,3	4,6
2134	Paj m. broccoli skinka (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,0	1,2
2134	Paj m. broccoli skinka (beräknat)	Protein	8	8
2134	Paj m. broccoli skinka (beräknat)	Fibrer	1	1
2134	Paj m. broccoli skinka (beräknat)	Fett	14,1	13,7
2134	Paj m. broccoli skinka (beräknat)	Fosfor	119	119
2134	Paj m. broccoli skinka (beräknat)	Vitamin D	0,9	1,1
2134	Paj m. broccoli skinka (beräknat)	Retinol	129	129
2134	Paj m. broccoli skinka (beräknat)	β-Karoten	290	288
2134	Paj m. broccoli skinka (beräknat)	Vitamin E	2,0	2,2
2134	Paj m. broccoli skinka (beräknat)	Energi (kcal)	209	206
2134	Paj m. broccoli skinka (beräknat)	Aska	2	2
2134	Paj m. broccoli skinka (beräknat)	Vatten	62	63
2134	Paj m. broccoli skinka (beräknat)	Kolhydrater	12	12
2134	Paj m. broccoli skinka (beräknat)	Natrium	510	513
2134	Paj m. broccoli skinka (beräknat)	Selen	5,7	5,7
2134	Paj m. broccoli skinka (beräknat)	Vitamin A	154	153
2134	Paj m. broccoli skinka (beräknat)	Zink	1,03	1,03
2134	Paj m. broccoli skinka (beräknat)	Salt	1	1
2134	Paj m. broccoli skinka (beräknat)	Fritt socker	0	0
2134	Paj m. broccoli skinka (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
2134	Paj m. broccoli skinka (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
2134	Paj m. broccoli skinka (beräknat)	Niacin	0,7	0,7
2134	Paj m. broccoli skinka (beräknat)	Vitamin C	6	6
2134	Paj m. broccoli skinka (beräknat)	Niacinekvivalenter	2,3	2,3
2138	Pizza m. kebabkött hemlagad (beräknat)	Energi (kJ)	720	720
2138	Pizza m. kebabkött hemlagad (beräknat)	Monosackarider	3	3
2138	Pizza m. kebabkött hemlagad (beräknat)	Disackarider	1	1
2138	Pizza m. kebabkött hemlagad (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
2138	Pizza m. kebabkött hemlagad (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
2138	Pizza m. kebabkött hemlagad (beräknat)	Summa mättade fettsyror	3	3

2138	Pizza m. kebabkött hemlagad (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,4	1,4
2138	Pizza m. kebabkött hemlagad (beräknat)	Socker totalt	4	4
2138	Pizza m. kebabkött hemlagad (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
2138	Pizza m. kebabkött hemlagad (beräknat)	Protein	6	6
2138	Pizza m. kebabkött hemlagad (beräknat)	Kolhydrater	19	19
2138	Pizza m. kebabkött hemlagad (beräknat)	Avfall (skal etc.)	1	1
2138	Pizza m. kebabkött hemlagad (beräknat)	Energi (kcal)	172	172
2138	Pizza m. kebabkött hemlagad (beräknat)	Vitamin A	45	45
2138	Pizza m. kebabkött hemlagad (beräknat)	Salt	1	1
2142	Ostsås m. skinka hemlagad (beräknat)	Kolesterol	30	29
2142	Ostsås m. skinka hemlagad (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
2142	Ostsås m. skinka hemlagad (beräknat)	Disackarider	4	4
2142	Ostsås m. skinka hemlagad (beräknat)	Monosackarider	0	0
2142	Ostsås m. skinka hemlagad (beräknat)	Energi (kJ)	608	604
2142	Ostsås m. skinka hemlagad (beräknat)	Summa mättade fettsyror	4	4
2142	Ostsås m. skinka hemlagad (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
2142	Ostsås m. skinka hemlagad (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
2142	Ostsås m. skinka hemlagad (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,5	0,5
2142	Ostsås m. skinka hemlagad (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,2	0,2
2142	Ostsås m. skinka hemlagad (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,6	0,6
2142	Ostsås m. skinka hemlagad (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	2,0	2,0
2142	Ostsås m. skinka hemlagad (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,7	0,7
2142	Ostsås m. skinka hemlagad (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,2	0,2
2142	Ostsås m. skinka hemlagad (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
2142	Ostsås m. skinka hemlagad (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
2142	Ostsås m. skinka hemlagad (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
2142	Ostsås m. skinka hemlagad (beräknat)	Vitamin B12	0,7	0,7
2142	Ostsås m. skinka hemlagad (beräknat)	Socker totalt	4	4
2142	Ostsås m. skinka hemlagad (beräknat)	Folat	12	12
2142	Ostsås m. skinka hemlagad (beräknat)	Jod	34,6	34,0
2142	Ostsås m. skinka hemlagad (beräknat)	Järn	0,2	0,2
2142	Ostsås m. skinka hemlagad (beräknat)	Kalium	182	182
2142	Ostsås m. skinka hemlagad (beräknat)	Kalcium	172,9	173,2
2142	Ostsås m. skinka hemlagad (beräknat)	Magnesium	17,8	17,8
2142	Ostsås m. skinka hemlagad (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
2142	Ostsås m. skinka hemlagad (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
2142	Ostsås m. skinka hemlagad (beräknat)	Oljesyra C18:1	2,9	2,9
2142	Ostsås m. skinka hemlagad (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,7	0,7
2142	Ostsås m. skinka hemlagad (beräknat)	Protein	10	10
2142	Ostsås m. skinka hemlagad (beräknat)	Fibrer	0	0
2142	Ostsås m. skinka hemlagad (beräknat)	Fett	8,9	8,8
2142	Ostsås m. skinka hemlagad (beräknat)	Fosfor	200	200
2142	Ostsås m. skinka hemlagad (beräknat)	Vitamin D	0,9	0,9
2142	Ostsås m. skinka hemlagad (beräknat)	Retinol	59	54
2142	Ostsås m. skinka hemlagad (beräknat)	β-Karoten	38	34
2142	Ostsås m. skinka hemlagad (beräknat)	Vitamin E	0,9	0,9
2142	Ostsås m. skinka hemlagad (beräknat)	Energi (kcal)	145	144
2142	Ostsås m. skinka hemlagad (beräknat)	Aska	3	3
2142	Ostsås m. skinka hemlagad (beräknat)	Vatten	72	72
2142	Ostsås m. skinka hemlagad (beräknat)	Kolhydrater	6	6

2142	Ostsås m. skinka hemlagad (beräknat)	Natrium	654	652
2142	Ostsås m. skinka hemlagad (beräknat)	Selen	4,7	4,7
2142	Ostsås m. skinka hemlagad (beräknat)	Vitamin A	62	56
2142	Ostsås m. skinka hemlagad (beräknat)	Zink	1,31	1,31
2142	Ostsås m. skinka hemlagad (beräknat)	Salt	2	2
2142	Ostsås m. skinka hemlagad (beräknat)	Fritt socker	0	0
2142	Ostsås m. skinka hemlagad (beräknat)	Tillsatt socker	0	0
2142	Ostsås m. skinka hemlagad (beräknat)	Riboflavin	0,2	0,2
2142	Ostsås m. skinka hemlagad (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
2142	Ostsås m. skinka hemlagad (beräknat)	Niacin	1,3	1,3
2142	Ostsås m. skinka hemlagad (beräknat)	Vitamin C	1	1
2142	Ostsås m. skinka hemlagad (beräknat)	Niacinekvivalenter	3,4	3,4
2144	Tzatziki (beräknat)	Monosackarider	1	1
2144	Tzatziki (beräknat)	Disackarider	2	2
2144	Tzatziki (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
2144	Tzatziki (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
2144	Tzatziki (beräknat)	Summa mättade fettsyror	3	3
2144	Tzatziki (beräknat)	Protein	2	2
2144	Tzatziki (beräknat)	Avfall (skal etc.)	5	4
2223	Kex digestive fullkorn glutenfri	Summa fleromättade fettsyror	2	2
2223	Kex digestive fullkorn glutenfri	Summa enkelomättade fettsyror	6	6
2223	Kex digestive fullkorn glutenfri	Summa mättade fettsyror	7	7
2229	Klassisk gräddsås fett 6%	Disackarider	3	3
2229	Klassisk gräddsås fett 6%	Monosackarider	0	0
2229	Klassisk gräddsås fett 6%	Summa mättade fettsyror	4	4
2229	Klassisk gräddsås fett 6%	Summa enkelomättade fettsyror	1	2
2229	Klassisk gräddsås fett 6%	Summa fleromättade fettsyror	0	0
2229	Klassisk gräddsås fett 6%	Protein	2	2
2229	Klassisk gräddsås fett 6%	Salt	1	1
2230	Ostsås fett 8%	Disackarider	4	4
2230	Ostsås fett 8%	Summa fleromättade fettsyror	0	0
2230	Ostsås fett 8%	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
2230	Ostsås fett 8%	Summa mättade fettsyror	5	5
2230	Ostsås fett 8%	Protein	5	5
2230	Ostsås fett 8%	Salt	1	1
2477	Ris jasmin okokt	Disackarider	0	0
2477	Ris jasmin okokt	Monosackarider	0	0
2477	Ris jasmin okokt	Summa mättade fettsyror	0	0
2477	Ris jasmin okokt	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
2477	Ris jasmin okokt	Summa fleromättade fettsyror	0	0
2477	Ris jasmin okokt	Socker totalt	0	0
2477	Ris jasmin okokt	Jod		2,6
2478	Ris rårís långkornigt okokt fullkorn	Monosackarider	0	0
2478	Ris rårís långkornigt okokt fullkorn	Disackarider	1	1
2478	Ris rårís långkornigt okokt fullkorn	Summa fleromättade fettsyror	1	1
2478	Ris rårís långkornigt okokt fullkorn	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
2478	Ris rårís långkornigt okokt fullkorn	Summa mättade fettsyror	1	1
2478	Ris rårís långkornigt okokt fullkorn	Socker totalt	1	1
2478	Ris rårís långkornigt okokt fullkorn	Salt	0	0
2479	Ris grötris snabb okokt	Disackarider	4	4

2479	Ris grötris snabb okokt	Monosackarider	0	0
2479	Ris grötris snabb okokt	Summa mättade fettsyror	0	0
2479	Ris grötris snabb okokt	Summa fleromättade fettsyror	0	0
2479	Ris grötris snabb okokt	Socker totalt	4	4
2479	Ris grötris snabb okokt	Jod		2,0
2479	Ris grötris snabb okokt	Salt	2	2
2481	Ris långkornigt okokt	Monosackarider	0	0
2481	Ris långkornigt okokt	Disackarider	0	0
2481	Ris långkornigt okokt	Summa fleromättade fettsyror	0	0
2481	Ris långkornigt okokt	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
2481	Ris långkornigt okokt	Summa mättade fettsyror	0	0
2482	Ris långkornigt parboiled okokt	Disackarider	0	1
2482	Ris långkornigt parboiled okokt	Monosackarider	0	0
2482	Ris långkornigt parboiled okokt	Summa mättade fettsyror	0	0
2482	Ris långkornigt parboiled okokt	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
2482	Ris långkornigt parboiled okokt	Summa fleromättade fettsyror	0	0
2483	Ris snabbris okokt salt 1%	Monosackarider	0	0
2483	Ris snabbris okokt salt 1%	Disackarider	0	0
2483	Ris snabbris okokt salt 1%	Summa fleromättade fettsyror	0	0
2483	Ris snabbris okokt salt 1%	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
2483	Ris snabbris okokt salt 1%	Summa mättade fettsyror	0	0
2483	Ris snabbris okokt salt 1%	Socker totalt	0	0
2483	Ris snabbris okokt salt 1%	Jod		2,0
2484	Ris snabbris okokt	Disackarider	1	1
2484	Ris snabbris okokt	Monosackarider	0	0
2484	Ris snabbris okokt	Energi (kJ)	1526	1526
2484	Ris snabbris okokt	Summa mättade fettsyror	0	0
2484	Ris snabbris okokt	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
2484	Ris snabbris okokt	Summa fleromättade fettsyror	0	0
2484	Ris snabbris okokt	Jod		2,0
2484	Ris snabbris okokt	Energi (kcal)	365	365
2484	Ris snabbris okokt	Salt	0	0
2485	Ris grötris rundkornigt okokt	Monosackarider	0	0
2485	Ris grötris rundkornigt okokt	Disackarider	0	0
2485	Ris grötris rundkornigt okokt	Summa fleromättade fettsyror	0	0
2485	Ris grötris rundkornigt okokt	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
2485	Ris grötris rundkornigt okokt	Summa mättade fettsyror	0	0
2547	Gröna ärtor kokta m. salt frysvara (beräknat)	Protein	5	5
2547	Gröna ärtor kokta m. salt frysvara (beräknat)	Salt	1	1
2548	Gryta kalops älg (beräknat)	Energi (kJ)	288	290
2548	Gryta kalops älg (beräknat)	Monosackarider	1	1
2548	Gryta kalops älg (beräknat)	Disackarider	1	1
2548	Gryta kalops älg (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
2548	Gryta kalops älg (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
2548	Gryta kalops älg (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
2548	Gryta kalops älg (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
2548	Gryta kalops älg (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,1	0,1
2548	Gryta kalops älg (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,2	0,2
2548	Gryta kalops älg (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,0	0,0
2548	Gryta kalops älg (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0

2548	Gryta kalops älg (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,2	0,1
2548	Gryta kalops älg (beräknat)	Socker totalt	2	2
2548	Gryta kalops älg (beräknat)	Fosfor	81	81
2548	Gryta kalops älg (beräknat)	Jod	35,2	35,2
2548	Gryta kalops älg (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,4	0,5
2548	Gryta kalops älg (beräknat)	Oljesyra C18:1	1,1	1,1
2548	Gryta kalops älg (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
2548	Gryta kalops älg (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
2548	Gryta kalops älg (beräknat)	Fett	2,2	2,2
2548	Gryta kalops älg (beräknat)	Protein	8	8
2548	Gryta kalops älg (beräknat)	Vitamin E	0,8	0,9
2548	Gryta kalops älg (beräknat)	β-Karoten	1471	1470
2548	Gryta kalops älg (beräknat)	Retinol	5	3
2548	Gryta kalops älg (beräknat)	Vitamin D	0,1	0,1
2548	Gryta kalops älg (beräknat)	Vatten	84	84
2548	Gryta kalops älg (beräknat)	Aska	1	1
2548	Gryta kalops älg (beräknat)	Energi (kcal)	69	69
2548	Gryta kalops älg (beräknat)	Kolhydrater	4	4
2548	Gryta kalops älg (beräknat)	Vitamin A	151	148
2548	Gryta kalops älg (beräknat)	Natrium	294	293
2548	Gryta kalops älg (beräknat)	Salt	1	1
2548	Gryta kalops älg (beräknat)	Niacinekvivalenter	3,6	3,6
2552	Älg högre v rå	Summa mättade fettsyror	1	1
2552	Älg högre v rå	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
2552	Älg högre v rå	Summa fleromättade fettsyror	0	0
2552	Älg högre v rå	Salt	0	0
2555	Älg ryggbiff rå	Summa fleromättade fettsyror	0	0
2555	Älg ryggbiff rå	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
2555	Älg ryggbiff rå	Summa mättade fettsyror	0	0
2555	Älg ryggbiff rå	Protein	24	24
2555	Älg ryggbiff rå	Salt	0	0
2557	Tacoskal	Disackarider	1	1
2557	Tacoskal	Monosackarider	0	0
2557	Tacoskal	Energi (kJ)	2032	2013
2557	Tacoskal	Vitamin K	10,2	10,2
2557	Tacoskal	Kolhydrater	61	60
2557	Tacoskal	Energi (kcal)	486	481
2557	Tacoskal	Aska	0	1
2557	Tacoskal	Salt	1	1
2559	Romansallat	Protein	2	2
2559	Romansallat	Salt	0	0
2561	Ruccolasallat	Summa mättade fettsyror	0	0
2561	Ruccolasallat	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
2561	Ruccolasallat	Summa fleromättade fettsyror	0	0
2561	Ruccolasallat	Protein	4	4
2561	Ruccolasallat	Salt	0	0
2565	Okra kokt u. salt	Summa fleromättade fettsyror	0	0
2565	Okra kokt u. salt	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
2565	Okra kokt u. salt	Summa mättade fettsyror	0	0
2565	Okra kokt u. salt	Protein	2	2

2565	Okra kokt u. salt	Salt	0	0
3668	Sojadryck berikad	Protein	3	3
3668	Sojadryck berikad	Vitamin K	3,5	3,5
3668	Sojadryck berikad	Salt	0	0
3752	Couscous kokt m. salt fullkorn	Monosackarider	0	0
3752	Couscous kokt m. salt fullkorn	Summa mättade fettsyror	0	0
3752	Couscous kokt m. salt fullkorn	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
3752	Couscous kokt m. salt fullkorn	Summa fleromättade fettsyror	0	0
3752	Couscous kokt m. salt fullkorn	Protein	5	5
3752	Couscous kokt m. salt fullkorn	Salt	1	1
3756	Pasta kokt m. salt	Disackarider	1	1
3756	Pasta kokt m. salt	Summa fleromättade fettsyror	0	0
3756	Pasta kokt m. salt	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
3756	Pasta kokt m. salt	Summa mättade fettsyror	0	0
3756	Pasta kokt m. salt	Protein	5	5
3756	Pasta kokt m. salt	Salt	0	0
3760	Vita bönor torkade kokta m. salt	Disackarider	1	1
3760	Vita bönor torkade kokta m. salt	Summa mättade fettsyror	0	0
3760	Vita bönor torkade kokta m. salt	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
3760	Vita bönor torkade kokta m. salt	Protein	9	9
3760	Vita bönor torkade kokta m. salt	Salt	1	1
3761	Stora vita bönor konserv. u. lag	Monosackarider	0	0
3761	Stora vita bönor konserv. u. lag	Disackarider	1	1
3761	Stora vita bönor konserv. u. lag	Summa fleromättade fettsyror	0	1
3761	Stora vita bönor konserv. u. lag	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
3761	Stora vita bönor konserv. u. lag	Protein	7	7
3762	Kikärtor torkade kokta m. salt	Disackarider	1	1
3762	Kikärtor torkade kokta m. salt	Monosackarider	0	0
3762	Kikärtor torkade kokta m. salt	Summa mättade fettsyror	0	0
3762	Kikärtor torkade kokta m. salt	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
3762	Kikärtor torkade kokta m. salt	Summa fleromättade fettsyror	1	1
3762	Kikärtor torkade kokta m. salt	Protein	8	8
3762	Kikärtor torkade kokta m. salt	Salt	1	1
3765	Sötpotatis rå	Energi (kJ)	344	344
3765	Sötpotatis rå	Jod		2,0
3765	Sötpotatis rå	Energi (kcal)	82	82
3765	Sötpotatis rå	Salt	0	0
3786	Dinkelmjöl fullkorn	Disackarider	1	1
3786	Dinkelmjöl fullkorn	Summa mättade fettsyror	0	0
3786	Dinkelmjöl fullkorn	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
3786	Dinkelmjöl fullkorn	Summa fleromättade fettsyror	1	2
3786	Dinkelmjöl fullkorn	Protein	12	12
3786	Dinkelmjöl fullkorn	Vitamin K	5,0	5,0
3790	Bröd rågsikt fibrer ca 7%	Monosackarider	5	5
3790	Bröd rågsikt fibrer ca 7%	Disackarider	1	1
3790	Bröd rågsikt fibrer ca 7%	Summa fleromättade fettsyror	1	1
3790	Bröd rågsikt fibrer ca 7%	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
3790	Bröd rågsikt fibrer ca 7%	Summa mättade fettsyror	0	0
3790	Bröd rågsikt fibrer ca 7%	Protein	7	7
3790	Bröd rågsikt fibrer ca 7%	Salt	1	1

4052	Mâchesallat	Salt	0	0
4074	Hampfröolja	Energi (kJ)	3700	3696
4074	Hampfröolja	Summa fleromättade fettsyror	72	79
4074	Hampfröolja	Summa enkelomättade fettsyror	13	11
4074	Hampfröolja	Summa mättade fettsyror	10	10
4074	Hampfröolja	Palmitinsyra C16:0	5,9	5,8
4074	Hampfröolja	Myristinsyra C14:0	0,0	0,0
4074	Hampfröolja	Stearinsyra C18:0	2,8	2,3
4074	Hampfröolja	Linolensyra C18:3	18,8	21,7
4074	Hampfröolja	Kalcium	0,0	1,0
4074	Hampfröolja	Fosfor	0	2
4074	Hampfröolja	Linolsyra C18:2	52,6	57,2
4074	Hampfröolja	Oljesyra C18:1	12,7	10,6
4074	Hampfröolja	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,1
4074	Hampfröolja	Arakidinsyra C20:0	0,9	0,8
4074	Hampfröolja	Fett	100,0	99,9
4074	Hampfröolja	Vitamin E	5,8	2,6
4074	Hampfröolja	β-Karoten	4	0
4074	Hampfröolja	Vatten	0	0
4074	Hampfröolja	Energi (kcal)	884	883
4074	Hampfröolja	Vitamin A	0	0
4074	Hampfröolja	Magnesium	0,0	1,0
4095	Milda	Jod		0,5
4105	Lättmargarin fett 40% berikad typ Coop	Summa fleromättade fettsyror	8	8
4105	Lättmargarin fett 40% berikad typ Coop	Summa enkelomättade fettsyror	19	19
4105	Lättmargarin fett 40% berikad typ Coop	Summa mättade fettsyror	11	12
4105	Lättmargarin fett 40% berikad typ Coop	Jod		1,0
4107	Bordsmargarin fett 60% berikad typ Ica Basic	Summa mättade fettsyror	20	20
4107	Bordsmargarin fett 60% berikad typ Ica Basic	Summa enkelomättade fettsyror	27	27
4107	Bordsmargarin fett 60% berikad typ Ica Basic	Summa fleromättade fettsyror	10	11
4112	Hushållsmargarin fett 80% berikad typ ICA	Summa fleromättade fettsyror	12	12
4112	Hushållsmargarin fett 80% berikad typ ICA	Summa enkelomättade fettsyror	37	37
4112	Hushållsmargarin fett 80% berikad typ ICA	Summa mättade fettsyror	27	27
4117	Nudlar kokta m. kryddor	Salt	1	1
4131	Palmolja	Summa fleromättade fettsyror	10	10
4131	Palmolja	Summa enkelomättade fettsyror	39	39
4131	Palmolja	Summa mättade fettsyror	47	47
4134	Ägg stekt eko. (beräknat)	Disackarider	0	0
4134	Ägg stekt eko. (beräknat)	Energi (kJ)	825	831
4134	Ägg stekt eko. (beräknat)	Summa mättade fettsyror	4	4
4134	Ägg stekt eko. (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	7	7
4134	Ägg stekt eko. (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	3	3
4134	Ägg stekt eko. (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,9	0,9
4134	Ägg stekt eko. (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
4134	Ägg stekt eko. (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
4134	Ägg stekt eko. (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,0	0,0
4134	Ägg stekt eko. (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	2,5	2,6
4134	Ägg stekt eko. (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,5	0,4
4134	Ägg stekt eko. (beräknat)	Socker totalt	0	0
4134	Ägg stekt eko. (beräknat)	Jod	50,3	50,3

4134	Ägg stekt eko. (beräknat)	Fosfor	206	206
4134	Ägg stekt eko. (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
4134	Ägg stekt eko. (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,3	0,3
4134	Ägg stekt eko. (beräknat)	Oljesyra C18:1	6,7	6,7
4134	Ägg stekt eko. (beräknat)	Linolsyra C18:2	2,2	2,4
4134	Ägg stekt eko. (beräknat)	Protein	13	13
4134	Ägg stekt eko. (beräknat)	Kolhydrater	0	0
4134	Ägg stekt eko. (beräknat)	Fett	15,9	16,1
4134	Ägg stekt eko. (beräknat)	Vitamin D	3,6	3,5
4579	veg. (beräknat)	Salt	1	1
4583	Gris färs rå fett 15% (beräknat)	Energi (kJ)	843	844
4583	Gris färs rå fett 15% (beräknat)	DHA (C22:6)	0,1	0,1
4583	Gris färs rå fett 15% (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
4583	Gris färs rå fett 15% (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	6	6
4583	Gris färs rå fett 15% (beräknat)	Summa mättade fettsyror	6	6
4583	Gris färs rå fett 15% (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	3,9	3,9
4583	Gris färs rå fett 15% (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,3	0,3
4583	Gris färs rå fett 15% (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
4583	Gris färs rå fett 15% (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
4583	Gris färs rå fett 15% (beräknat)	Stearinsyra C18:0	2,3	2,3
4583	Gris färs rå fett 15% (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
4583	Gris färs rå fett 15% (beräknat)	EPA (C20:5)	0,0	0,0
4583	Gris färs rå fett 15% (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
4583	Gris färs rå fett 15% (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
4583	Gris färs rå fett 15% (beräknat)	Folat	2	2
4583	Gris färs rå fett 15% (beräknat)	Vitamin B12	0,6	0,6
4583	Gris färs rå fett 15% (beräknat)	Vitamin B6	0,4	0,4
4583	Gris färs rå fett 15% (beräknat)	Kalium	345	345
4583	Gris färs rå fett 15% (beräknat)	Järn	1,0	1,0
4583	Gris färs rå fett 15% (beräknat)	Fosfor	191	191
4583	Gris färs rå fett 15% (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,3	1,3
4583	Gris färs rå fett 15% (beräknat)	Oljesyra C18:1	5,5	5,5
4583	Gris färs rå fett 15% (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
4583	Gris färs rå fett 15% (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,5	0,5
4583	Gris färs rå fett 15% (beräknat)	Fett	15,1	15,1
4583	Gris färs rå fett 15% (beräknat)	Protein	17	17
4583	Gris färs rå fett 15% (beräknat)	Vitamin D	0,5	0,5
4583	Gris färs rå fett 15% (beräknat)	Vatten	67	67
4583	Gris färs rå fett 15% (beräknat)	Aska	1	1
4583	Gris färs rå fett 15% (beräknat)	Energi (kcal)	202	202
4583	Gris färs rå fett 15% (beräknat)	Selen	7,5	7,5
4583	Gris färs rå fett 15% (beräknat)	Zink	2,61	2,61
4583	Gris färs rå fett 15% (beräknat)	Natrium	61	61
4583	Gris färs rå fett 15% (beräknat)	Magnesium	25,2	25,2
4583	Gris färs rå fett 15% (beräknat)	Salt	0	0
4583	Gris färs rå fett 15% (beräknat)	Niacinekvivalenter	8,9	8,9
4583	Gris färs rå fett 15% (beräknat)	Niacin	5,8	5,8
4583	Gris färs rå fett 15% (beräknat)	Tiamin	0,7	0,7
4583	Gris färs rå fett 15% (beräknat)	Riboflavin	0,3	0,3
4586	Hoki rå	Summa mättade fettsyror	0	0

4586	Hoki rå	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
4586	Hoki rå	Summa fleromättade fettsyror	0	0
4586	Hoki rå	Protein	17	17
4586	Hoki rå	Salt	0	0
4588	Aronia slånaronia	Salt	0	0
4589	Vinbär vita	Disackarider	1	1
4589	Vinbär vita	Monosackarider	7	7
4591	Ris rundkornigt kokt m. salt (beräknat)	Monosackarider	0	0
4591	Ris rundkornigt kokt m. salt (beräknat)	Disackarider	0	0
4591	Ris rundkornigt kokt m. salt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
4591	Ris rundkornigt kokt m. salt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
4591	Ris rundkornigt kokt m. salt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
4600	Pilgrismussla	Energi (kJ)	188	180
4600	Pilgrismussla	Summa mättade fettsyror	0	0
4600	Pilgrismussla	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
4600	Pilgrismussla	Energi (kcal)	45	43
4600	Pilgrismussla	Salt	1	1
4601	Laxbullar tillagade m. sås	Summa fleromättade fettsyror	2	2
4601	Laxbullar tillagade m. sås	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
4601	Laxbullar tillagade m. sås	Summa mättade fettsyror	1	1
4601	Laxbullar tillagade m. sås	Protein	5	5
4601	Laxbullar tillagade m. sås	Vitamin K	6,2	6,2
4601	Laxbullar tillagade m. sås	Salt	1	1
4602	Fiskpinnar ugnstekta	Summa mättade fettsyror	1	1
4602	Fiskpinnar ugnstekta	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
4602	Fiskpinnar ugnstekta	Summa fleromättade fettsyror	3	3
4602	Fiskpinnar ugnstekta	Protein	12	12
4602	Fiskpinnar ugnstekta	Vitamin K	6,2	6,2
4602	Fiskpinnar ugnstekta	Salt	1	1
4607	Skarpsill	Summa fleromättade fettsyror	2	2
4607	Skarpsill	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
4607	Skarpsill	Summa mättade fettsyror	2	2
4607	Skarpsill	Protein	18	18
4607	Skarpsill	Vitamin K	2,1	2,1
5046	Hjort skav rå	Protein	18	18
5046	Hjort skav rå	Vitamin K	9,2	9,2
5046	Hjort skav rå	Salt	0	0
5047	Korv hjort rå	Disackarider	0	0
5047	Korv hjort rå	Monosackarider	0	0
5047	Korv hjort rå	Energi (kJ)	964	964
5047	Korv hjort rå	Summa mättade fettsyror	8	8
5047	Korv hjort rå	Summa enkelomättade fettsyror	7	7
5047	Korv hjort rå	Vitamin K	17,9	17,9
5047	Korv hjort rå	Energi (kcal)	231	230
5048	Vildsvin bog rå	Summa fleromättade fettsyror	0	0
5048	Vildsvin bog rå	Summa mättade fettsyror	0	1
5048	Vildsvin bog rå	Protein	23	23
5048	Vildsvin bog rå	Salt	0	0
5049	Vildsvin filé rå	Energi (kJ)	470	463
5049	Vildsvin filé rå	Summa mättade fettsyror	1	1

5049	Vildsvin filé rå	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
5049	Vildsvin filé rå	Summa fleromättade fettsyror	0	0
5049	Vildsvin filé rå	Protein	23	23
5049	Vildsvin filé rå	Energi (kcal)	112	111
5049	Vildsvin filé rå	Salt	0	0
5050	Rådjur stek rå	Summa fleromättade fettsyror	0	0
5050	Rådjur stek rå	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
5050	Rådjur stek rå	Summa mättade fettsyror	0	1
5050	Rådjur stek rå	Protein	24	24
5050	Rådjur stek rå	Vitamin K	3,1	3,1
5050	Rådjur stek rå	Salt	0	0
5058	Vildsvin stek rå	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
5058	Vildsvin stek rå	Vitamin K	0,4	0,4
5058	Vildsvin stek rå	Salt	0	0
5059	Korv kycklingkorv	Monosackarider	1	1
5059	Korv kycklingkorv	Summa fleromättade fettsyror	2	2
5059	Korv kycklingkorv	Summa enkelomättade fettsyror	7	7
5059	Korv kycklingkorv	Summa mättade fettsyror	4	4
5059	Korv kycklingkorv	Protein	9	9
5059	Korv kycklingkorv	Salt	2	2
5060	Vildsvin kött rå	Energi (kJ)	448	446
5060	Vildsvin kött rå	Summa mättade fettsyror	0	1
5060	Vildsvin kött rå	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
5060	Vildsvin kött rå	Protein	23	23
5060	Vildsvin kött rå	Vitamin K	0,1	0,1
5060	Vildsvin kött rå	Salt	0	0
5064	Rådjur bog rå	Summa fleromättade fettsyror	0	0
5064	Rådjur bog rå	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
5064	Rådjur bog rå	Summa mättade fettsyror	1	1
5064	Rådjur bog rå	Protein	24	24
5064	Rådjur bog rå	Vitamin K	3,0	3,1
5064	Rådjur bog rå	Salt	0	0
5065	Ren kött rå	Summa mättade fettsyror	1	1
5065	Ren kött rå	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
5065	Ren kött rå	Summa fleromättade fettsyror	0	0
5065	Ren kött rå	Protein	23	23
5065	Ren kött rå	Salt	0	0
5066	Nöt kött rå	Energi (kJ)	539	534
5066	Nöt kött rå	Summa fleromättade fettsyror	0	0
5066	Nöt kött rå	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
5066	Nöt kött rå	Summa mättade fettsyror	2	2
5218	Pepparsås (beräknat)	Kolhydrater	7	7
5218	Pepparsås (beräknat)	Protein	2	2
5218	Pepparsås (beräknat)	Vitamin A	195	195
5218	Pepparsås (beräknat)	Salt	1	1
5305	Saffransris (beräknat)	Disackarider	0	0
5305	Saffransris (beräknat)	Monosackarider	0	0
5305	Saffransris (beräknat)	Energi (kJ)	487	487
5305	Saffransris (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
5305	Saffransris (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1

5305	Saffransris (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
5305	Saffransris (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,1	0,1
5305	Saffransris (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
5305	Saffransris (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,1	0,1
5305	Saffransris (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,3	0,3
5305	Saffransris (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
5305	Saffransris (beräknat)	Socker totalt	0	0
5305	Saffransris (beräknat)	Jod	24,0	24,0
5305	Saffransris (beräknat)	Fosfor	40	40
5305	Saffransris (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
5305	Saffransris (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,1	0,1
5305	Saffransris (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
5305	Saffransris (beräknat)	Oljesyra C18:1	0,8	0,8
5305	Saffransris (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,3	0,3
5305	Saffransris (beräknat)	Protein	2	2
5305	Saffransris (beräknat)	Kolhydrater	22	22
5305	Saffransris (beräknat)	Fett	2,0	2,0
5305	Saffransris (beräknat)	Vitamin D	0,0	0,0
5305	Saffransris (beräknat)	Retinol	6	6
5305	Saffransris (beräknat)	β-Karoten	23	23
5305	Saffransris (beräknat)	Vitamin E	0,3	0,3
5305	Saffransris (beräknat)	Energi (kcal)	116	116
5305	Saffransris (beräknat)	Aska	1	1
5305	Saffransris (beräknat)	Vatten	73	73
5305	Saffransris (beräknat)	Avfall (skal etc.)	0	0
5305	Saffransris (beräknat)	Natrium	303	303
5305	Saffransris (beräknat)	Vitamin A	8	8
5305	Saffransris (beräknat)	Salt	1	1
5305	Saffransris (beräknat)	Niacinekvivalenter	0,6	0,6
5447	Gris kött rå (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
5447	Gris kött rå (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
5447	Gris kött rå (beräknat)	Summa mättade fettsyror	4	4
5447	Gris kött rå (beräknat)	Salt	0	0
5452	Gratäng zucchinigratäng m. kalvfärs (beräknat)	Disackarider	0	0
5452	Gratäng zucchinigratäng m. kalvfärs (beräknat)	Monosackarider	2	2
5452	Gratäng zucchinigratäng m. kalvfärs (beräknat)	Energi (kJ)	493	494
5452	Gratäng zucchinigratäng m. kalvfärs (beräknat)	Summa mättade fettsyror	5	5
5452	Gratäng zucchinigratäng m. kalvfärs (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
5452	Gratäng zucchinigratäng m. kalvfärs (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
5452	Gratäng zucchinigratäng m. kalvfärs (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,4	0,4
5452	Gratäng zucchinigratäng m. kalvfärs (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,2	0,2
5452	Gratäng zucchinigratäng m. kalvfärs (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,6	0,6
5452	Gratäng zucchinigratäng m. kalvfärs (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	2,3	2,3
5452	Gratäng zucchinigratäng m. kalvfärs (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
5452	Gratäng zucchinigratäng m. kalvfärs (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
5452	Gratäng zucchinigratäng m. kalvfärs (beräknat)	Socker totalt	3	3
5452	Gratäng zucchinigratäng m. kalvfärs (beräknat)	Jod	11,3	11,3
5452	Gratäng zucchinigratäng m. kalvfärs (beräknat)	Fosfor	90	90
5452	Gratäng zucchinigratäng m. kalvfärs (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
5452	Gratäng zucchinigratäng m. kalvfärs (beräknat)	Stearinsyra C18:0	1,0	1,0

5452	Gratäng zucchinigratäng m. kalvfärs (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,2	0,2
5452	Gratäng zucchinigratäng m. kalvfärs (beräknat)	Oljesyra C18:1	2,6	2,6
5452	Gratäng zucchinigratäng m. kalvfärs (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,4	0,4
5452	Gratäng zucchinigratäng m. kalvfärs (beräknat)	Protein	6	6
5452	Gratäng zucchinigratäng m. kalvfärs (beräknat)	Kolhydrater	3	3
5452	Gratäng zucchinigratäng m. kalvfärs (beräknat)	Fett	8,8	8,8
5452	Gratäng zucchinigratäng m. kalvfärs (beräknat)	Vitamin D	0,0	0,0
5452	Gratäng zucchinigratäng m. kalvfärs (beräknat)	Retinol	48	47
5452	Gratäng zucchinigratäng m. kalvfärs (beräknat)	β-Karoten	313	312
5452	Gratäng zucchinigratäng m. kalvfärs (beräknat)	Vitamin E	0,9	0,9
5452	Gratäng zucchinigratäng m. kalvfärs (beräknat)	Energi (kcal)	118	118
5452	Gratäng zucchinigratäng m. kalvfärs (beräknat)	Aska	1	1
5452	Gratäng zucchinigratäng m. kalvfärs (beräknat)	Vatten	80	80
5452	Gratäng zucchinigratäng m. kalvfärs (beräknat)	Natrium	109	108
5452	Gratäng zucchinigratäng m. kalvfärs (beräknat)	Vitamin A	74	73
5452	Gratäng zucchinigratäng m. kalvfärs (beräknat)	Salt	0	0
5452	Gratäng zucchinigratäng m. kalvfärs (beräknat)	Niacinekvivalenter	2,7	2,7
5665	Pastagrätäng m. kyckling (beräknat)	Energi (kJ)	731	731
5665	Pastagrätäng m. kyckling (beräknat)	Disackarider	1	1
5665	Pastagrätäng m. kyckling (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
5665	Pastagrätäng m. kyckling (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
5665	Pastagrätäng m. kyckling (beräknat)	Summa mättade fettsyror	7	7
5665	Pastagrätäng m. kyckling (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	3,2	3,2
5665	Pastagrätäng m. kyckling (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
5665	Pastagrätäng m. kyckling (beräknat)	Kolhydrater	9	9
5665	Pastagrätäng m. kyckling (beräknat)	Protein	8	8
5665	Pastagrätäng m. kyckling (beräknat)	Energi (kcal)	175	175
5665	Pastagrätäng m. kyckling (beräknat)	Salt	1	1
5727	Minimjolk fett < 0,1% berikad	Disackarider	5	5
5727	Minimjolk fett < 0,1% berikad	Summa mättade fettsyror	0	0
5727	Minimjolk fett < 0,1% berikad	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
2100	Köttfärssås blandfärs (beräknat)	Vitamin E	1,6	1,6
2100	Köttfärssås blandfärs (beräknat)	β-Karoten	227	225
2100	Köttfärssås blandfärs (beräknat)	Retinol	9	7
2100	Köttfärssås blandfärs (beräknat)	Vitamin D	0,2	0,2
2100	Köttfärssås blandfärs (beräknat)	Kolhydrater	5	5
2100	Köttfärssås blandfärs (beräknat)	Avfall (skal etc.)	1	1
2100	Köttfärssås blandfärs (beräknat)	Vatten	76	75
2100	Köttfärssås blandfärs (beräknat)	Aska	3	3
2100	Köttfärssås blandfärs (beräknat)	Energi (kcal)	118	126
2100	Köttfärssås blandfärs (beräknat)	Zink	1,66	1,66
2100	Köttfärssås blandfärs (beräknat)	Vitamin A	29	27
2100	Köttfärssås blandfärs (beräknat)	Selen	2,3	2,3
2100	Köttfärssås blandfärs (beräknat)	Natrium	738	735
2100	Köttfärssås blandfärs (beräknat)	Fritt socker	1	1
2100	Köttfärssås blandfärs (beräknat)	Tillsatt socker	0	0
2100	Köttfärssås blandfärs (beräknat)	Salt	2	2
2100	Köttfärssås blandfärs (beräknat)	Niacinekvivalenter	3,8	3,8
2100	Köttfärssås blandfärs (beräknat)	Vitamin C	5	5
2100	Köttfärssås blandfärs (beräknat)	Niacin	2,2	2,2

2100	Köttfärrssås blandfärs (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
2100	Köttfärrssås blandfärs (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
2101	Nöt färs stekt m. salt fett 10% (beräknat)	Summa mättade fettsyror	6	6
2101	Nöt färs stekt m. salt fett 10% (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	6	6
2101	Nöt färs stekt m. salt fett 10% (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
2101	Nöt färs stekt m. salt fett 10% (beräknat)	Protein	25	25
2101	Nöt färs stekt m. salt fett 10% (beräknat)	Salt	1	1
2103	Nöt el. gris kött stekt (beräknat)	Energi (kJ)	730	716
2103	Nöt el. gris kött stekt (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
2103	Nöt el. gris kött stekt (beräknat)	Kolesterol	68	67
2103	Nöt el. gris kött stekt (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
2103	Nöt el. gris kött stekt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
2103	Nöt el. gris kött stekt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
2103	Nöt el. gris kött stekt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	4	4
2103	Nöt el. gris kött stekt (beräknat)	Stearinsyra C18:0	1,3	1,3
2103	Nöt el. gris kött stekt (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	2,2	2,2
2103	Nöt el. gris kött stekt (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,2	0,2
2103	Nöt el. gris kött stekt (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
2103	Nöt el. gris kött stekt (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
2103	Nöt el. gris kött stekt (beräknat)	EPA (C20:5)	0,0	0,0
2103	Nöt el. gris kött stekt (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
2103	Nöt el. gris kött stekt (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,0	0,0
2103	Nöt el. gris kött stekt (beräknat)	Folat	4	5
2103	Nöt el. gris kött stekt (beräknat)	Vitamin B12	0,7	0,7
2103	Nöt el. gris kött stekt (beräknat)	Vitamin B6	0,3	0,3
2103	Nöt el. gris kött stekt (beräknat)	Magnesium	28,4	30,6
2103	Nöt el. gris kött stekt (beräknat)	Kalcium	9,5	9,0
2103	Nöt el. gris kött stekt (beräknat)	Kalium	277	286
2103	Nöt el. gris kött stekt (beräknat)	Järn	1,9	2,0
2103	Nöt el. gris kött stekt (beräknat)	Jod	14,7	15,1
2103	Nöt el. gris kött stekt (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,7	0,7
2103	Nöt el. gris kött stekt (beräknat)	Oljesyra C18:1	3,2	3,1
2103	Nöt el. gris kött stekt (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,3	0,3
2103	Nöt el. gris kött stekt (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
2103	Nöt el. gris kött stekt (beräknat)	Fosfor	214	228
2103	Nöt el. gris kött stekt (beräknat)	Fett	8,9	8,6
2103	Nöt el. gris kött stekt (beräknat)	Protein	23	23
2103	Nöt el. gris kött stekt (beräknat)	Vitamin E	0,5	0,5
2103	Nöt el. gris kött stekt (beräknat)	β-Karoten	9	8
2103	Nöt el. gris kött stekt (beräknat)	Retinol	9	9
2103	Nöt el. gris kött stekt (beräknat)	Vitamin D	0,4	0,4
2103	Nöt el. gris kött stekt (beräknat)	Avfall (skal etc.)	16	18
2103	Nöt el. gris kött stekt (beräknat)	Vatten	66	66
2103	Nöt el. gris kött stekt (beräknat)	Aska	2	2
2103	Nöt el. gris kött stekt (beräknat)	Energi (kcal)	175	171
2103	Nöt el. gris kött stekt (beräknat)	Zink	3,50	3,47
2103	Nöt el. gris kött stekt (beräknat)	Vitamin A	10	10
2103	Nöt el. gris kött stekt (beräknat)	Selen	11,0	11,4
2103	Nöt el. gris kött stekt (beräknat)	Natrium	182	184
2103	Nöt el. gris kött stekt (beräknat)	Salt	0	0

2103	Nöt el. gris kött stekt (beräknat)	Niacinekvivalenter	11,9	12,4
2103	Nöt el. gris kött stekt (beräknat)	Niacin	7,6	8,1
2103	Nöt el. gris kött stekt (beräknat)	Tiamin	0,5	0,6
2103	Nöt el. gris kött stekt (beräknat)	Riboflavin	0,2	0,3
2104	Carbonara pastasås (beräknat)	Disackarider	1	1
2104	Carbonara pastasås (beräknat)	Summa mättade fettsyror	12	12
2104	Carbonara pastasås (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	8	8
2104	Carbonara pastasås (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
2104	Carbonara pastasås (beräknat)	Protein	18	18
2104	Carbonara pastasås (beräknat)	Salt	2	2
2107	Skagenröra (beräknat)	Energi (kJ)	682	682
2107	Skagenröra (beräknat)	Disackarider	1	1
2107	Skagenröra (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	3	3
2107	Skagenröra (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	6	6
2107	Skagenröra (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
2107	Skagenröra (beräknat)	Protein	13	13
2107	Skagenröra (beräknat)	Kolhydrater	2	2
2107	Skagenröra (beräknat)	Energi (kcal)	163	163
2107	Skagenröra (beräknat)	Salt	2	2
2108	Fisksoppa m. rotfrukter (beräknat)	Kolesterol	29	28
2108	Fisksoppa m. rotfrukter (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
2108	Fisksoppa m. rotfrukter (beräknat)	Disackarider	1	1
2108	Fisksoppa m. rotfrukter (beräknat)	Monosackarider	1	1
2108	Fisksoppa m. rotfrukter (beräknat)	Energi (kJ)	375	357
2108	Fisksoppa m. rotfrukter (beräknat)	Summa mättade fettsyror	3	2
2108	Fisksoppa m. rotfrukter (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
2108	Fisksoppa m. rotfrukter (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
2108	Fisksoppa m. rotfrukter (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,3	0,2
2108	Fisksoppa m. rotfrukter (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,1	0,1
2108	Fisksoppa m. rotfrukter (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,4	0,3
2108	Fisksoppa m. rotfrukter (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,3	1,1
2108	Fisksoppa m. rotfrukter (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,4	0,4
2108	Fisksoppa m. rotfrukter (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
2108	Fisksoppa m. rotfrukter (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
2108	Fisksoppa m. rotfrukter (beräknat)	EPA (C20:5)	0,0	0,0
2108	Fisksoppa m. rotfrukter (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
2108	Fisksoppa m. rotfrukter (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
2108	Fisksoppa m. rotfrukter (beräknat)	Vitamin B12	0,5	0,5
2108	Fisksoppa m. rotfrukter (beräknat)	Socker totalt	2	2
2108	Fisksoppa m. rotfrukter (beräknat)	Folat	13	13
2108	Fisksoppa m. rotfrukter (beräknat)	Jod	39,3	39,4
2108	Fisksoppa m. rotfrukter (beräknat)	Järn	0,3	0,3
2108	Fisksoppa m. rotfrukter (beräknat)	Kalium	217	218
2108	Fisksoppa m. rotfrukter (beräknat)	Kalcium	31,1	31,8
2108	Fisksoppa m. rotfrukter (beräknat)	Magnesium	17,1	17,2
2108	Fisksoppa m. rotfrukter (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
2108	Fisksoppa m. rotfrukter (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
2108	Fisksoppa m. rotfrukter (beräknat)	Oljesyra C18:1	1,5	1,4
2108	Fisksoppa m. rotfrukter (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,3	0,3
2108	Fisksoppa m. rotfrukter (beräknat)	Alkohol	0,4	0,4

2108	Fisksoppa m. rotfrukter (beräknat)	Protein	7	7
2108	Fisksoppa m. rotfrukter (beräknat)	Fibrer	1	1
2108	Fisksoppa m. rotfrukter (beräknat)	Fett	5,2	4,7
2108	Fisksoppa m. rotfrukter (beräknat)	Fosfor	89	89
2108	Fisksoppa m. rotfrukter (beräknat)	Vitamin D	1,6	1,5
2108	Fisksoppa m. rotfrukter (beräknat)	Retinol	35	29
2108	Fisksoppa m. rotfrukter (beräknat)	β-Karoten	526	521
2108	Fisksoppa m. rotfrukter (beräknat)	Vitamin E	0,9	0,9
2108	Fisksoppa m. rotfrukter (beräknat)	Energi (kcal)	90	85
2108	Fisksoppa m. rotfrukter (beräknat)	Aska	1	1
2108	Fisksoppa m. rotfrukter (beräknat)	Vatten	82	82
2108	Fisksoppa m. rotfrukter (beräknat)	Avfall (skal etc.)	17	14
2108	Fisksoppa m. rotfrukter (beräknat)	Kolhydrater	3	3
2108	Fisksoppa m. rotfrukter (beräknat)	Natrium	294	294
2108	Fisksoppa m. rotfrukter (beräknat)	Selen	8,4	8,4
2108	Fisksoppa m. rotfrukter (beräknat)	Vitamin A	84	78
2108	Fisksoppa m. rotfrukter (beräknat)	Zink	0,27	0,28
2108	Fisksoppa m. rotfrukter (beräknat)	Salt	1	1
2108	Fisksoppa m. rotfrukter (beräknat)	Fritt socker	0	0
2108	Fisksoppa m. rotfrukter (beräknat)	Tillsatt socker	0	0
2108	Fisksoppa m. rotfrukter (beräknat)	Riboflavin	0,0	0,0
2108	Fisksoppa m. rotfrukter (beräknat)	Tiamin	0,0	0,0
2108	Fisksoppa m. rotfrukter (beräknat)	Niacin	1,8	1,8
2108	Fisksoppa m. rotfrukter (beräknat)	Vitamin C	6	6
2108	Fisksoppa m. rotfrukter (beräknat)	Niacinekvivalenter	3,0	3,0
2123	Havregrynsgröt fullkorn fiberhavregryn (beräknat)	Disackarider	0	0
2123	Havregrynsgröt fullkorn fiberhavregryn (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
2123	Havregrynsgröt fullkorn fiberhavregryn (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
2123	Havregrynsgröt fullkorn fiberhavregryn (beräknat)	Protein	2	2
2124	Havregrynsgröt kokt m. mjölk (beräknat)	Kolesterol	5	5
2124	Havregrynsgröt kokt m. mjölk (beräknat)	Disackarider	4	4
2124	Havregrynsgröt kokt m. mjölk (beräknat)	Energi (kJ)	371	373
2124	Havregrynsgröt kokt m. mjölk (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
2124	Havregrynsgröt kokt m. mjölk (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
2205	Ägg kokt (beräknat)	Protein	12	12
2205	Ägg kokt (beräknat)	Vitamin K	30,2	30,2
2205	Ägg kokt (beräknat)	Salt	0	0
2217	Aloe vera-dryck m. tranbär äpple	Monosackarider	9	9
2217	Aloe vera-dryck m. tranbär äpple	Salt	0	0
2219	Toscaglasyr (beräknat)	Energi (kJ)	2217	2216
2219	Toscaglasyr (beräknat)	Monosackarider	8	8
2219	Toscaglasyr (beräknat)	Disackarider	19	19
2219	Toscaglasyr (beräknat)	Kolesterol	21	11
2219	Toscaglasyr (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,7	0,4
2219	Toscaglasyr (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	6	6
2219	Toscaglasyr (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	23	24
2219	Toscaglasyr (beräknat)	Summa mättade fettsyror	10	9
2219	Toscaglasyr (beräknat)	Stearinsyra C18:0	1,4	1,2
2219	Toscaglasyr (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	6,2	6,1
2219	Toscaglasyr (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,8	0,5

2219	Toscaglasyr (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,4	0,4
2219	Toscaglasyr (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
2219	Toscaglasyr (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,4	0,6
2219	Toscaglasyr (beräknat)	Folat	29	29
2219	Toscaglasyr (beräknat)	Socker totalt	27	27
2219	Toscaglasyr (beräknat)	Vitamin B12	0,0	0,0
2219	Toscaglasyr (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
2219	Toscaglasyr (beräknat)	Magnesium	91,1	91,1
2219	Toscaglasyr (beräknat)	Kalcium	101,7	101,7
2219	Toscaglasyr (beräknat)	Kalium	467	467
2219	Toscaglasyr (beräknat)	Järn	2,0	2,0
2219	Toscaglasyr (beräknat)	Jod	2,0	1,9
2219	Toscaglasyr (beräknat)	Linolsyra C18:2	5,0	5,3
2219	Toscaglasyr (beräknat)	Oljesyra C18:1	22,9	23,7
2219	Toscaglasyr (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,2	0,2
2219	Toscaglasyr (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
2219	Toscaglasyr (beräknat)	Fosfor	231	231
2219	Toscaglasyr (beräknat)	Fett	40,6	40,5
2219	Toscaglasyr (beräknat)	Fibrer	6	6
2219	Toscaglasyr (beräknat)	Protein	9	9
2219	Toscaglasyr (beräknat)	Vitamin E	10,1	10,5
2219	Toscaglasyr (beräknat)	β-Karoten	103	106
2219	Toscaglasyr (beräknat)	Retinol	126	131
2219	Toscaglasyr (beräknat)	Vitamin D	1,8	2,5
2219	Toscaglasyr (beräknat)	Kolhydrater	30	30
2219	Toscaglasyr (beräknat)	Vatten	12	12
2219	Toscaglasyr (beräknat)	Aska	2	2
2219	Toscaglasyr (beräknat)	Energi (kcal)	530	530
2219	Toscaglasyr (beräknat)	Zink	1,06	1,06
2219	Toscaglasyr (beräknat)	Vitamin A	134	140
2219	Toscaglasyr (beräknat)	Selen	0,9	0,9
2219	Toscaglasyr (beräknat)	Natrium	178	183
2219	Toscaglasyr (beräknat)	Tillsatt socker	25	25
2219	Toscaglasyr (beräknat)	Fritt socker	25	25
2219	Toscaglasyr (beräknat)	Salt	0	0
2219	Toscaglasyr (beräknat)	Niacinekvalenter	2,5	2,5
2219	Toscaglasyr (beräknat)	Vitamin C	0	0
2219	Toscaglasyr (beräknat)	Niacin	1,0	1,0
2219	Toscaglasyr (beräknat)	Tiamin	0,2	0,2
2219	Toscaglasyr (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
2222	Pepparkaka glutenfri	Summa mättade fettsyror	9	9
2222	Pepparkaka glutenfri	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
2222	Pepparkaka glutenfri	Summa fleromättade fettsyror	2	2
2403	Carlshamn	Summa fleromättade fettsyror	15	15
2403	Carlshamn	Summa enkelomättade fettsyror	31	31
2403	Carlshamn	Summa mättade fettsyror	22	22
2403	Carlshamn	Salt	1	1
2404	Carlshamn	Summa mättade fettsyror	34	34
2404	Carlshamn	Summa enkelomättade fettsyror	30	30
2404	Carlshamn	Summa fleromättade fettsyror	12	12

2413	Lamm rygg el. hals kokt m. salt (beräknat)	Avfall (skal etc.)	39	32
2413	Lamm rygg el. hals kokt m. salt (beräknat)	Salt	1	1
2468	Tilapia rå	Summa mättade fettsyror	0	0
2468	Tilapia rå	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
2468	Tilapia rå	Summa fleromättade fettsyror	0	0
2468	Tilapia rå	Protein	18	18
2468	Tilapia rå	Vitamin K	1,7	1,7
2468	Tilapia rå	Salt	0	0
2472	Lättmargarin fett 28% berikad typ Mini Lätta	Jod		1,0
2475	Ris basmati okokt	Monosackarider	0	0
2475	Ris basmati okokt	Disackarider	0	0
2475	Ris basmati okokt	Summa fleromättade fettsyror	0	0
2475	Ris basmati okokt	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
2475	Ris basmati okokt	Summa mättade fettsyror	0	0
2475	Ris basmati okokt	Socker totalt	0	0
2516	Ris långkornigt parboiled kokt m. salt (beräknat)	Monosackarider	0	0
2516	Ris långkornigt parboiled kokt m. salt (beräknat)	Disackarider	0	0
2516	Ris långkornigt parboiled kokt m. salt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
2516	Ris långkornigt parboiled kokt m. salt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
2516	Ris långkornigt parboiled kokt m. salt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
2517	(beräknat)	Disackarider	0	0
2517	(beräknat)	Monosackarider	0	0
2517	(beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
2517	(beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
2517	(beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
2517	(beräknat)	Socker totalt	0	0
2517	(beräknat)	Salt	1	1
2518	Ris snabbris kokt salt 1% (beräknat)	Monosackarider	0	0
2518	Ris snabbris kokt salt 1% (beräknat)	Disackarider	0	0
2518	Ris snabbris kokt salt 1% (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
2518	Ris snabbris kokt salt 1% (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
2518	Ris snabbris kokt salt 1% (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
2518	Ris snabbris kokt salt 1% (beräknat)	Socker totalt	0	0
2518	Ris snabbris kokt salt 1% (beräknat)	Jod		0,6
2519	Ris snabbris kokt m. salt (beräknat)	Disackarider	0	0
2519	Ris snabbris kokt m. salt (beräknat)	Monosackarider	0	0
2519	Ris snabbris kokt m. salt (beräknat)	Energi (kJ)	466	466
2519	Ris snabbris kokt m. salt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
2519	Ris snabbris kokt m. salt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
2519	Ris snabbris kokt m. salt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
2519	Ris snabbris kokt m. salt (beräknat)	Jod		54,0
2519	Ris snabbris kokt m. salt (beräknat)	Energi (kcal)	111	111
2519	Ris snabbris kokt m. salt (beräknat)	Salt	1	1
3447	Frukostflingor havre fullkorn typ Havrefras	Avfall (skal etc.)		0
3499	konserv.	Disackarider	4	4
3499	konserv.	Summa fleromättade fettsyror	0	0
3499	konserv.	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
3499	konserv.	Summa mättade fettsyror	1	1
3499	konserv.	Protein	2	2
3499	konserv.	Vitamin K	1,8	1,8

3499	konserv.	Salt	0	0
3500	Sill inlagd olika smaker	Energi (kJ)	1024	1024
3500	Sill inlagd olika smaker	Energi (kcal)	245	245
3518	Quinoa röd kokt m. salt	Monosackarider	0	0
3518	Quinoa röd kokt m. salt	Disackarider	1	1
3518	Quinoa röd kokt m. salt	Summa fleromättade fettsyror	1	1
3518	Quinoa röd kokt m. salt	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
3518	Quinoa röd kokt m. salt	Summa mättade fettsyror	0	0
3518	Quinoa röd kokt m. salt	Protein	4	4
3518	Quinoa röd kokt m. salt	Salt	1	1
3564	Bulgur kokt u. salt fullkorn	Disackarider	0	0
3564	Bulgur kokt u. salt fullkorn	Summa mättade fettsyror	0	0
3564	Bulgur kokt u. salt fullkorn	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
3564	Bulgur kokt u. salt fullkorn	Summa fleromättade fettsyror	0	0
3564	Bulgur kokt u. salt fullkorn	Protein	4	4
3564	Bulgur kokt u. salt fullkorn	Salt	0	0
3620	Lamm färs stekt m. salt (beräknat)	Energi (kJ)	1208	1198
3620	Lamm färs stekt m. salt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
3620	Lamm färs stekt m. salt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	8	9
3620	Lamm färs stekt m. salt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	11	11
3620	Lamm färs stekt m. salt (beräknat)	Protein	21	21
3620	Lamm färs stekt m. salt (beräknat)	Energi (kcal)	289	286
3620	Lamm färs stekt m. salt (beräknat)	Salt	1	1
3621	Älg färs stekt m. salt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
3621	Älg färs stekt m. salt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
3621	Älg färs stekt m. salt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
3621	Älg färs stekt m. salt (beräknat)	Protein	28	28
3621	Älg färs stekt m. salt (beräknat)	Salt	1	1
3823	Röda linser konserv. u. lag	Protein	7	7
3823	Röda linser konserv. u. lag	Salt	1	1
3824	Gröna linser konserv. u. lag	Disackarider	0	0
3824	Gröna linser konserv. u. lag	Monosackarider	0	0
3824	Gröna linser konserv. u. lag	Summa mättade fettsyror	0	0
3824	Gröna linser konserv. u. lag	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
3824	Gröna linser konserv. u. lag	Summa fleromättade fettsyror	0	0
3824	Gröna linser konserv. u. lag	Protein	6	6
3824	Gröna linser konserv. u. lag	Salt	1	1
3828	Pasta kokt m. salt fullkorn>50%	Monosackarider	0	0
3828	Pasta kokt m. salt fullkorn>50%	Summa mättade fettsyror	0	0
3828	Pasta kokt m. salt fullkorn>50%	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
3828	Pasta kokt m. salt fullkorn>50%	Summa fleromättade fettsyror	0	0
3828	Pasta kokt m. salt fullkorn>50%	Protein	6	6
3828	Pasta kokt m. salt fullkorn>50%	Salt	0	0
3840	Ägg rått eko.	Energi (kJ)	592	592
3840	Ägg rått eko.	Summa fleromättade fettsyror	2	2
3840	Ägg rått eko.	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
3840	Ägg rått eko.	Summa mättade fettsyror	3	3
3840	Ägg rått eko.	Protein	12	12
3840	Ägg rått eko.	Energi (kcal)	141	141
3840	Ägg rått eko.	Salt	0	0

3841	Äggula rå eko.	Energi (kJ)	1367	1367
3841	Äggula rå eko.	Summa mättade fettsyror	8	8
3841	Äggula rå eko.	Summa fleromättade fettsyror	4	4
3841	Äggula rå eko.	Protein	16	16
3841	Äggula rå eko.	Vitamin K	61,6	61,6
3841	Äggula rå eko.	Energi (kcal)	327	327
3841	Äggula rå eko.	Salt	0	0
3845	Dinkel speltvete kokt m. salt (beräknat)	Disackarider	0	0
3845	Dinkel speltvete kokt m. salt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
3845	Dinkel speltvete kokt m. salt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
3845	Dinkel speltvete kokt m. salt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
3845	Dinkel speltvete kokt m. salt (beräknat)	Protein	5	5
3938	Huvudsallat	Salt	0	0
4011	Majskrokar	Summa fleromättade fettsyror	2	2
4011	Majskrokar	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
4011	Majskrokar	Summa mättade fettsyror	0	1
4052	Mâchesallat	Protein	3	3
4514	Potatis King Edward rå	Protein	2	2
4514	Potatis King Edward rå	Salt	0	0
4515	Potatis mandelpotatis rå	Disackarider	0	0
4515	Potatis mandelpotatis rå	Monosackarider	0	0
4515	Potatis mandelpotatis rå	Protein	2	2
4515	Potatis mandelpotatis rå	Vitamin K	1,8	1,8
4515	Potatis mandelpotatis rå	Salt	0	0
4516	Potatis kokt m. salt tillagad i storhushåll	Disackarider	0	0
4516	Potatis kokt m. salt tillagad i storhushåll	Protein	2	2
4516	Potatis kokt m. salt tillagad i storhushåll	Vitamin K	0,7	0,7
4518	Potatis Asterix kokt m. salt	Disackarider	0	0
4518	Potatis Asterix kokt m. salt	Monosackarider	1	1
4518	Potatis Asterix kokt m. salt	Energi (kJ)	340	338
4518	Potatis Asterix kokt m. salt	Kolhydrater	17	17
4518	Potatis Asterix kokt m. salt	Salt	0	0
4519	Potatis Inova kokt m. salt	Energi (kJ)	313	310
4519	Potatis Inova kokt m. salt	Monosackarider	1	1
4519	Potatis Inova kokt m. salt	Disackarider	0	0
4519	Potatis Inova kokt m. salt	Socker totalt	1	1
4519	Potatis Inova kokt m. salt	Kolhydrater	15	15
4519	Potatis Inova kokt m. salt	Protein	2	2
4519	Potatis Inova kokt m. salt	Vitamin K	1,0	1,0
4519	Potatis Inova kokt m. salt	Energi (kcal)	75	74
4519	Potatis Inova kokt m. salt	Salt	0	0
4520	Potatis King Edward kokt m. salt	Disackarider	0	0
4520	Potatis King Edward kokt m. salt	Monosackarider	0	0
4520	Potatis King Edward kokt m. salt	Energi (kJ)	355	352
4520	Potatis King Edward kokt m. salt	Protein	2	2
4520	Potatis King Edward kokt m. salt	Kolhydrater	18	18
4520	Potatis King Edward kokt m. salt	Energi (kcal)	85	84
4520	Potatis King Edward kokt m. salt	Salt	0	0
4521	Potatis mandelpotatis kokt m. salt	Energi (kJ)	425	424
4521	Potatis mandelpotatis kokt m. salt	Monosackarider	0	0

4521	Potatis mandelpotatis kokt m. salt	Disackarider	0	0
4521	Potatis mandelpotatis kokt m. salt	Kolhydrater	21	21
4521	Potatis mandelpotatis kokt m. salt	Protein	2	2
4521	Potatis mandelpotatis kokt m. salt	Vitamin K	2,1	2,1
4521	Potatis mandelpotatis kokt m. salt	Energi (kcal)	102	101
4521	Potatis mandelpotatis kokt m. salt	Vitamin A	1	1
4521	Potatis mandelpotatis kokt m. salt	Salt	0	0
4579	veg. (beräknat)	Disackarider	1	1
4579	veg. (beräknat)	Energi (kJ)	385	385
4579	veg. (beräknat)	Summa mättade fettsyror	3	3
4579	veg. (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
4579	veg. (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
4579	veg. (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,3	1,3
4579	veg. (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
4579	veg. (beräknat)	Protein	9	9
4579	veg. (beräknat)	Energi (kcal)	92	92
4939	Broccoli kokt u. salt frysvara	Protein	2	2
4939	Broccoli kokt u. salt frysvara	Salt	0	0
4941	Spenat färsk	Protein	3	3
4941	Spenat färsk	Salt	0	0
4942	Mangold röd småbladig färsk	Protein	2	2
4946	Kruksallat	Protein	2	2
4946	Kruksallat	Salt	0	0
4947	Lök röd	Protein	1	1
4947	Lök röd	Salt	0	0
5007	Kantarell gul rå (beräknat)	Protein	2	2
5007	Kantarell gul rå (beräknat)	Avfall (skal etc.)	7	11
5043	Hjort kronhjort kött rå	Summa mättade fettsyror	1	1
5043	Hjort kronhjort kött rå	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
5043	Hjort kronhjort kött rå	Summa fleromättade fettsyror	0	0
5043	Hjort kronhjort kött rå	Protein	22	22
5043	Hjort kronhjort kött rå	Vitamin K	2,4	2,5
5043	Hjort kronhjort kött rå	Salt	0	0
5044	Hjort dovhjort färs rå	Summa fleromättade fettsyror	0	0
5044	Hjort dovhjort färs rå	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
5044	Hjort dovhjort färs rå	Summa mättade fettsyror	3	3
5044	Hjort dovhjort färs rå	Protein	22	22
5044	Hjort dovhjort färs rå	Vitamin K	2,7	2,7
5045	Ren kött kallrökt rå	Summa mättade fettsyror	1	1
5045	Ren kött kallrökt rå	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
5045	Ren kött kallrökt rå	Summa fleromättade fettsyror	1	1
5045	Ren kött kallrökt rå	Protein	26	26
5045	Ren kött kallrökt rå	Salt	3	3
5046	Hjort skav rå	Summa fleromättade fettsyror	0	0
5046	Hjort skav rå	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
5046	Hjort skav rå	Summa mättade fettsyror	4	4
5191	Barngröt ätf. ris mjölkfri berikad (beräknat)	Monosackarider	0	0
5191	Barngröt ätf. ris mjölkfri berikad (beräknat)	Disackarider	4	4
5191	Barngröt ätf. ris mjölkfri berikad (beräknat)	Protein	3	3
5191	Barngröt ätf. ris mjölkfri berikad (beräknat)	Energi (kcal)	93	93

5191	Barngröt ätf. ris mjölkfri berikad (beräknat)	Salt	0	0
5192	Barngröt ätf. m. fullkorn frukt müsli (beräknat)	Disackarider	3	3
5192	Barngröt ätf. m. fullkorn frukt müsli (beräknat)	Monosackarider	1	1
5192	Barngröt ätf. m. fullkorn frukt müsli (beräknat)	Protein	3	3
5192	Barngröt ätf. m. fullkorn frukt müsli (beräknat)	Salt	0	0
5193	Barngröt ätf. m. yoghurt frukt berikad (beräknat)	Energi (kJ)	374	374
5193	Barngröt ätf. m. yoghurt frukt berikad (beräknat)	Monosackarider	2	2
5193	Barngröt ätf. m. yoghurt frukt berikad (beräknat)	Disackarider	5	5
5193	Barngröt ätf. m. yoghurt frukt berikad (beräknat)	Protein	4	4
5193	Barngröt ätf. m. yoghurt frukt berikad (beräknat)	Energi (kcal)	89	90
5193	Barngröt ätf. m. yoghurt frukt berikad (beräknat)	Salt	0	0
5194	Barngröt ätf. havre m. frukt berikad (beräknat)	Disackarider	5	5
5194	Barngröt ätf. havre m. frukt berikad (beräknat)	Energi (kJ)	324	324
5194	Barngröt ätf. havre m. frukt berikad (beräknat)	Protein	3	3
5194	Barngröt ätf. havre m. frukt berikad (beräknat)	Energi (kcal)	77	77
5194	Barngröt ätf. havre m. frukt berikad (beräknat)	Salt	0	0
5195	Barngröt ätf. havre naturell berikad (beräknat)	Monosackarider	0	0
5195	Barngröt ätf. havre naturell berikad (beräknat)	Disackarider	2	2
5195	Barngröt ätf. havre naturell berikad (beräknat)	Protein	4	4
5195	Barngröt ätf. havre naturell berikad (beräknat)	Energi (kcal)	97	97
5195	Barngröt ätf. havre naturell berikad (beräknat)	Salt	0	0
5196	(beräknat)	Disackarider	5	5
5196	(beräknat)	Monosackarider	1	1
5196	(beräknat)	Protein	4	4
5196	(beräknat)	Salt	0	0
5218	Pepparsås (beräknat)	Disackarider	3	3
5218	Pepparsås (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
5218	Pepparsås (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
5218	Pepparsås (beräknat)	Summa mättade fettsyror	14	14
5218	Pepparsås (beräknat)	Socker totalt	4	4
5871	Äpple Frida	Vitamin K	1,6	1,6
5188	Barngröt ätf. flerkorn m. frukt berikad (beräknat)	Energi (kcal)	105	105
5188	Barngröt ätf. flerkorn m. frukt berikad (beräknat)	Salt	0	0
5189	(beräknat)	Monosackarider	2	2
5189	(beräknat)	Disackarider	4	4
5189	(beräknat)	Protein	4	4
5189	(beräknat)	Salt	0	0
5190	Barngröt ätf. m. frukt berikad (beräknat)	Disackarider	5	5
5190	Barngröt ätf. m. frukt berikad (beräknat)	Monosackarider	2	2
5190	Barngröt ätf. m. frukt berikad (beräknat)	Energi (kJ)	441	441
5190	Barngröt ätf. m. frukt berikad (beräknat)	Protein	4	4
5190	Barngröt ätf. m. frukt berikad (beräknat)	Energi (kcal)	105	105
5190	Barngröt ätf. m. frukt berikad (beräknat)	Salt	0	0
5191	Barngröt ätf. ris mjölkfri berikad (beräknat)	Energi (kJ)	389	389
5862	Kålrot kokt	Protein	1	1
5862	Kålrot kokt	Salt	0	0
5863	Brysselkål kokt	Protein	3	3
5863	Brysselkål kokt	Salt	0	0
5864	Rotselleri kokt	Vitamin K	1,1	1,1
5864	Rotselleri kokt	Salt	0	0

5865	Gula ärtor kokta m. salt	Summa mättade fettsyror	0	0
5865	Gula ärtor kokta m. salt	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
5865	Gula ärtor kokta m. salt	Summa fleromättade fettsyror	0	0
5865	Gula ärtor kokta m. salt	Protein	8	8
5865	Gula ärtor kokta m. salt	Salt	0	0
5866	Bruna bönor torkade kokta m. salt	Summa fleromättade fettsyror	0	0
5866	Bruna bönor torkade kokta m. salt	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
5866	Bruna bönor torkade kokta m. salt	Summa mättade fettsyror	0	0
5866	Bruna bönor torkade kokta m. salt	Protein	9	9
5866	Bruna bönor torkade kokta m. salt	Salt	0	1
5867	Gråärtor kokta m. salt	Summa mättade fettsyror	0	0
5867	Gråärtor kokta m. salt	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
5867	Gråärtor kokta m. salt	Summa fleromättade fettsyror	0	0
5867	Gråärtor kokta m. salt	Protein	10	10
5867	Gråärtor kokta m. salt	Salt	1	1
5868	Åkerbönor torkade kokta m. salt	Summa fleromättade fettsyror	0	0
5868	Åkerbönor torkade kokta m. salt	Summa mättade fettsyror	0	0
5868	Åkerbönor torkade kokta m. salt	Protein	10	10
5868	Åkerbönor torkade kokta m. salt	Vitamin K	5,4	5,4
5868	Åkerbönor torkade kokta m. salt	Salt	1	1
5869	Äpple Aroma rött	Vitamin K	4,4	4,4
5870	Äpple Ingrid Marie rött	Vitamin K	3,7	3,7
6004	Gris fläskkotlett tillagad	Salt	0	0
6005	Gris fläskfilé tillagad	Summa mättade fettsyror	2	2
6005	Gris fläskfilé tillagad	Summa fleromättade fettsyror	0	1
6005	Gris fläskfilé tillagad	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
6005	Gris fläskfilé tillagad	Vitamin K	6,5	6,5
6005	Gris fläskfilé tillagad	Salt	0	0
6006	Nöt kalv lever tillagad	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
6006	Nöt kalv lever tillagad	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6006	Nöt kalv lever tillagad	Summa mättade fettsyror	1	1
6006	Nöt kalv lever tillagad	Vitamin K	5,4	5,4
6006	Nöt kalv lever tillagad	Salt	0	0
6007	Kyckling lever ugnsstekt	Summa mättade fettsyror	1	1
6007	Kyckling lever ugnsstekt	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6007	Kyckling lever ugnsstekt	Salt	0	0
6008	Gris lever tillagad	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
6008	Gris lever tillagad	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6008	Gris lever tillagad	Summa mättade fettsyror	1	1
6008	Gris lever tillagad	Vitamin K	2,2	2,2
6008	Gris lever tillagad	Salt	0	0
6009	Kalkon rökt tunna skivor	Summa mättade fettsyror	1	1
6009	Kalkon rökt tunna skivor	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6009	Kalkon rökt tunna skivor	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
6009	Kalkon rökt tunna skivor	Protein	18	18
6009	Kalkon rökt tunna skivor	Salt	3	3
6010	middagskorv	Monosackarider	0	0
6010	middagskorv	Disackarider	1	1
6010	middagskorv	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
6010	middagskorv	Summa mättade fettsyror	8	8

6010	middagskorv	Protein	14	14
6010	middagskorv	Vitamin K	5,6	5,6
6010	middagskorv	Salt	2	2
6038	Gratäng m. korv rotfrukt (beräknat)	Kolesterol	35	35
6038	Gratäng m. korv rotfrukt (beräknat)	Disackarider	2	2
6038	Gratäng m. korv rotfrukt (beräknat)	Monosackarider	1	1
6038	Gratäng m. korv rotfrukt (beräknat)	Energi (kJ)	800	801
6038	Gratäng m. korv rotfrukt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	7	7
6038	Gratäng m. korv rotfrukt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6038	Gratäng m. korv rotfrukt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
6038	Gratäng m. korv rotfrukt (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,5	0,5
6038	Gratäng m. korv rotfrukt (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,2	0,2
6038	Gratäng m. korv rotfrukt (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,8	0,8
6038	Gratäng m. korv rotfrukt (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	3,9	3,9
6038	Gratäng m. korv rotfrukt (beräknat)	Stearinsyra C18:0	1,7	1,7
6038	Gratäng m. korv rotfrukt (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
6038	Gratäng m. korv rotfrukt (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
6038	Gratäng m. korv rotfrukt (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
6038	Gratäng m. korv rotfrukt (beräknat)	Vitamin B6	0,2	0,2
6038	Gratäng m. korv rotfrukt (beräknat)	Vitamin B12	0,3	0,3
6038	Gratäng m. korv rotfrukt (beräknat)	Socker totalt	3	3
6038	Gratäng m. korv rotfrukt (beräknat)	Folat	18	18
6038	Gratäng m. korv rotfrukt (beräknat)	Jod	17,9	17,9
6038	Gratäng m. korv rotfrukt (beräknat)	Fosfor	97	97
6038	Gratäng m. korv rotfrukt (beräknat)	Kalcium	42,0	42,0
6038	Gratäng m. korv rotfrukt (beräknat)	Järn	0,5	0,5
6038	Gratäng m. korv rotfrukt (beräknat)	Kalium	284	284
6038	Gratäng m. korv rotfrukt (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
6038	Gratäng m. korv rotfrukt (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,3	0,3
6038	Gratäng m. korv rotfrukt (beräknat)	Oljesyra C18:1	4,8	4,8
6038	Gratäng m. korv rotfrukt (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,8	0,8
6038	Gratäng m. korv rotfrukt (beräknat)	Protein	5	5
6038	Gratäng m. korv rotfrukt (beräknat)	Kolhydrater	9	9
6038	Gratäng m. korv rotfrukt (beräknat)	Fibrer	1	1
6038	Gratäng m. korv rotfrukt (beräknat)	Fett	14,6	14,6
6038	Gratäng m. korv rotfrukt (beräknat)	Vitamin D	0,2	0,2
6038	Gratäng m. korv rotfrukt (beräknat)	Retinol	62	62
6038	Gratäng m. korv rotfrukt (beräknat)	β-Karoten	787	787
6038	Gratäng m. korv rotfrukt (beräknat)	Vitamin E	0,7	0,7
6038	Gratäng m. korv rotfrukt (beräknat)	Energi (kcal)	191	191
6038	Gratäng m. korv rotfrukt (beräknat)	Aska	2	2
6038	Gratäng m. korv rotfrukt (beräknat)	Vatten	68	68
6038	Gratäng m. korv rotfrukt (beräknat)	Avfall (skal etc.)	8	7
6038	Gratäng m. korv rotfrukt (beräknat)	Magnesium	16,2	16,2
6038	Gratäng m. korv rotfrukt (beräknat)	Natrium	455	455
6038	Gratäng m. korv rotfrukt (beräknat)	Zink	0,74	0,74
6038	Gratäng m. korv rotfrukt (beräknat)	Selen	2,9	2,9
6038	Gratäng m. korv rotfrukt (beräknat)	Vitamin A	139	140
6038	Gratäng m. korv rotfrukt (beräknat)	Salt	1	1
6038	Gratäng m. korv rotfrukt (beräknat)	Fritt socker	0	0

6038	Gratäng m. korv rotfrukt (beräknat)	Tillsatt socker	0	0
6038	Gratäng m. korv rotfrukt (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
6038	Gratäng m. korv rotfrukt (beräknat)	Tiamin	0,2	0,2
6038	Gratäng m. korv rotfrukt (beräknat)	Niacin	2,0	2,0
6038	Gratäng m. korv rotfrukt (beräknat)	Vitamin C	9	9
6038	Gratäng m. korv rotfrukt (beräknat)	Niacinekvivalenter	3,0	3,0
6052	(beräknat)	Energi (kJ)	1123	1123
6052	(beräknat)	Disackarider	1	1
6052	(beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	7	7
6052	(beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
6052	(beräknat)	Summa mättade fettsyror	12	12
6052	(beräknat)	Stearinsyra C18:0	2,0	2,0
6052	(beräknat)	Palmitinsyra C16:0	5,7	5,7
6052	(beräknat)	Myristinsyra C14:0	1,9	1,9
6052	(beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,5	0,5
6052	(beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	1,6	1,6
6052	(beräknat)	Linolensyra C18:3	0,5	0,5
6052	(beräknat)	Socker totalt	2	2
6052	(beräknat)	Fosfor	158	158
6052	(beräknat)	Jod	52,6	52,6
6052	(beräknat)	Linolsyra C18:2	1,0	1,0
6052	(beräknat)	Oljesyra C18:1	6,1	6,1
6052	(beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,4	0,4
6052	(beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
6052	(beräknat)	Fett	23,3	23,3
6052	(beräknat)	Kolhydrater	3	3
6052	(beräknat)	Protein	12	12
6052	(beräknat)	Vitamin E	2,9	2,9
6052	(beräknat)	β-Karoten	210	210
6121	Pizza m. köttstek frysvara	Salt	1	1
6122	Pizza m. tomat mozzarella veg. frysvara	Monosackarider	1	2
6122	Pizza m. tomat mozzarella veg. frysvara	Disackarider	1	1
6122	Pizza m. tomat mozzarella veg. frysvara	Protein	11	11
6122	Pizza m. tomat mozzarella veg. frysvara	Vitamin K	11,9	11,9
6122	Pizza m. tomat mozzarella veg. frysvara	Salt	1	1
6131	Noni fruktpuré	Salt	0	0
6132	Fisk Bordelaise (beräknat)	Energi (kJ)	494	496
6132	Fisk Bordelaise (beräknat)	Monosackarider	0	0
6132	Fisk Bordelaise (beräknat)	Disackarider	0	0
6132	Fisk Bordelaise (beräknat)	DHA (C22:6)	0,1	0,1
6132	Fisk Bordelaise (beräknat)	Kolesterol	44	45
6132	Fisk Bordelaise (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6132	Fisk Bordelaise (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
6132	Fisk Bordelaise (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
6132	Fisk Bordelaise (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,2	0,2
6132	Fisk Bordelaise (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,0	0,0
6132	Fisk Bordelaise (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
6132	Fisk Bordelaise (beräknat)	EPA (C20:5)	0,0	0,0
6132	Fisk Bordelaise (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
6132	Fisk Bordelaise (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,3	0,3

6132	Fisk Bordelaise (beräknat)	Socker totalt	0	0
6132	Fisk Bordelaise (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
6132	Fisk Bordelaise (beräknat)	Folat	10	9
6132	Fisk Bordelaise (beräknat)	Niacinekvivalenter	4,8	4,7
6132	Fisk Bordelaise (beräknat)	Vitamin B12	0,8	0,9
6132	Fisk Bordelaise (beräknat)	Kalium	264	250
6132	Fisk Bordelaise (beräknat)	Järn	0,2	0,2
6132	Fisk Bordelaise (beräknat)	Kalcium	12,9	14,0
6132	Fisk Bordelaise (beräknat)	Fosfor	180	175
6132	Fisk Bordelaise (beräknat)	Jod		99,0
6132	Fisk Bordelaise (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,7	0,7
6132	Fisk Bordelaise (beräknat)	Oljesyra C18:1	2,0	2,0
6132	Fisk Bordelaise (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
6132	Fisk Bordelaise (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
6132	Fisk Bordelaise (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,1	0,1
6132	Fisk Bordelaise (beräknat)	Fett	3,9	4,0
6132	Fisk Bordelaise (beräknat)	Fibrer	0	0
6132	Fisk Bordelaise (beräknat)	Kolhydrater	5	5
6132	Fisk Bordelaise (beräknat)	Protein	15	15
6132	Fisk Bordelaise (beräknat)	Vitamin E	1,5	1,5
6132	Fisk Bordelaise (beräknat)	β-Karoten	1	1
6132	Fisk Bordelaise (beräknat)	Retinol	2	8
6132	Fisk Bordelaise (beräknat)	Vitamin D	0,9	0,9
6132	Fisk Bordelaise (beräknat)	Vatten	75	75
6132	Fisk Bordelaise (beräknat)	Avfall (skal etc.)	23	20
6132	Fisk Bordelaise (beräknat)	Energi (kcal)	118	118
6132	Fisk Bordelaise (beräknat)	Aska	1	1
6132	Fisk Bordelaise (beräknat)	Vitamin A	2	8
6132	Fisk Bordelaise (beräknat)	Selen	21,5	20,7
6132	Fisk Bordelaise (beräknat)	Zink	0,48	0,47
6132	Fisk Bordelaise (beräknat)	Natrium	65	71
6132	Fisk Bordelaise (beräknat)	Magnesium	24,9	24,9
6132	Fisk Bordelaise (beräknat)	Salt	0	0
6132	Fisk Bordelaise (beräknat)	Vitamin C	0	0
6132	Fisk Bordelaise (beräknat)	Niacin	2,0	1,9
6132	Fisk Bordelaise (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
6132	Fisk Bordelaise (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
6133	Ostkräm (beräknat)	Disackarider	1	1
6133	Ostkräm (beräknat)	Energi (kJ)	2566	2566
6133	Ostkräm (beräknat)	Summa mättade fettsyror	14	14
6133	Ostkräm (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	34	34
6133	Ostkräm (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	14	14
6133	Ostkräm (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	7,3	7,3
6133	Ostkräm (beräknat)	Vitamin B6	0,0	0,0
6133	Ostkräm (beräknat)	Protein	8	8
6133	Ostkräm (beräknat)	Vitamin K	72,2	72,2
6133	Ostkräm (beräknat)	Energi (kcal)	613	613
6133	Ostkräm (beräknat)	Salt	0	0
6134	Äppeljuice konc.	Energi (kJ)	845	685
6134	Äppeljuice konc.	Monosackarider	44	27

6134	Äppeljuice konc.	Disackarider	9	7
6134	Äppeljuice konc.	Socker totalt	52	34
6134	Äppeljuice konc.	Vitamin B6	0,3	0,2
6134	Äppeljuice konc.	Folat	1	1
6134	Äppeljuice konc.	Niacinekvivalenter	0,5	1,1
6134	Äppeljuice konc.	Kalium	334	58
6134	Äppeljuice konc.	Järn	0,4	0,2
6134	Äppeljuice konc.	Kalcium	46,0	13,0
6134	Äppeljuice konc.	Fosfor	26	23
6134	Äppeljuice konc.	Jod	3,0	0,9
6134	Äppeljuice konc.	Fett	0,0	0,1
6134	Äppeljuice konc.	Kolhydrater	49	36
6134	Äppeljuice konc.	Protein	1	4
6134	Äppeljuice konc.	Vitamin E	0,0	0,0
6134	Äppeljuice konc.	Vatten	49	59
6134	Äppeljuice konc.	Energi (kcal)	200	164
6134	Äppeljuice konc.	Aska	1	1
6134	Äppeljuice konc.	Selen	0,0	0,1
6134	Äppeljuice konc.	Zink	0,00	0,09
6134	Äppeljuice konc.	Natrium	17	5
6134	Äppeljuice konc.	Magnesium	20,5	13,0
6134	Äppeljuice konc.	Fritt socker	0	34
6134	Äppeljuice konc.	Salt	0	0
6134	Äppeljuice konc.	Niacin	0,6	0,5
6134	Äppeljuice konc.	Tiamin	0,0	0,0
6134	Äppeljuice konc.	Riboflavin	0,0	0,0
6145	Matvete kokt m. salt	Disackarider	0	0
6145	Matvete kokt m. salt	Summa mättade fettsyror	0	0
6145	Matvete kokt m. salt	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
6145	Matvete kokt m. salt	Summa fleromättade fettsyror	0	0
6145	Matvete kokt m. salt	Protein	4	5
6145	Matvete kokt m. salt	Vitamin K	0,4	0,4
6145	Matvete kokt m. salt	Salt	0	0
6146	Mathavre kokt m. salt	Disackarider	0	0
6146	Mathavre kokt m. salt	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6146	Mathavre kokt m. salt	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
6146	Mathavre kokt m. salt	Protein	6	6
6146	Mathavre kokt m. salt	Vitamin K	1,1	1,1
6146	Mathavre kokt m. salt	Salt	0	0
6154	Psylliumfröskal	Protein	1	1
6154	Psylliumfröskal	Vitamin K	2,9	2,9
6154	Psylliumfröskal	Salt	0	0
6157	Chiafrö	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
6157	Chiafrö	Summa mättade fettsyror	3	3
6157	Chiafrö	Protein	19	19
6158	Hampafrö m. skal	Disackarider	1	1
6158	Hampafrö m. skal	Monosackarider	1	1
6247	Barnmat potatis m. nötköttsgryta konserv.	Vitamin K	4,4	4,4
6248	Barnmat pastagrätäng m. fläskkött konserv.	Summa mättade fettsyror	1	1
6248	Barnmat pastagrätäng m. fläskkött konserv.	Summa enkelomättade fettsyror	1	1

6248	Barnmat pastagrätäng m. fläskkött konserv.	Summa fleromättade fettsyror	0	1
6248	Barnmat pastagrätäng m. fläskkött konserv.	Vitamin K	1,8	1,8
6249	Barnmat fiskgryta konserv.	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
6249	Barnmat fiskgryta konserv.	Summa mättade fettsyror	0	1
6249	Barnmat fiskgryta konserv.	Salt	0	0
6251	konserv.	Summa mättade fettsyror	1	1
6251	konserv.	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
6251	konserv.	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6251	konserv.	Protein	3	3
6251	konserv.	Vitamin K	4,7	4,7
6251	konserv.	Salt	0	0
6252	Barnmat frukt bär m. yoghurt konserv.	Summa fleromättade fettsyror	0	0
6252	Barnmat frukt bär m. yoghurt konserv.	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
6252	Barnmat frukt bär m. yoghurt konserv.	Summa mättade fettsyror	1	1
6252	Barnmat frukt bär m. yoghurt konserv.	Protein	2	2
6252	Barnmat frukt bär m. yoghurt konserv.	Salt	0	0
6253	Barnmat frukt bär m. yoghurt konserv. berikad	Summa mättade fettsyror	1	1
6253	Barnmat frukt bär m. yoghurt konserv. berikad	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
6253	Barnmat frukt bär m. yoghurt konserv. berikad	Summa fleromättade fettsyror	0	0
6253	Barnmat frukt bär m. yoghurt konserv. berikad	Protein	2	2
6253	Barnmat frukt bär m. yoghurt konserv. berikad	Salt	0	0
6254	Fruktstång fruktgodis	Summa fleromättade fettsyror	2	2
6254	Fruktstång fruktgodis	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
6254	Fruktstång fruktgodis	Summa mättade fettsyror	0	1
6254	Fruktstång fruktgodis	Vitamin K	5,7	5,7
6254	Fruktstång fruktgodis	Salt	0	0
6255	Fruktstång fruktgodis berikad	Summa mättade fettsyror	0	1
6255	Fruktstång fruktgodis berikad	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
6255	Fruktstång fruktgodis berikad	Summa fleromättade fettsyror	2	2
6277	frysvara	Summa fleromättade fettsyror	4	4
6277	frysvara	Summa enkelomättade fettsyror	6	7
6277	frysvara	Summa mättade fettsyror	1	1
6277	frysvara	Protein	18	18
6277	frysvara	Salt	2	2
6279	Soja- och veteprotein schnitzel kylvara el. frysvara	Summa mättade fettsyror	2	2
6279	Soja- och veteprotein schnitzel kylvara el. frysvara	Summa enkelomättade fettsyror	6	6
6279	Soja- och veteprotein schnitzel kylvara el. frysvara	Summa fleromättade fettsyror	5	5
6279	Soja- och veteprotein schnitzel kylvara el. frysvara	Protein	13	13
6279	Soja- och veteprotein schnitzel kylvara el. frysvara	Vitamin K	8,7	8,7
6279	Soja- och veteprotein schnitzel kylvara el. frysvara	Salt	1	1
6280	berikad	Summa fleromättade fettsyror	5	5
6280	berikad	Summa enkelomättade fettsyror	6	6
6280	berikad	Summa mättade fettsyror	2	2
6280	berikad	Protein	13	13
6280	berikad	Vitamin K	8,7	8,7
6280	berikad	Salt	1	1
6281	Svampprotein schnitzel kylvara el. frysvara	Summa mättade fettsyror	4	4
6281	Svampprotein schnitzel kylvara el. frysvara	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
6281	Svampprotein schnitzel kylvara el. frysvara	Summa fleromättade fettsyror	5	5
6281	Svampprotein schnitzel kylvara el. frysvara	Protein	12	12

6281	Svampprotein schnitzel kylvara el. frysvara	Vitamin K	2,7	2,7
6281	Svampprotein schnitzel kylvara el. frysvara	Salt	1	1
6282	Svampprotein färs bitar filé stekt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6282	Svampprotein färs bitar filé stekt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
6282	Svampprotein färs bitar filé stekt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
6282	Svampprotein färs bitar filé stekt (beräknat)	Salt	1	1
6283	Falafel kikärtskroetter stekta (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
6283	Falafel kikärtskroetter stekta (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	4	4
6283	Falafel kikärtskroetter stekta (beräknat)	Salt	1	1
6284	Falafel kikärtskroetter ugnstekta (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	4	4
6284	Falafel kikärtskroetter ugnstekta (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
6306	(beräknat)	Protein	22	22
6306	(beräknat)	Vitamin K	7,1	7,1
6306	(beräknat)	Salt	2	2
6307	(beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
6307	(beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	7	7
6307	(beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	4	4
6307	(beräknat)	Protein	21	21
6307	(beräknat)	Salt	2	2
6309	Soja- och veteprotein schnitzel stekt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	6	6
6309	Soja- och veteprotein schnitzel stekt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	9	9
6309	Soja- och veteprotein schnitzel stekt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
6309	Soja- och veteprotein schnitzel stekt (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,4	0,4
6309	Soja- och veteprotein schnitzel stekt (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,1	1,2
6309	Soja- och veteprotein schnitzel stekt (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,1	0,1
6309	Soja- och veteprotein schnitzel stekt (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,9	0,8
6309	Soja- och veteprotein schnitzel stekt (beräknat)	Linolsyra C18:2	5,0	5,1
6309	Soja- och veteprotein schnitzel stekt (beräknat)	Oljesyra C18:1	8,5	8,3
6309	Soja- och veteprotein schnitzel stekt (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,1
6309	Soja- och veteprotein schnitzel stekt (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,1	0,1
6309	Soja- och veteprotein schnitzel stekt (beräknat)	Fosfor	135	135
6309	Soja- och veteprotein schnitzel stekt (beräknat)	Protein	12	12
6309	Soja- och veteprotein schnitzel stekt (beräknat)	Vitamin K	14,5	
6309	Soja- och veteprotein schnitzel stekt (beräknat)	Vitamin E	6,0	6,1
6309	Soja- och veteprotein schnitzel stekt (beräknat)	β-Karoten	40	40
6309	Soja- och veteprotein schnitzel stekt (beräknat)	Vitamin A	4	4
6309	Soja- och veteprotein schnitzel stekt (beräknat)	Salt	1	1
6310	(beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
6310	(beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	6	6
6310	(beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	5	5
6310	(beräknat)	Protein	13	13
6310	(beräknat)	Vitamin K	8,8	8,8
6310	(beräknat)	Salt	1	1
6311	(beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	6	6
6311	(beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	9	9
6311	(beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
6311	(beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,4	0,4
6311	(beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,1	1,2
6311	(beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,1	0,1
6311	(beräknat)	Linolensyra C18:3	0,9	0,8

6311	(beräknat)	Linolsyra C18:2	5,0	5,1
6311	(beräknat)	Oljesyra C18:1	8,5	8,3
6311	(beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,1
6311	(beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,1	0,1
6311	(beräknat)	Fosfor	135	135
6311	(beräknat)	Protein	12	12
6311	(beräknat)	Vitamin K	14,5	
6311	(beräknat)	Vitamin E	6,0	6,1
6311	(beräknat)	β-Karoten	40	40
6311	(beräknat)	Vitamin A	4	4
6311	(beräknat)	Salt	1	1
6312	(beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
6312	(beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	7	7
6312	(beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	6	6
6312	(beräknat)	Protein	16	16
6312	(beräknat)	Vitamin K	10,6	10,6
6312	(beräknat)	Salt	2	2
6313	Svampprotein schnitzel ugnsstekt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	6	6
6313	Svampprotein schnitzel ugnsstekt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	6	6
6313	Svampprotein schnitzel ugnsstekt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	4	4
6313	Svampprotein schnitzel ugnsstekt (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,8	0,8
6313	Svampprotein schnitzel ugnsstekt (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	2,0	2,1
6361	Mexicanasoppa m. kyckling majs (beräknat)	Kolhydrater	6	6
6361	Mexicanasoppa m. kyckling majs (beräknat)	Retinol	1	1
6361	Mexicanasoppa m. kyckling majs (beräknat)	Natrium	297	297
6361	Mexicanasoppa m. kyckling majs (beräknat)	Vitamin A	8	8
6361	Mexicanasoppa m. kyckling majs (beräknat)	Salt	1	1
6361	Mexicanasoppa m. kyckling majs (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,5	1,5
6362	(beräknat)	Disackarider	1	1
6362	(beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6362	(beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
6362	(beräknat)	Summa mättade fettsyror	6	6
6362	(beräknat)	Protein	12	12
6362	(beräknat)	Kolhydrater	2	2
6362	(beräknat)	Avfall (skal etc.)	0	0
6362	(beräknat)	Salt	1	1
6364	Färsruta m. fetaost ugnsstekt (beräknat)	Kolesterol	61	61
6364	Färsruta m. fetaost ugnsstekt (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
6364	Färsruta m. fetaost ugnsstekt (beräknat)	Disackarider	0	0
6364	Färsruta m. fetaost ugnsstekt (beräknat)	Monosackarider	0	0
6364	Färsruta m. fetaost ugnsstekt (beräknat)	Energi (kJ)	912	929
6364	Färsruta m. fetaost ugnsstekt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	7	7
6364	Färsruta m. fetaost ugnsstekt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	5	6
6364	Färsruta m. fetaost ugnsstekt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6364	Färsruta m. fetaost ugnsstekt (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,5	0,5
6364	Färsruta m. fetaost ugnsstekt (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,7	0,7
6364	Färsruta m. fetaost ugnsstekt (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,2	0,2
6364	Färsruta m. fetaost ugnsstekt (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	3,4	3,5
6364	Färsruta m. fetaost ugnsstekt (beräknat)	Stearinsyra C18:0	1,8	1,9
6364	Färsruta m. fetaost ugnsstekt (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1

6364	Färsruta m. fetaost ugnsstekt (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
6364	Färsruta m. fetaost ugnsstekt (beräknat)	EPA (C20:5)	0,0	0,0
6364	Färsruta m. fetaost ugnsstekt (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
6364	Färsruta m. fetaost ugnsstekt (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
6364	Färsruta m. fetaost ugnsstekt (beräknat)	Vitamin B12	1,0	1,0
6364	Färsruta m. fetaost ugnsstekt (beräknat)	Folat	6	6
6364	Färsruta m. fetaost ugnsstekt (beräknat)	Socker totalt	1	1
6364	Färsruta m. fetaost ugnsstekt (beräknat)	Järn	1,8	1,8
6364	Färsruta m. fetaost ugnsstekt (beräknat)	Jod	10,6	10,5
6364	Färsruta m. fetaost ugnsstekt (beräknat)	Kalium	213	213
6364	Färsruta m. fetaost ugnsstekt (beräknat)	Kalcium	93,4	93,2
6364	Färsruta m. fetaost ugnsstekt (beräknat)	Magnesium	28,8	28,8
6364	Färsruta m. fetaost ugnsstekt (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
6364	Färsruta m. fetaost ugnsstekt (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,4	0,4
6364	Färsruta m. fetaost ugnsstekt (beräknat)	Oljesyra C18:1	4,7	4,9
6364	Färsruta m. fetaost ugnsstekt (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,6	0,6
6364	Färsruta m. fetaost ugnsstekt (beräknat)	Protein	21	20
6364	Färsruta m. fetaost ugnsstekt (beräknat)	Fibrer	0	0
6364	Färsruta m. fetaost ugnsstekt (beräknat)	Fett	14,5	15,0
6364	Färsruta m. fetaost ugnsstekt (beräknat)	Fosfor	191	191
6364	Färsruta m. fetaost ugnsstekt (beräknat)	Vitamin D	0,1	0,1
6364	Färsruta m. fetaost ugnsstekt (beräknat)	β-Karoten	25	24
6364	Färsruta m. fetaost ugnsstekt (beräknat)	Vitamin E	0,7	0,7
6364	Färsruta m. fetaost ugnsstekt (beräknat)	Aska	2	2
6364	Färsruta m. fetaost ugnsstekt (beräknat)	Energi (kcal)	218	222
6364	Färsruta m. fetaost ugnsstekt (beräknat)	Avfall (skal etc.)	1	0
6364	Färsruta m. fetaost ugnsstekt (beräknat)	Vatten	62	61
6364	Färsruta m. fetaost ugnsstekt (beräknat)	Kolhydrater	2	2
6364	Färsruta m. fetaost ugnsstekt (beräknat)	Retinol	53	53
6364	Färsruta m. fetaost ugnsstekt (beräknat)	Selen	5,0	5,0
6364	Färsruta m. fetaost ugnsstekt (beräknat)	Natrium	243	243
6364	Färsruta m. fetaost ugnsstekt (beräknat)	Vitamin A	55	55
6364	Färsruta m. fetaost ugnsstekt (beräknat)	Zink	4,31	4,30
6364	Färsruta m. fetaost ugnsstekt (beräknat)	Salt	1	1
6364	Färsruta m. fetaost ugnsstekt (beräknat)	Riboflavin	0,2	0,2
6364	Färsruta m. fetaost ugnsstekt (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
6364	Färsruta m. fetaost ugnsstekt (beräknat)	Niacin	3,6	3,6
6364	Färsruta m. fetaost ugnsstekt (beräknat)	Vitamin C	0	0
6364	Färsruta m. fetaost ugnsstekt (beräknat)	Niacinekvivalenter	7,5	7,5
6366	Fisk cornflakesfisk panerad ugnsstekt (beräknat)	Energi (kJ)	665	672
6366	Fisk cornflakesfisk panerad ugnsstekt (beräknat)	Disackarider	0	0
6366	Fisk cornflakesfisk panerad ugnsstekt (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
6366	Fisk cornflakesfisk panerad ugnsstekt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
6366	Fisk cornflakesfisk panerad ugnsstekt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
6366	Fisk cornflakesfisk panerad ugnsstekt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
6366	Fisk cornflakesfisk panerad ugnsstekt (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,1	0,2
6366	Fisk cornflakesfisk panerad ugnsstekt (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,4	0,5
6366	Fisk cornflakesfisk panerad ugnsstekt (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
6366	Fisk cornflakesfisk panerad ugnsstekt (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,0	0,0
6366	Fisk cornflakesfisk panerad ugnsstekt (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,5	0,4

6366	Fisk cornflakesfisk panerad ugnsstekt (beräknat)	Socker totalt	1	1
6366	Fisk cornflakesfisk panerad ugnsstekt (beräknat)	Jod	158,3	158,3
6366	Fisk cornflakesfisk panerad ugnsstekt (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,2	1,4
6366	Fisk cornflakesfisk panerad ugnsstekt (beräknat)	Oljesyra C18:1	3,5	3,5
6366	Fisk cornflakesfisk panerad ugnsstekt (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
6366	Fisk cornflakesfisk panerad ugnsstekt (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
6366	Fisk cornflakesfisk panerad ugnsstekt (beräknat)	Fosfor	219	219
6366	Fisk cornflakesfisk panerad ugnsstekt (beräknat)	Fett	6,6	6,8
6366	Fisk cornflakesfisk panerad ugnsstekt (beräknat)	Protein	18	18
6366	Fisk cornflakesfisk panerad ugnsstekt (beräknat)	Vitamin E	2,2	2,4
6366	Fisk cornflakesfisk panerad ugnsstekt (beräknat)	β-Karoten	12	7
6366	Fisk cornflakesfisk panerad ugnsstekt (beräknat)	Vitamin D	1,0	1,0
6366	Fisk cornflakesfisk panerad ugnsstekt (beräknat)	Kolhydrater	7	7
6366	Fisk cornflakesfisk panerad ugnsstekt (beräknat)	Vatten	67	67
6366	Fisk cornflakesfisk panerad ugnsstekt (beräknat)	Energi (kcal)	159	160
6366	Fisk cornflakesfisk panerad ugnsstekt (beräknat)	Aska	2	2
6366	Fisk cornflakesfisk panerad ugnsstekt (beräknat)	Vitamin A	20	12
6366	Fisk cornflakesfisk panerad ugnsstekt (beräknat)	Natrium	266	262
6366	Fisk cornflakesfisk panerad ugnsstekt (beräknat)	Retinol	19	11
6366	Fisk cornflakesfisk panerad ugnsstekt (beräknat)	Salt	1	1
6366	Fisk cornflakesfisk panerad ugnsstekt (beräknat)	Niacinekvalenter	5,9	5,9
6367	(beräknat)	Energi (kJ)	753	753
6367	(beräknat)	Summa mättade fettsyror	10	10
6367	(beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
6367	(beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6367	(beräknat)	Protein	11	11
6367	(beräknat)	Energi (kcal)	180	180
6367	(beräknat)	Salt	1	1
6368	Rödbetshummus (beräknat)	Monosackarider	0	0
6368	Rödbetshummus (beräknat)	Disackarider	4	4
6368	Rödbetshummus (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
6368	Rödbetshummus (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	7	7
6368	Rödbetshummus (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
6368	Rödbetshummus (beräknat)	Protein	4	4
6368	Rödbetshummus (beräknat)	Salt	1	1
6369	Ajvaryoghurt (beräknat)	Disackarider	3	3
6369	Ajvaryoghurt (beräknat)	Monosackarider	1	1
6369	Ajvaryoghurt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	4	4
6369	Ajvaryoghurt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
6369	Ajvaryoghurt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6369	Ajvaryoghurt (beräknat)	Socker totalt	4	4
6369	Ajvaryoghurt (beräknat)	Protein	3	3
6369	Ajvaryoghurt (beräknat)	Salt	2	2
6370	Karl-Alfredsås m. yoghurt spenat (beräknat)	Monosackarider	0	0
6370	Karl-Alfredsås m. yoghurt spenat (beräknat)	Disackarider	2	2
6370	Karl-Alfredsås m. yoghurt spenat (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	5	5
6370	Karl-Alfredsås m. yoghurt spenat (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	11	11
6370	Karl-Alfredsås m. yoghurt spenat (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
6370	Karl-Alfredsås m. yoghurt spenat (beräknat)	Protein	3	3
6391	Gryta kyckling tikka masala (beräknat)	Salt	1	1

6392	Senapskräm (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6392	Senapskräm (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	6	6
6392	Senapskräm (beräknat)	Kolhydrater	15	15
6392	Senapskräm (beräknat)	Salt	0	0
6393	Köttfärslåda (beräknat)	Kolesterol	36	36
6393	Köttfärslåda (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
6393	Köttfärslåda (beräknat)	Disackarider	1	1
6393	Köttfärslåda (beräknat)	Monosackarider	1	1
6393	Köttfärslåda (beräknat)	Energi (kJ)	521	522
6393	Köttfärslåda (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
6393	Köttfärslåda (beräknat)	Summa mättade fettsyror	3	3
6393	Köttfärslåda (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6393	Köttfärslåda (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,1	0,1
6393	Köttfärslåda (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,2	0,2
6393	Köttfärslåda (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
6393	Köttfärslåda (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,4	1,4
6393	Köttfärslåda (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,8	0,8
6393	Köttfärslåda (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
6393	Köttfärslåda (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
6393	Köttfärslåda (beräknat)	EPA (C20:5)	0,0	0,0
6393	Köttfärslåda (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
6393	Köttfärslåda (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
6393	Köttfärslåda (beräknat)	Vitamin B12	0,5	0,5
6393	Köttfärslåda (beräknat)	Folat	8	8
6393	Köttfärslåda (beräknat)	Socker totalt	2	2
6393	Köttfärslåda (beräknat)	Jod	27,9	27,9
6393	Köttfärslåda (beräknat)	Fosfor	110	110
6393	Köttfärslåda (beräknat)	Kalcium	48,4	48,4
6393	Köttfärslåda (beräknat)	Järn	1,1	1,1
6393	Köttfärslåda (beräknat)	Kalium	250	250
6393	Köttfärslåda (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
6393	Köttfärslåda (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,2	0,2
6393	Köttfärslåda (beräknat)	Oljesyra C18:1	2,4	2,4
6393	Köttfärslåda (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,4	0,5
6393	Köttfärslåda (beräknat)	Protein	9	9
6393	Köttfärslåda (beräknat)	Fibrer	1	1
6393	Köttfärslåda (beräknat)	Fett	6,4	6,4
6393	Köttfärslåda (beräknat)	Vitamin D	0,2	0,2
6393	Köttfärslåda (beräknat)	Retinol	24	23
6393	Köttfärslåda (beräknat)	β-Karoten	61	60
6393	Köttfärslåda (beräknat)	Vitamin E	0,8	0,8
6393	Köttfärslåda (beräknat)	Aska	2	2
6393	Köttfärslåda (beräknat)	Energi (kcal)	125	125
6393	Köttfärslåda (beräknat)	Avfall (skal etc.)	1	1
6393	Köttfärslåda (beräknat)	Vatten	75	75
6393	Köttfärslåda (beräknat)	Kolhydrater	8	8
6393	Köttfärslåda (beräknat)	Vitamin A	29	28
6393	Köttfärslåda (beräknat)	Magnesium	18,1	18,1
6393	Köttfärslåda (beräknat)	Natrium	277	277
6393	Köttfärslåda (beräknat)	Zink	1,75	1,75

6393	Köttfärslåda (beräknat)	Selen	3,8	3,8
6393	Köttfärslåda (beräknat)	Salt	1	1
6393	Köttfärslåda (beräknat)	Tillsatt socker	0	0
6393	Köttfärslåda (beräknat)	Fritt socker	0	0
6393	Köttfärslåda (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
6393	Köttfärslåda (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
6393	Köttfärslåda (beräknat)	Niacin	2,3	2,3
6393	Köttfärslåda (beräknat)	Vitamin C	6	6
6393	Köttfärslåda (beräknat)	Niacinekvivalenter	3,9	3,9
6395	Gryta svampprotein m. lätt crème fraiche bambuskött haricot verts paprika veg. (beräknat)	Disackarider	3	3
6395	Gryta svampprotein m. lätt crème fraiche bambuskött haricot verts paprika veg. (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
6395	Gryta svampprotein m. lätt crème fraiche bambuskött haricot verts paprika veg. (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
6395	Gryta svampprotein m. lätt crème fraiche bambuskött haricot verts paprika veg. (beräknat)	Summa mättade fettsyror	3	3
6395	Gryta svampprotein m. lätt crème fraiche bambuskött haricot verts paprika veg. (beräknat)	Protein	5	5
6395	Gryta svampprotein m. lätt crème fraiche bambuskött haricot verts paprika veg. (beräknat)	Kolhydrater	4	4
6395	Gryta svampprotein m. lätt crème fraiche bambuskött haricot verts paprika veg. (beräknat)	Avfall (skal etc.)	1	1
6395	Gryta svampprotein m. lätt crème fraiche bambuskött haricot verts paprika veg. (beräknat)	Salt	1	0
6396	Gryta svampprotein tikka masala veg. (beräknat)	Disackarider	1	1
6396	Gryta svampprotein tikka masala veg. (beräknat)	Monosackarider	0	0
6396	Gryta svampprotein tikka masala veg. (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	2
6396	Gryta svampprotein tikka masala veg. (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
6396	Gryta svampprotein tikka masala veg. (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6396	Gryta svampprotein tikka masala veg. (beräknat)	Protein	12	12
5837	Fisk m. apelsin chili ugnstek (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
5837	Fisk m. apelsin chili ugnstek (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
5837	Fisk m. apelsin chili ugnstek (beräknat)	Niacin	2,2	2,2
5837	Fisk m. apelsin chili ugnstek (beräknat)	Vitamin C	5	5
5837	Fisk m. apelsin chili ugnstek (beräknat)	Niacinekvivalenter	5,5	5,4
5847	Pulled pork gris m. marinad tillagad	Monosackarider	0	0
5847	Pulled pork gris m. marinad tillagad	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
5847	Pulled pork gris m. marinad tillagad	Summa mättade fettsyror	3	3
5847	Pulled pork gris m. marinad tillagad	Vitamin K	10,8	10,8
5859	Tropisk juice drickf.	Protein	0	0
5859	Tropisk juice drickf.	Salt	0	0
5860	Sojaböner färska förvällda u. skal	Summa mättade fettsyror	1	1
5860	Sojaböner färska förvällda u. skal	Protein	11	11
5860	Sojaböner färska förvällda u. skal	Salt	0	0
5861	Sparris grön kokt m. salt	Protein	2	2
5861	Sparris grön kokt m. salt	Salt	0	0
5969	Gris sidfläsk el. stekfläsk rimmat stekt	Salt	3	3
5970	Korv kabanoss tillagad kryddig kött 90%	Disackarider	0	0
5970	Korv kabanoss tillagad kryddig kött 90%	Monosackarider	0	0
5970	Korv kabanoss tillagad kryddig kött 90%	Summa mättade fettsyror	9	9
5970	Korv kabanoss tillagad kryddig kött 90%	Summa enkelomättade fettsyror	12	12
5970	Korv kabanoss tillagad kryddig kött 90%	Summa fleromättade fettsyror	3	3

5970	Korv kabanoss tillagad kryddig kött 90%	Protein	16	16
5970	Korv kabanoss tillagad kryddig kött 90%	Vitamin K	11,3	11,3
5973	Kryddblandning taco	Energi (kJ)	1559	1190
5973	Kryddblandning taco	Monosackarider	17	17
5973	Kryddblandning taco	Disackarider	7	7
5973	Kryddblandning taco	Kolhydrater	73	51
5973	Kryddblandning taco	Protein	6	6
5973	Kryddblandning taco	Aska	0	22
5973	Kryddblandning taco	Energi (kcal)	373	284
5973	Kryddblandning taco	Salt	20	20
5974	Bröd vitt vetetortilla	Disackarider	1	1
5974	Bröd vitt vetetortilla	Monosackarider	1	1
5974	Bröd vitt vetetortilla	Energi (kJ)	1313	1279
5974	Bröd vitt vetetortilla	Protein	8	8
5974	Bröd vitt vetetortilla	Kolhydrater	58	56
5974	Bröd vitt vetetortilla	Energi (kcal)	314	306
5974	Bröd vitt vetetortilla	Aska	0	2
5978	Gris färs tillagad u. salt	Summa enkelomättade fettsyror	9	9
5978	Gris färs tillagad u. salt	Summa fleromättade fettsyror	2	2
5978	Gris färs tillagad u. salt	Summa mättade fettsyror	8	8
5978	Gris färs tillagad u. salt	Vitamin K	9,8	9,8
5978	Gris färs tillagad u. salt	Salt	0	0
5999	Gris skinka innanlår tillagad	Summa mättade fettsyror	1	1
5999	Gris skinka innanlår tillagad	Summa fleromättade fettsyror	0	0
5999	Gris skinka innanlår tillagad	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
5999	Gris skinka innanlår tillagad	Vitamin K	7,1	7,1
5999	Gris skinka innanlår tillagad	Salt	0	0
6002	Gris skinkstek tillagad u. salt	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
6002	Gris skinkstek tillagad u. salt	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6002	Gris skinkstek tillagad u. salt	Summa mättade fettsyror	2	2
6002	Gris skinkstek tillagad u. salt	Salt	0	0
6003	Gris ytterfilé tillagad	Summa mättade fettsyror	2	2
6003	Gris ytterfilé tillagad	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6003	Gris ytterfilé tillagad	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
6003	Gris ytterfilé tillagad	Vitamin K	6,8	6,8
6003	Gris ytterfilé tillagad	Salt	1	1
6004	Gris fläskkotlett tillagad	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
6004	Gris fläskkotlett tillagad	Summa fleromättade fettsyror	0	1
6004	Gris fläskkotlett tillagad	Summa mättade fettsyror	2	2
6004	Gris fläskkotlett tillagad	Vitamin K	7,5	7,5
6090	Kvarg smaksatt sötningsm.	Protein	10	10
6090	Kvarg smaksatt sötningsm.	Salt	0	0
6091	Kvarg smaksatt m. socker	Disackarider	5	5
6091	Kvarg smaksatt m. socker	Monosackarider	3	3
6091	Kvarg smaksatt m. socker	Summa mättade fettsyror	0	0
6091	Kvarg smaksatt m. socker	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
6091	Kvarg smaksatt m. socker	Summa fleromättade fettsyror	0	0
6091	Kvarg smaksatt m. socker	Protein	10	10
6091	Kvarg smaksatt m. socker	Salt	0	0
6092	Drickyoghurt smaksatt fett ca 1% socker ca 8%	Monosackarider	1	1

6092	Drickyoghurt smaksatt fett ca 1% socker ca 8%	Disackarider	7	7
6092	Drickyoghurt smaksatt fett ca 1% socker ca 8%	Summa fleromättade fettsyror	0	0
6092	Drickyoghurt smaksatt fett ca 1% socker ca 8%	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
6092	Drickyoghurt smaksatt fett ca 1% socker ca 8%	Summa mättade fettsyror	1	1
6092	Drickyoghurt smaksatt fett ca 1% socker ca 8%	Protein	3	3
6092	Drickyoghurt smaksatt fett ca 1% socker ca 8%	Salt	0	0
6093	Drickyoghurt smaksatt fett ca 1% socker ca 11%	Disackarider	9	9
6093	Drickyoghurt smaksatt fett ca 1% socker ca 11%	Summa mättade fettsyror	1	1
6093	Drickyoghurt smaksatt fett ca 1% socker ca 11%	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
6093	Drickyoghurt smaksatt fett ca 1% socker ca 11%	Summa fleromättade fettsyror	0	0
6093	Drickyoghurt smaksatt fett ca 1% socker ca 11%	Protein	3	3
6093	Drickyoghurt smaksatt fett ca 1% socker ca 11%	Salt	0	0
6110	Frukostflingor fullkorn berikad typ Specialflingor	Monosackarider	1	1
6110	Frukostflingor fullkorn berikad typ Specialflingor	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6110	Frukostflingor fullkorn berikad typ Specialflingor	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
6110	Frukostflingor fullkorn berikad typ Specialflingor	Summa mättade fettsyror	0	1
6110	Frukostflingor fullkorn berikad typ Specialflingor	Protein	9	9
6110	Frukostflingor fullkorn berikad typ Specialflingor	Vitamin K	0,9	0,9
6110	Frukostflingor fullkorn berikad typ Specialflingor	Salt	1	1
6113	Yoghurt naturell fett 10%	Disackarider	3	3
6113	Yoghurt naturell fett 10%	Monosackarider	0	0
6113	Yoghurt naturell fett 10%	Summa mättade fettsyror	5	5
6113	Yoghurt naturell fett 10%	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
6113	Yoghurt naturell fett 10%	Summa fleromättade fettsyror	0	0
6113	Yoghurt naturell fett 10%	Protein	4	4
6113	Yoghurt naturell fett 10%	Vitamin K	2,7	2,7
6113	Yoghurt naturell fett 10%	Salt	0	0
6120	Pizza m. köttfärs frysvara	Monosackarider	2	2
6120	Pizza m. köttfärs frysvara	Disackarider	3	3
6120	Pizza m. köttfärs frysvara	Vitamin K	6,0	6,0
6120	Pizza m. köttfärs frysvara	Salt	1	1
6121	Pizza m. köttstek frysvara	Disackarider	4	4
6121	Pizza m. köttstek frysvara	Monosackarider	2	2
6121	Pizza m. köttstek frysvara	Vitamin K	5,2	5,2
6235	Välling för barn pulver majs osötad berikad	Summa fleromättade fettsyror	5	5
6235	Välling för barn pulver majs osötad berikad	Summa enkelomättade fettsyror	8	8
6235	Välling för barn pulver majs osötad berikad	Summa mättade fettsyror	4	4
6235	Välling för barn pulver majs osötad berikad	Protein	14	14
6235	Välling för barn pulver majs osötad berikad	Vitamin K	9,1	9,1
6235	Välling för barn pulver majs osötad berikad	Salt	0	0
6236	berikad	Summa mättade fettsyror	2	2
6236	berikad	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
6236	berikad	Summa fleromättade fettsyror	3	3
6236	berikad	Vitamin K	27,6	27,6
6236	berikad	Salt	0	0
6239	osötad berikad	Summa fleromättade fettsyror	4	4
6239	osötad berikad	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
6240	Barngröt pulver naturell fullkorn osötad berikad	Summa mättade fettsyror	3	3
6240	Barngröt pulver naturell fullkorn osötad berikad	Summa fleromättade fettsyror	5	5
6240	Barngröt pulver naturell fullkorn osötad berikad	Protein	16	16

6240	Barngröt pulver naturell fullkorn osötad berikad	Vitamin K	14,8	14,8
6240	Barngröt pulver naturell fullkorn osötad berikad	Salt	0	0
6245	Barnmat pasta couscous m. kyckling konserv.	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6245	Barnmat pasta couscous m. kyckling konserv.	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
6245	Barnmat pasta couscous m. kyckling konserv.	Summa mättade fettsyror	0	0
6245	Barnmat pasta couscous m. kyckling konserv.	Salt	0	0
6246	Barnmat spagetti m. köttfärssås konserv.	Summa mättade fettsyror	1	1
6246	Barnmat spagetti m. köttfärssås konserv.	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
6246	Barnmat spagetti m. köttfärssås konserv.	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6246	Barnmat spagetti m. köttfärssås konserv.	Vitamin K	4,9	4,9
6246	Barnmat spagetti m. köttfärssås konserv.	Salt	0	0
6247	Barnmat potatis m. nötköttsgryta konserv.	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6247	Barnmat potatis m. nötköttsgryta konserv.	Summa mättade fettsyror	1	1
6268	Soja- och veteprotein färs frysvara	Protein	19	19
6268	Soja- och veteprotein färs frysvara	Vitamin K	5,1	5,1
6270	Sojaprotein bullar kylvara el. frysvara	Summa fleromättade fettsyror	3	3
6270	Sojaprotein bullar kylvara el. frysvara	Summa enkelomättade fettsyror	6	6
6270	Sojaprotein bullar kylvara el. frysvara	Summa mättade fettsyror	1	1
6270	Sojaprotein bullar kylvara el. frysvara	Protein	14	14
6272	Svampprotein bullar frysvara	Summa mättade fettsyror	2	2
6272	Svampprotein bullar frysvara	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
6272	Svampprotein bullar frysvara	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6272	Svampprotein bullar frysvara	Salt	1	1
6273	Svampprotein nugget kylvara el. frysvara	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
6273	Svampprotein nugget kylvara el. frysvara	Summa mättade fettsyror	1	1
6273	Svampprotein nugget kylvara el. frysvara	Vitamin K	1,2	1,2
6274	Sojaprotein nugget kylvara el. frysvara	Summa mättade fettsyror	1	1
6274	Sojaprotein nugget kylvara el. frysvara	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
6274	Sojaprotein nugget kylvara el. frysvara	Summa fleromättade fettsyror	5	5
6274	Sojaprotein nugget kylvara el. frysvara	Protein	11	11
6274	Sojaprotein nugget kylvara el. frysvara	Vitamin K	6,6	6,6
6274	Sojaprotein nugget kylvara el. frysvara	Salt	1	1
6275	Soja- och veteprotein nugget kylvara el. frysvara	Summa fleromättade fettsyror	5	5
6275	Soja- och veteprotein nugget kylvara el. frysvara	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
6275	Soja- och veteprotein nugget kylvara el. frysvara	Summa mättade fettsyror	1	1
6275	Soja- och veteprotein nugget kylvara el. frysvara	Protein	19	19
6275	Soja- och veteprotein nugget kylvara el. frysvara	Vitamin K	6,1	6,1
6275	Soja- och veteprotein nugget kylvara el. frysvara	Salt	1	2
6276	berikad	Summa mättade fettsyror	1	1
6276	berikad	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
6276	berikad	Summa fleromättade fettsyror	5	5
6276	berikad	Protein	19	19
6276	berikad	Vitamin K	6,1	6,1
6276	berikad	Salt	1	2
6299	Svampprotein nugget stekt (beräknat)	Vitamin A	1	1
6300	Svampprotein nugget ugnsstekt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
6300	Svampprotein nugget ugnsstekt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
6300	Svampprotein nugget ugnsstekt (beräknat)	Vitamin K	1,4	1,5
6301	Sojaprotein nugget stekt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
6301	Sojaprotein nugget stekt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	8	8

6301	Sojaprotein nugget stekt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	7	7
6301	Sojaprotein nugget stekt (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,0	0,0
6301	Sojaprotein nugget stekt (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,9	1,0
6301	Sojaprotein nugget stekt (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,5	0,5
6301	Sojaprotein nugget stekt (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,9	0,8
6301	Sojaprotein nugget stekt (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,1	0,1
6301	Sojaprotein nugget stekt (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
6301	Sojaprotein nugget stekt (beräknat)	Oljesyra C18:1	8,2	8,1
6301	Sojaprotein nugget stekt (beräknat)	Linolsyra C18:2	5,7	5,9
6301	Sojaprotein nugget stekt (beräknat)	Protein	13	13
6301	Sojaprotein nugget stekt (beräknat)	Fosfor	178	178
6301	Sojaprotein nugget stekt (beräknat)	β-Karoten	13	13
6301	Sojaprotein nugget stekt (beräknat)	Vitamin E	6,0	6,1
6301	Sojaprotein nugget stekt (beräknat)	Vitamin K	14,4	
6301	Sojaprotein nugget stekt (beräknat)	Vitamin A	1	1
6301	Sojaprotein nugget stekt (beräknat)	Salt	1	1
6302	Sojaprotein nugget ugnsstekt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	5	5
6302	Sojaprotein nugget ugnsstekt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
6302	Sojaprotein nugget ugnsstekt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
6302	Sojaprotein nugget ugnsstekt (beräknat)	Protein	13	13
6302	Sojaprotein nugget ugnsstekt (beräknat)	Vitamin K	7,8	7,7
6302	Sojaprotein nugget ugnsstekt (beräknat)	Salt	1	1
6303	Soja- och veteprotein nugget stekt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
6303	Soja- och veteprotein nugget stekt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	8	8
6303	Soja- och veteprotein nugget stekt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	7	7
6303	Soja- och veteprotein nugget stekt (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,0	0,0
6303	Soja- och veteprotein nugget stekt (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,0	1,1
6303	Soja- och veteprotein nugget stekt (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,4	0,4
6303	Soja- och veteprotein nugget stekt (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,8	0,6
6303	Soja- och veteprotein nugget stekt (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,1	0,1
6303	Soja- och veteprotein nugget stekt (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
6303	Soja- och veteprotein nugget stekt (beräknat)	Oljesyra C18:1	8,3	8,1
6303	Soja- och veteprotein nugget stekt (beräknat)	Linolsyra C18:2	6,3	6,5
6303	Soja- och veteprotein nugget stekt (beräknat)	Protein	20	20
6303	Soja- och veteprotein nugget stekt (beräknat)	Fosfor	176	176
6303	Soja- och veteprotein nugget stekt (beräknat)	β-Karoten	13	13
6303	Soja- och veteprotein nugget stekt (beräknat)	Vitamin E	7,9	7,9
6303	Soja- och veteprotein nugget stekt (beräknat)	Vitamin K	13,7	
6303	Soja- och veteprotein nugget stekt (beräknat)	Vitamin A	1	1
6303	Soja- och veteprotein nugget stekt (beräknat)	Salt	2	2
6304	Soja- och veteprotein nugget ugnsstekt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	6	6
6304	Soja- och veteprotein nugget ugnsstekt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
6304	Soja- och veteprotein nugget ugnsstekt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
6304	Soja- och veteprotein nugget ugnsstekt (beräknat)	Protein	22	22
6304	Soja- och veteprotein nugget ugnsstekt (beräknat)	Vitamin K	7,1	7,1
6304	Soja- och veteprotein nugget ugnsstekt (beräknat)	Salt	2	2
6305	(beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
6305	(beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	8	8
6305	(beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	7	7
6305	(beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,0	0,0

6305	(beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,0	1,1
6305	(beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,4	0,4
6305	(beräknat)	Linolensyra C18:3	0,8	0,6
6305	(beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,1	0,1
6305	(beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
6305	(beräknat)	Oljesyra C18:1	8,3	8,1
6305	(beräknat)	Linolsyra C18:2	6,3	6,5
6305	(beräknat)	Protein	20	20
6305	(beräknat)	Fosfor	176	176
6305	(beräknat)	β-Karoten	13	13
6305	(beräknat)	Vitamin E	7,9	7,9
6305	(beräknat)	Vitamin K	13,7	
6305	(beräknat)	Vitamin A	1	1
6305	(beräknat)	Salt	2	2
6306	(beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	6	6
6306	(beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
6306	(beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
6355	(beräknat)	Protein	18	18
6355	(beräknat)	Avfall (skal etc.)	0	0
6355	(beräknat)	Kolhydrater	4	4
6355	(beräknat)	Salt	2	2
6356	Cowboysoppa m. potatis köttfärs (beräknat)	Energi (kJ)	473	460
6356	Cowboysoppa m. potatis köttfärs (beräknat)	Monosackarider	1	1
6356	Cowboysoppa m. potatis köttfärs (beräknat)	Disackarider	2	2
6356	Cowboysoppa m. potatis köttfärs (beräknat)	Kolesterol	24	23
6356	Cowboysoppa m. potatis köttfärs (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,2	0,2
6356	Cowboysoppa m. potatis köttfärs (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
6356	Cowboysoppa m. potatis köttfärs (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
6356	Cowboysoppa m. potatis köttfärs (beräknat)	Summa mättade fettsyror	3	3
6356	Cowboysoppa m. potatis köttfärs (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,8	0,7
6356	Cowboysoppa m. potatis köttfärs (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,7	1,6
6356	Cowboysoppa m. potatis köttfärs (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,1	0,1
6356	Cowboysoppa m. potatis köttfärs (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,4	0,4
6356	Cowboysoppa m. potatis köttfärs (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
6356	Cowboysoppa m. potatis köttfärs (beräknat)	EPA (C20:5)	0,0	0,0
6356	Cowboysoppa m. potatis köttfärs (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
6356	Cowboysoppa m. potatis köttfärs (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,0
6356	Cowboysoppa m. potatis köttfärs (beräknat)	Socker totalt	4	4
6356	Cowboysoppa m. potatis köttfärs (beräknat)	Folat	13	13
6356	Cowboysoppa m. potatis köttfärs (beräknat)	Vitamin B12	0,5	0,5
6356	Cowboysoppa m. potatis köttfärs (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
6356	Cowboysoppa m. potatis köttfärs (beräknat)	Magnesium	17,6	17,6
6356	Cowboysoppa m. potatis köttfärs (beräknat)	Kalcium	64,5	64,9
6356	Cowboysoppa m. potatis köttfärs (beräknat)	Kalium	244	245
6356	Cowboysoppa m. potatis köttfärs (beräknat)	Jod		16,8
6356	Cowboysoppa m. potatis köttfärs (beräknat)	Järn	0,6	0,6
6356	Cowboysoppa m. potatis köttfärs (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,2	0,2
6356	Cowboysoppa m. potatis köttfärs (beräknat)	Oljesyra C18:1	2,0	1,9
6356	Cowboysoppa m. potatis köttfärs (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,2	0,2
6356	Cowboysoppa m. potatis köttfärs (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0

6356	Cowboysoppa m. potatis köttfärs (beräknat)	Fosfor	104	104
6356	Cowboysoppa m. potatis köttfärs (beräknat)	Fett	6,5	6,1
6356	Cowboysoppa m. potatis köttfärs (beräknat)	Fibrer	1	1
6356	Cowboysoppa m. potatis köttfärs (beräknat)	Protein	7	7
6356	Cowboysoppa m. potatis köttfärs (beräknat)	Vitamin E	0,7	0,7
6356	Cowboysoppa m. potatis köttfärs (beräknat)	β-Karoten	119	116
6356	Cowboysoppa m. potatis köttfärs (beräknat)	Vitamin D	0,4	0,4
6356	Cowboysoppa m. potatis köttfärs (beräknat)	Kolhydrater	7	7
6356	Cowboysoppa m. potatis köttfärs (beräknat)	Vatten	78	78
6356	Cowboysoppa m. potatis köttfärs (beräknat)	Avfall (skal etc.)	5	5
6356	Cowboysoppa m. potatis köttfärs (beräknat)	Energi (kcal)	113	110
6356	Cowboysoppa m. potatis köttfärs (beräknat)	Aska	1	1
6356	Cowboysoppa m. potatis köttfärs (beräknat)	Zink	1,31	1,31
6356	Cowboysoppa m. potatis köttfärs (beräknat)	Vitamin A	43	39
6356	Cowboysoppa m. potatis köttfärs (beräknat)	Natrium	119	119
6356	Cowboysoppa m. potatis köttfärs (beräknat)	Selen	2,4	2,4
6356	Cowboysoppa m. potatis köttfärs (beräknat)	Retinol	32	29
6356	Cowboysoppa m. potatis köttfärs (beräknat)	Salt	0	0
6356	Cowboysoppa m. potatis köttfärs (beräknat)	Niacinekvivalenter	3,0	3,0
6356	Cowboysoppa m. potatis köttfärs (beräknat)	Vitamin C	14	14
6356	Cowboysoppa m. potatis köttfärs (beräknat)	Niacin	1,7	1,7
6356	Cowboysoppa m. potatis köttfärs (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
6356	Cowboysoppa m. potatis köttfärs (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
6357	Fransk bondsoppa m. fläsk rotfrukter (beräknat)	Disackarider	2	2
6357	Fransk bondsoppa m. fläsk rotfrukter (beräknat)	Monosackarider	1	1
6357	Fransk bondsoppa m. fläsk rotfrukter (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
6357	Fransk bondsoppa m. fläsk rotfrukter (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
6357	Fransk bondsoppa m. fläsk rotfrukter (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
6357	Fransk bondsoppa m. fläsk rotfrukter (beräknat)	Protein	2	2
6357	Fransk bondsoppa m. fläsk rotfrukter (beräknat)	Kolhydrater	6	6
6357	Fransk bondsoppa m. fläsk rotfrukter (beräknat)	Salt	1	1
6358	(beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6358	(beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
6358	(beräknat)	Summa mättade fettsyror	8	8
6358	(beräknat)	Kolhydrater	4	4
6358	(beräknat)	Salt	2	2
6359	Hedvigsoppa m. vitkål nötfärs morot (beräknat)	Disackarider	1	1
6359	Hedvigsoppa m. vitkål nötfärs morot (beräknat)	Energi (kJ)	246	246
6359	Hedvigsoppa m. vitkål nötfärs morot (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
6359	Hedvigsoppa m. vitkål nötfärs morot (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
6359	Hedvigsoppa m. vitkål nötfärs morot (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
6359	Hedvigsoppa m. vitkål nötfärs morot (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
6359	Hedvigsoppa m. vitkål nötfärs morot (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,1	0,1
6359	Hedvigsoppa m. vitkål nötfärs morot (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
6359	Hedvigsoppa m. vitkål nötfärs morot (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,6	0,6
6359	Hedvigsoppa m. vitkål nötfärs morot (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,4	0,4
6359	Hedvigsoppa m. vitkål nötfärs morot (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,0	0,0
6359	Hedvigsoppa m. vitkål nötfärs morot (beräknat)	Socker totalt	3	3
6359	Hedvigsoppa m. vitkål nötfärs morot (beräknat)	Jod	11,0	11,0
6359	Hedvigsoppa m. vitkål nötfärs morot (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0

6359	Hedvigsoppa m. vitkål nötfärs morot (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
6359	Hedvigsoppa m. vitkål nötfärs morot (beräknat)	Oljesyra C18:1	1,0	1,0
6359	Hedvigsoppa m. vitkål nötfärs morot (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,1	0,1
6359	Hedvigsoppa m. vitkål nötfärs morot (beräknat)	Protein	5	5
6359	Hedvigsoppa m. vitkål nötfärs morot (beräknat)	Fett	2,7	2,7
6359	Hedvigsoppa m. vitkål nötfärs morot (beräknat)	Fosfor	54	54
6359	Hedvigsoppa m. vitkål nötfärs morot (beräknat)	Vitamin D	0,0	0,0
6359	Hedvigsoppa m. vitkål nötfärs morot (beräknat)	β-Karoten	1034	1034
6359	Hedvigsoppa m. vitkål nötfärs morot (beräknat)	Vitamin E	0,3	0,3
6359	Hedvigsoppa m. vitkål nötfärs morot (beräknat)	Aska	1	1
6359	Hedvigsoppa m. vitkål nötfärs morot (beräknat)	Energi (kcal)	59	59
6359	Hedvigsoppa m. vitkål nötfärs morot (beräknat)	Avfall (skal etc.)	5	4
6359	Hedvigsoppa m. vitkål nötfärs morot (beräknat)	Vatten	87	87
6359	Hedvigsoppa m. vitkål nötfärs morot (beräknat)	Kolhydrater	3	3
6359	Hedvigsoppa m. vitkål nötfärs morot (beräknat)	Retinol	2	2
6359	Hedvigsoppa m. vitkål nötfärs morot (beräknat)	Natrium	317	317
6359	Hedvigsoppa m. vitkål nötfärs morot (beräknat)	Vitamin A	105	104
6359	Hedvigsoppa m. vitkål nötfärs morot (beräknat)	Salt	1	1
6359	Hedvigsoppa m. vitkål nötfärs morot (beräknat)	Niacinekvivalenter	2,3	2,3
6360	Nikkaluoktasoppa m. vitkål nötfärs (beräknat)	Energi (kJ)	262	263
6360	Nikkaluoktasoppa m. vitkål nötfärs (beräknat)	Monosackarider	1	1
6360	Nikkaluoktasoppa m. vitkål nötfärs (beräknat)	Disackarider	0	0
6360	Nikkaluoktasoppa m. vitkål nötfärs (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
6360	Nikkaluoktasoppa m. vitkål nötfärs (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
6360	Nikkaluoktasoppa m. vitkål nötfärs (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
6360	Nikkaluoktasoppa m. vitkål nötfärs (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
6360	Nikkaluoktasoppa m. vitkål nötfärs (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,4	0,4
6360	Nikkaluoktasoppa m. vitkål nötfärs (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,7	0,7
6360	Nikkaluoktasoppa m. vitkål nötfärs (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
6360	Nikkaluoktasoppa m. vitkål nötfärs (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,1	0,1
6360	Nikkaluoktasoppa m. vitkål nötfärs (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
6360	Nikkaluoktasoppa m. vitkål nötfärs (beräknat)	Socker totalt	1	1
6360	Nikkaluoktasoppa m. vitkål nötfärs (beräknat)	Jod	14,3	14,3
6360	Nikkaluoktasoppa m. vitkål nötfärs (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,3	0,3
6360	Nikkaluoktasoppa m. vitkål nötfärs (beräknat)	Oljesyra C18:1	1,6	1,6
6360	Nikkaluoktasoppa m. vitkål nötfärs (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
6360	Nikkaluoktasoppa m. vitkål nötfärs (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
6360	Nikkaluoktasoppa m. vitkål nötfärs (beräknat)	Fosfor	54	54
6360	Nikkaluoktasoppa m. vitkål nötfärs (beräknat)	Fett	3,8	3,8
6360	Nikkaluoktasoppa m. vitkål nötfärs (beräknat)	Protein	5	5
6360	Nikkaluoktasoppa m. vitkål nötfärs (beräknat)	Vitamin E	0,5	0,5
6360	Nikkaluoktasoppa m. vitkål nötfärs (beräknat)	β-Karoten	38	37
6360	Nikkaluoktasoppa m. vitkål nötfärs (beräknat)	Vitamin D	0,1	0,1
6360	Nikkaluoktasoppa m. vitkål nötfärs (beräknat)	Kolhydrater	2	2
6360	Nikkaluoktasoppa m. vitkål nötfärs (beräknat)	Vatten	87	87
6360	Nikkaluoktasoppa m. vitkål nötfärs (beräknat)	Energi (kcal)	63	63
6360	Nikkaluoktasoppa m. vitkål nötfärs (beräknat)	Aska	2	2
6360	Nikkaluoktasoppa m. vitkål nötfärs (beräknat)	Vitamin A	9	7
6360	Nikkaluoktasoppa m. vitkål nötfärs (beräknat)	Natrium	588	587
6360	Nikkaluoktasoppa m. vitkål nötfärs (beräknat)	Retinol	5	4

6360	Nikkaluoktasoppa m. vitkål nötfärs (beräknat)	Salt	1	1
6360	Nikkaluoktasoppa m. vitkål nötfärs (beräknat)	Niacinekvivalenter	2,3	2,3
6361	Mexicanasoppa m. kyckling majs (beräknat)	Disackarider	1	1
6361	Mexicanasoppa m. kyckling majs (beräknat)	Monosackarider	1	1
6361	Mexicanasoppa m. kyckling majs (beräknat)	Energi (kJ)	175	175
6361	Mexicanasoppa m. kyckling majs (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
6361	Mexicanasoppa m. kyckling majs (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
6361	Mexicanasoppa m. kyckling majs (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
6361	Mexicanasoppa m. kyckling majs (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
6361	Mexicanasoppa m. kyckling majs (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,0	0,0
6361	Mexicanasoppa m. kyckling majs (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
6361	Mexicanasoppa m. kyckling majs (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,1	0,1
6361	Mexicanasoppa m. kyckling majs (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,0	0,0
6361	Mexicanasoppa m. kyckling majs (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,0	0,0
6361	Mexicanasoppa m. kyckling majs (beräknat)	Socker totalt	2	2
6361	Mexicanasoppa m. kyckling majs (beräknat)	Järn	0,3	0,2
6361	Mexicanasoppa m. kyckling majs (beräknat)	Jod	4,8	4,8
6361	Mexicanasoppa m. kyckling majs (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
6361	Mexicanasoppa m. kyckling majs (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
6361	Mexicanasoppa m. kyckling majs (beräknat)	Oljesyra C18:1	0,1	0,1
6361	Mexicanasoppa m. kyckling majs (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,1	0,1
6361	Mexicanasoppa m. kyckling majs (beräknat)	Protein	2	2
6361	Mexicanasoppa m. kyckling majs (beräknat)	Fett	0,5	0,5
6361	Mexicanasoppa m. kyckling majs (beräknat)	Fosfor	39	39
6361	Mexicanasoppa m. kyckling majs (beräknat)	Vitamin D	0,0	0,0
6361	Mexicanasoppa m. kyckling majs (beräknat)	β-Karoten	88	87
6361	Mexicanasoppa m. kyckling majs (beräknat)	Vitamin E	0,3	0,3
6361	Mexicanasoppa m. kyckling majs (beräknat)	Aska	1	1
6361	Mexicanasoppa m. kyckling majs (beräknat)	Energi (kcal)	42	42
6361	Mexicanasoppa m. kyckling majs (beräknat)	Avfall (skal etc.)	2	2
6361	Mexicanasoppa m. kyckling majs (beräknat)	Vatten	89	89
6385	Gratäng m. kassler ananas ost (beräknat)	Energi (kcal)	129	129
6385	Gratäng m. kassler ananas ost (beräknat)	Salt	3	3
6386	Gryta fiskgryta brasiliansk fiskgryta m. kokosmjölk krossad tomat paprika (beräknat)	Energi (kJ)	560	568
6386	Gryta fiskgryta brasiliansk fiskgryta m. kokosmjölk krossad tomat paprika (beräknat)	Monosackarider	2	2
6386	Gryta fiskgryta brasiliansk fiskgryta m. kokosmjölk krossad tomat paprika (beräknat)	Disackarider	1	1
6386	Gryta fiskgryta brasiliansk fiskgryta m. kokosmjölk krossad tomat paprika (beräknat)	DHA (C22:6)	0,1	0,1
6386	Gryta fiskgryta brasiliansk fiskgryta m. kokosmjölk krossad tomat paprika (beräknat)	Kolesterol	23	23
6386	Gryta fiskgryta brasiliansk fiskgryta m. kokosmjölk krossad tomat paprika (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,9	0,9
6386	Gryta fiskgryta brasiliansk fiskgryta m. kokosmjölk krossad tomat paprika (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6386	Gryta fiskgryta brasiliansk fiskgryta m. kokosmjölk krossad tomat paprika (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
6386	Gryta fiskgryta brasiliansk fiskgryta m. kokosmjölk krossad tomat paprika (beräknat)	Summa mättade fettsyror	6	6
6386	Gryta fiskgryta brasiliansk fiskgryta m. kokosmjölk krossad tomat paprika (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,2	0,2

6386	Gryta fiskgryta brasiliansk fiskgryta m. kokosmjölk krossad tomat paprika (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,8	0,8
6386	Gryta fiskgryta brasiliansk fiskgryta m. kokosmjölk krossad tomat paprika (beräknat)	Laurinsyra C12:0	2,7	2,7
6386	Gryta fiskgryta brasiliansk fiskgryta m. kokosmjölk krossad tomat paprika (beräknat)	Myristinsyra C14:0	1,1	1,1
6386	Gryta fiskgryta brasiliansk fiskgryta m. kokosmjölk krossad tomat paprika (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
6386	Gryta fiskgryta brasiliansk fiskgryta m. kokosmjölk krossad tomat paprika (beräknat)	EPA (C20:5)	0,1	0,1
6386	Gryta fiskgryta brasiliansk fiskgryta m. kokosmjölk krossad tomat paprika (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
6386	Gryta fiskgryta brasiliansk fiskgryta m. kokosmjölk krossad tomat paprika (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,2
6386	Gryta fiskgryta brasiliansk fiskgryta m. kokosmjölk krossad tomat paprika (beräknat)	Socker totalt	3	3
6386	Gryta fiskgryta brasiliansk fiskgryta m. kokosmjölk krossad tomat paprika (beräknat)	Folat	15	15
6386	Gryta fiskgryta brasiliansk fiskgryta m. kokosmjölk krossad tomat paprika (beräknat)	Vitamin B12	0,9	0,9
6386	Gryta fiskgryta brasiliansk fiskgryta m. kokosmjölk krossad tomat paprika (beräknat)	Vitamin B6	0,2	0,2
6386	Gryta fiskgryta brasiliansk fiskgryta m. kokosmjölk krossad tomat paprika (beräknat)	Kalium	285	282
6386	Gryta fiskgryta brasiliansk fiskgryta m. kokosmjölk krossad tomat paprika (beräknat)	Järn	0,8	0,8
6386	Gryta fiskgryta brasiliansk fiskgryta m. kokosmjölk krossad tomat paprika (beräknat)	Kalcium	22,5	21,9
6386	Gryta fiskgryta brasiliansk fiskgryta m. kokosmjölk krossad tomat paprika (beräknat)	Fosfor	128	126
6386	Gryta fiskgryta brasiliansk fiskgryta m. kokosmjölk krossad tomat paprika (beräknat)	Jod		45,4
6386	Gryta fiskgryta brasiliansk fiskgryta m. kokosmjölk krossad tomat paprika (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,5	0,5
6386	Gryta fiskgryta brasiliansk fiskgryta m. kokosmjölk krossad tomat paprika (beräknat)	Oljesyra C18:1	1,4	1,5
6386	Gryta fiskgryta brasiliansk fiskgryta m. kokosmjölk krossad tomat paprika (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
6386	Gryta fiskgryta brasiliansk fiskgryta m. kokosmjölk krossad tomat paprika (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
6386	Gryta fiskgryta brasiliansk fiskgryta m. kokosmjölk krossad tomat paprika (beräknat)	Fett	9,0	9,2
6386	Gryta fiskgryta brasiliansk fiskgryta m. kokosmjölk krossad tomat paprika (beräknat)	Fibrer	1	1
6386	Gryta fiskgryta brasiliansk fiskgryta m. kokosmjölk krossad tomat paprika (beräknat)	Protein	9	9
6386	Gryta fiskgryta brasiliansk fiskgryta m. kokosmjölk krossad tomat paprika (beräknat)	Vitamin E	1,9	2,0
6386	Gryta fiskgryta brasiliansk fiskgryta m. kokosmjölk krossad tomat paprika (beräknat)	β-Karoten	233	233
6386	Gryta fiskgryta brasiliansk fiskgryta m. kokosmjölk krossad tomat paprika (beräknat)	Retinol	2	3
6386	Gryta fiskgryta brasiliansk fiskgryta m. kokosmjölk krossad tomat paprika (beräknat)	Vitamin D	1,3	1,3
6386	Gryta fiskgryta brasiliansk fiskgryta m. kokosmjölk krossad tomat paprika (beräknat)	Kolhydrater	4	4
6386	Gryta fiskgryta brasiliansk fiskgryta m. kokosmjölk krossad tomat paprika (beräknat)	Vatten	76	75
6386	Gryta fiskgryta brasiliansk fiskgryta m. kokosmjölk krossad tomat paprika (beräknat)	Avfall (skal etc.)	17	13

6386	Gryta fiskgryta brasiliansk fiskgryta m. kokosmjölk krossad tomat paprika (beräknat)	Energi (kcal)	134	136
6386	Gryta fiskgryta brasiliansk fiskgryta m. kokosmjölk krossad tomat paprika (beräknat)	Aska	1	1
6386	Gryta fiskgryta brasiliansk fiskgryta m. kokosmjölk krossad tomat paprika (beräknat)	Selen	8,7	8,3
6386	Gryta fiskgryta brasiliansk fiskgryta m. kokosmjölk krossad tomat paprika (beräknat)	Zink	0,47	0,46
6386	Gryta fiskgryta brasiliansk fiskgryta m. kokosmjölk krossad tomat paprika (beräknat)	Natrium	169	168
6386	Gryta fiskgryta brasiliansk fiskgryta m. kokosmjölk krossad tomat paprika (beräknat)	Magnesium	27,7	27,6
6386	Gryta fiskgryta brasiliansk fiskgryta m. kokosmjölk krossad tomat paprika (beräknat)	Vitamin A	22	23
6386	Gryta fiskgryta brasiliansk fiskgryta m. kokosmjölk krossad tomat paprika (beräknat)	Fritt socker	0	0
6386	Gryta fiskgryta brasiliansk fiskgryta m. kokosmjölk krossad tomat paprika (beräknat)	Salt	0	0
6386	Gryta fiskgryta brasiliansk fiskgryta m. kokosmjölk krossad tomat paprika (beräknat)	Niacinekvivalenter	4,1	4,2
6386	Gryta fiskgryta brasiliansk fiskgryta m. kokosmjölk krossad tomat paprika (beräknat)	Vitamin C	21	21
6386	Gryta fiskgryta brasiliansk fiskgryta m. kokosmjölk krossad tomat paprika (beräknat)	Niacin	2,6	2,7
6386	Gryta fiskgryta brasiliansk fiskgryta m. kokosmjölk krossad tomat paprika (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
6386	Gryta fiskgryta brasiliansk fiskgryta m. kokosmjölk krossad tomat paprika (beräknat)	Riboflavin	0,0	0,0
6387	(beräknat)	Disackarider	1	1
6387	(beräknat)	Monosackarider	0	0
6387	(beräknat)	Summa mättade fettsyror	4	4
6387	(beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
6387	(beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
6387	(beräknat)	Socker totalt	1	1
6387	(beräknat)	Protein	11	11
6387	(beräknat)	Kolhydrater	3	3
6387	(beräknat)	Salt	1	1
6388	gräddfil (beräknat)	Energi (kJ)	470	466
6388	gräddfil (beräknat)	Monosackarider	1	1
6388	gräddfil (beräknat)	Disackarider	1	1
6388	gräddfil (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,2	0,2
6388	gräddfil (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6388	gräddfil (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
6388	gräddfil (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
6388	gräddfil (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,5	0,5
6388	gräddfil (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,1	1,1
6388	gräddfil (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,1	0,1
6388	gräddfil (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,3	0,3
6388	gräddfil (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
6388	gräddfil (beräknat)	Socker totalt	1	1
6388	gräddfil (beräknat)	Fosfor	118	118
6388	gräddfil (beräknat)	Jod	23,9	23,9
6388	gräddfil (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,3	0,4
6388	gräddfil (beräknat)	Oljesyra C18:1	1,7	1,7
6388	gräddfil (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1

6388	gräddfil (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
6388	gräddfil (beräknat)	Fett	5,1	5,1
6388	gräddfil (beräknat)	Protein	12	12
6388	gräddfil (beräknat)	Vitamin E	0,6	0,6
6388	gräddfil (beräknat)	β-Karoten	552	551
6388	gräddfil (beräknat)	Retinol	21	20
6388	gräddfil (beräknat)	Vitamin D	0,2	0,2
6388	gräddfil (beräknat)	Kolhydrater	3	3
6388	gräddfil (beräknat)	Vatten	76	76
6388	gräddfil (beräknat)	Energi (kcal)	113	112
6388	gräddfil (beräknat)	Aska	1	1
6388	gräddfil (beräknat)	Natrium	299	298
6388	gräddfil (beräknat)	Vitamin A	76	74
6388	gräddfil (beräknat)	Salt	1	1
6388	gräddfil (beräknat)	Niacinekvivalenter	4,8	4,8
6389	(beräknat)	Disackarider	2	2
6389	(beräknat)	Energi (kJ)	514	514
6389	(beräknat)	Summa mättade fettsyror	4	4
6389	(beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
6389	(beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
6389	(beräknat)	Protein	14	14
6389	(beräknat)	Energi (kcal)	123	123
6389	(beräknat)	Kolhydrater	4	4
6389	(beräknat)	Salt	1	1
6390	Korv falukorv ugnsstekt m. ajvar (beräknat)	Energi (kJ)	1019	972
6390	Korv falukorv ugnsstekt m. ajvar (beräknat)	Monosackarider	1	1
6390	Korv falukorv ugnsstekt m. ajvar (beräknat)	Disackarider	1	1
6390	Korv falukorv ugnsstekt m. ajvar (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
6390	Korv falukorv ugnsstekt m. ajvar (beräknat)	Kolesterol	58	46
6390	Korv falukorv ugnsstekt m. ajvar (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,6	0,6
6390	Korv falukorv ugnsstekt m. ajvar (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
6390	Korv falukorv ugnsstekt m. ajvar (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	8	8
6390	Korv falukorv ugnsstekt m. ajvar (beräknat)	Summa mättade fettsyror	10	9
6390	Korv falukorv ugnsstekt m. ajvar (beräknat)	Stearinsyra C18:0	2,4	2,3
6390	Korv falukorv ugnsstekt m. ajvar (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	5,2	5,0
6390	Korv falukorv ugnsstekt m. ajvar (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,2	0,2
6390	Korv falukorv ugnsstekt m. ajvar (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,9	0,8
6390	Korv falukorv ugnsstekt m. ajvar (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
6390	Korv falukorv ugnsstekt m. ajvar (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
6390	Korv falukorv ugnsstekt m. ajvar (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,2	0,2
6390	Korv falukorv ugnsstekt m. ajvar (beräknat)	Socker totalt	2	2
6390	Korv falukorv ugnsstekt m. ajvar (beräknat)	Folat	8	6
6390	Korv falukorv ugnsstekt m. ajvar (beräknat)	Vitamin B12	0,7	0,4
6390	Korv falukorv ugnsstekt m. ajvar (beräknat)	Vitamin B6	0,2	0,1
6390	Korv falukorv ugnsstekt m. ajvar (beräknat)	Kalium	124	135
6390	Korv falukorv ugnsstekt m. ajvar (beräknat)	Järn	0,9	0,5
6390	Korv falukorv ugnsstekt m. ajvar (beräknat)	Kalcium	83,5	81,9
6390	Korv falukorv ugnsstekt m. ajvar (beräknat)	Fosfor	106	116
6390	Korv falukorv ugnsstekt m. ajvar (beräknat)	Jod	37,3	36,1
6390	Korv falukorv ugnsstekt m. ajvar (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,5	1,4

6390	Korv falukorv ugnsstekt m. ajvar (beräknat)	Oljesyra C18:1	7,5	7,4
6390	Korv falukorv ugnsstekt m. ajvar (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,6	0,4
6390	Korv falukorv ugnsstekt m. ajvar (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,1	0,0
6390	Korv falukorv ugnsstekt m. ajvar (beräknat)	Fett	21,3	19,9
6390	Korv falukorv ugnsstekt m. ajvar (beräknat)	Fibrer	0	0
6390	Korv falukorv ugnsstekt m. ajvar (beräknat)	Protein	9	8
6390	Korv falukorv ugnsstekt m. ajvar (beräknat)	Vitamin E	1,1	1,7
6390	Korv falukorv ugnsstekt m. ajvar (beräknat)	β-Karoten	277	273
6390	Korv falukorv ugnsstekt m. ajvar (beräknat)	Retinol	67	61
6390	Korv falukorv ugnsstekt m. ajvar (beräknat)	Vitamin D	0,2	0,1
6390	Korv falukorv ugnsstekt m. ajvar (beräknat)	Kolhydrater	5	5
6390	Korv falukorv ugnsstekt m. ajvar (beräknat)	Vatten	62	63
6390	Korv falukorv ugnsstekt m. ajvar (beräknat)	Energi (kcal)	243	232
6390	Korv falukorv ugnsstekt m. ajvar (beräknat)	Aska	3	3
6390	Korv falukorv ugnsstekt m. ajvar (beräknat)	Selen	2,7	6,4
6390	Korv falukorv ugnsstekt m. ajvar (beräknat)	Zink	1,53	1,06
6390	Korv falukorv ugnsstekt m. ajvar (beräknat)	Natrium	845	744
6390	Korv falukorv ugnsstekt m. ajvar (beräknat)	Magnesium	13,8	11,9
6390	Korv falukorv ugnsstekt m. ajvar (beräknat)	Vitamin A	96	90
6390	Korv falukorv ugnsstekt m. ajvar (beräknat)	Fritt socker	1	1
6390	Korv falukorv ugnsstekt m. ajvar (beräknat)	Tillsatt socker	1	1
6390	Korv falukorv ugnsstekt m. ajvar (beräknat)	Salt	2	2
6390	Korv falukorv ugnsstekt m. ajvar (beräknat)	Niacinekvivalenter	3,1	3,2
6390	Korv falukorv ugnsstekt m. ajvar (beräknat)	Vitamin C	5	23
6390	Korv falukorv ugnsstekt m. ajvar (beräknat)	Niacin	1,4	1,5
6390	Korv falukorv ugnsstekt m. ajvar (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
6390	Korv falukorv ugnsstekt m. ajvar (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,7
6391	Gryta kyckling tikka masala (beräknat)	Disackarider	1	1
6391	Gryta kyckling tikka masala (beräknat)	Monosackarider	0	0
6391	Gryta kyckling tikka masala (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
6391	Gryta kyckling tikka masala (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
6391	Gryta kyckling tikka masala (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
6391	Gryta kyckling tikka masala (beräknat)	Protein	20	20
6411	Gryta halloumigryta m. aubergine veg. (beräknat)	Disackarider	0	0
6411	Gryta halloumigryta m. aubergine veg. (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,7	0,7
6411	Gryta halloumigryta m. aubergine veg. (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
6411	Gryta halloumigryta m. aubergine veg. (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
6411	Gryta halloumigryta m. aubergine veg. (beräknat)	Summa mättade fettsyror	5	5
6411	Gryta halloumigryta m. aubergine veg. (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,6	0,6
6411	Gryta halloumigryta m. aubergine veg. (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	2,2	2,2
6411	Gryta halloumigryta m. aubergine veg. (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,2	0,2
6411	Gryta halloumigryta m. aubergine veg. (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,7	0,7
6411	Gryta halloumigryta m. aubergine veg. (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,0	0,0
6411	Gryta halloumigryta m. aubergine veg. (beräknat)	Socker totalt	4	4
6411	Gryta halloumigryta m. aubergine veg. (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
6411	Gryta halloumigryta m. aubergine veg. (beräknat)	Fosfor	143	143
6411	Gryta halloumigryta m. aubergine veg. (beräknat)	Jod	11,5	11,5
6411	Gryta halloumigryta m. aubergine veg. (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,3	0,3
6411	Gryta halloumigryta m. aubergine veg. (beräknat)	Oljesyra C18:1	1,9	1,9
6411	Gryta halloumigryta m. aubergine veg. (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1

6411	Gryta halloumigryta m. aubergine veg. (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
6411	Gryta halloumigryta m. aubergine veg. (beräknat)	Fett	7,7	7,7
6411	Gryta halloumigryta m. aubergine veg. (beräknat)	Protein	8	8
6411	Gryta halloumigryta m. aubergine veg. (beräknat)	Vitamin E	1,5	1,5
6411	Gryta halloumigryta m. aubergine veg. (beräknat)	β-Karoten	251	251
6411	Gryta halloumigryta m. aubergine veg. (beräknat)	Retinol	58	58
6411	Gryta halloumigryta m. aubergine veg. (beräknat)	Vitamin D	0,1	0,1
6411	Gryta halloumigryta m. aubergine veg. (beräknat)	Kolhydrater	4	4
6411	Gryta halloumigryta m. aubergine veg. (beräknat)	Vatten	77	77
6411	Gryta halloumigryta m. aubergine veg. (beräknat)	Avfall (skal etc.)	2	2
6411	Gryta halloumigryta m. aubergine veg. (beräknat)	Energi (kcal)	118	118
6411	Gryta halloumigryta m. aubergine veg. (beräknat)	Aska	2	2
6411	Gryta halloumigryta m. aubergine veg. (beräknat)	Natrium	573	573
6411	Gryta halloumigryta m. aubergine veg. (beräknat)	Vitamin A	79	79
6411	Gryta halloumigryta m. aubergine veg. (beräknat)	Salt	1	1
6411	Gryta halloumigryta m. aubergine veg. (beräknat)	Niacinekvivalenter	2,5	2,5
6412	Gryta svampprotein m. grönsaker veg. (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
6412	Gryta svampprotein m. grönsaker veg. (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
6412	Gryta svampprotein m. grönsaker veg. (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
6412	Gryta svampprotein m. grönsaker veg. (beräknat)	Protein	5	5
6412	Gryta svampprotein m. grönsaker veg. (beräknat)	Kolhydrater	4	4
6412	Gryta svampprotein m. grönsaker veg. (beräknat)	Salt	2	2
6413	Gryta kalops m. svampprotein veg. (beräknat)	Energi (kJ)	172	173
6413	Gryta kalops m. svampprotein veg. (beräknat)	Monosackarider	1	1
6413	Gryta kalops m. svampprotein veg. (beräknat)	Disackarider	1	1
6413	Gryta kalops m. svampprotein veg. (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
6413	Gryta kalops m. svampprotein veg. (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
6413	Gryta kalops m. svampprotein veg. (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
6413	Gryta kalops m. svampprotein veg. (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
6413	Gryta kalops m. svampprotein veg. (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,0	0,0
6413	Gryta kalops m. svampprotein veg. (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,1	0,1
6413	Gryta kalops m. svampprotein veg. (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
6413	Gryta kalops m. svampprotein veg. (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,0	0,0
6413	Gryta kalops m. svampprotein veg. (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
6413	Gryta kalops m. svampprotein veg. (beräknat)	Socker totalt	2	2
6413	Gryta kalops m. svampprotein veg. (beräknat)	Fosfor	45	45
6413	Gryta kalops m. svampprotein veg. (beräknat)	Jod	12,1	12,1
6413	Gryta kalops m. svampprotein veg. (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,3	0,4
6413	Gryta kalops m. svampprotein veg. (beräknat)	Oljesyra C18:1	0,7	0,7
6413	Gryta kalops m. svampprotein veg. (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
6413	Gryta kalops m. svampprotein veg. (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
6413	Gryta kalops m. svampprotein veg. (beräknat)	Fett	1,4	1,5
6413	Gryta kalops m. svampprotein veg. (beräknat)	Protein	3	3
6413	Gryta kalops m. svampprotein veg. (beräknat)	Vitamin E	0,5	0,5
6413	Gryta kalops m. svampprotein veg. (beräknat)	β-Karoten	2139	2138
6413	Gryta kalops m. svampprotein veg. (beräknat)	Retinol	3	2
6413	Gryta kalops m. svampprotein veg. (beräknat)	Vitamin D	0,1	0,1
6413	Gryta kalops m. svampprotein veg. (beräknat)	Kolhydrater	4	4
6413	Gryta kalops m. svampprotein veg. (beräknat)	Vatten	90	90
6413	Gryta kalops m. svampprotein veg. (beräknat)	Energi (kcal)	41	41

6413	Gryta kalops m. svampprotein veg. (beräknat)	Aska	1	1
6413	Gryta kalops m. svampprotein veg. (beräknat)	Natrium	332	331
6413	Gryta kalops m. svampprotein veg. (beräknat)	Vitamin A	215	213
6413	Gryta kalops m. svampprotein veg. (beräknat)	Salt	1	1
6413	Gryta kalops m. svampprotein veg. (beräknat)	Niacinekvivalenter	0,8	0,8
6414	(beräknat)	Energi (kJ)	750	750
6414	(beräknat)	Summa mättade fettsyror	6	6
6414	(beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
6414	(beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6414	(beräknat)	Protein	11	11
6414	(beräknat)	Energi (kcal)	179	179
6414	(beräknat)	Avfall (skal etc.)	7	7
6414	(beräknat)	Salt	0	0
5727	Minimjolk fett < 0,1% berikad	Protein	4	4
5753	Örtagårdssås m. gräddfil (beräknat)	Energi (kJ)	1192	1192
5753	Örtagårdssås m. gräddfil (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	4	5
5753	Örtagårdssås m. gräddfil (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	16	16
5753	Örtagårdssås m. gräddfil (beräknat)	Summa mättade fettsyror	7	7
5753	Örtagårdssås m. gräddfil (beräknat)	Kolhydrater	5	5
5753	Örtagårdssås m. gräddfil (beräknat)	Protein	3	3
5753	Örtagårdssås m. gräddfil (beräknat)	Energi (kcal)	285	285
5753	Örtagårdssås m. gräddfil (beräknat)	Salt	2	2
5756	(beräknat)	Kolesterol	21	21
5756	(beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
5756	(beräknat)	Disackarider	1	1
5756	(beräknat)	Monosackarider	1	1
5756	(beräknat)	Energi (kJ)	457	461
5756	(beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
5756	(beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
5756	(beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
5756	(beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
5756	(beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
5756	(beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,1	0,1
5756	(beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,3	1,3
5756	(beräknat)	Linolensyra C18:3	0,2	0,2
5756	(beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
5756	(beräknat)	EPA (C20:5)	0,0	0,0
5756	(beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
5756	(beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
5756	(beräknat)	Vitamin B12	0,3	0,3
5756	(beräknat)	Socker totalt	2	2
5756	(beräknat)	Folat	7	7
5756	(beräknat)	Jod	26,3	26,2
5756	(beräknat)	Fosfor	79	79
5756	(beräknat)	Kalcium	17,4	17,4
5756	(beräknat)	Järn	0,8	0,8
5756	(beräknat)	Kalium	159	159
5756	(beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
5756	(beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,7	0,7
5756	(beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,2	0,2

5756	(beräknat)	Oljesyra C18:1	3,1	3,1
5756	(beräknat)	Linolsyra C18:2	0,7	0,7
5756	(beräknat)	Protein	8	8
5756	(beräknat)	Kolhydrater	3	3
5756	(beräknat)	Fibrer	1	1
5756	(beräknat)	Alkohol	0,3	0,3
5756	(beräknat)	Fett	7,0	7,1
5756	(beräknat)	Vitamin D	0,2	0,2
5756	(beräknat)	Retinol	10	7
5756	(beräknat)	β-Karoten	861	859
5756	(beräknat)	Vitamin E	1,1	1,1
5756	(beräknat)	Energi (kcal)	109	110
5756	(beräknat)	Aska	2	2
5756	(beräknat)	Vatten	79	79
5756	(beräknat)	Avfall (skal etc.)	3	2
5756	(beräknat)	Magnesium	14,6	14,6
5756	(beräknat)	Natrium	473	471
5756	(beräknat)	Zink	1,66	1,66
5756	(beräknat)	Selen	2,2	2,2
5756	(beräknat)	Vitamin A	95	91
5756	(beräknat)	Salt	1	1
5756	(beräknat)	Fritt socker	0	0
5756	(beräknat)	Tillsatt socker	0	0
5756	(beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
5756	(beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
5756	(beräknat)	Niacin	1,7	1,7
5756	(beräknat)	Vitamin C	2	2
5756	(beräknat)	Niacinekvivalenter	3,1	3,1
5758	Aioli (beräknat)	Energi (kJ)	3201	3201
5961	Havrebaserat bredbart pålägg naturell	Disackarider	3	3
5961	Havrebaserat bredbart pålägg naturell	Summa fleromättade fettsyror	3	3
5961	Havrebaserat bredbart pålägg naturell	Summa enkelomättade fettsyror	8	8
5961	Havrebaserat bredbart pålägg naturell	Protein	3	3
5961	Havrebaserat bredbart pålägg naturell	Salt	1	1
5963	Havredryck m. apelsin mango	Disackarider	3	4
5963	Havredryck m. apelsin mango	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
5963	Havredryck m. apelsin mango	Summa fleromättade fettsyror	0	0
5963	Havredryck m. apelsin mango	Protein	1	1
5963	Havredryck m. apelsin mango	Salt	0	0
5965	Korv grillkorv grillad kött 32-35%	Summa fleromättade fettsyror	2	2
5965	Korv grillkorv grillad kött 32-35%	Summa enkelomättade fettsyror	8	8
5965	Korv grillkorv grillad kött 32-35%	Protein	8	8
5965	Korv grillkorv grillad kött 32-35%	Vitamin K	7,0	7,0
5965	Korv grillkorv grillad kött 32-35%	Salt	3	3
5966	Korv falukorv tillagad kött 58%	Monosackarider	0	0
5966	Korv falukorv tillagad kött 58%	Summa mättade fettsyror	9	9
5966	Korv falukorv tillagad kött 58%	Summa enkelomättade fettsyror	11	11
5966	Korv falukorv tillagad kött 58%	Summa fleromättade fettsyror	2	2
5966	Korv falukorv tillagad kött 58%	Vitamin K	9,6	9,6
5966	Korv falukorv tillagad kött 58%	Salt	2	2

5967	Korv bratwurst tillagad kryddig kött 73-75%	Monosackarider	1	1
5967	Korv bratwurst tillagad kryddig kött 73-75%	Summa fleromättade fettsyror	2	2
5967	Korv bratwurst tillagad kryddig kött 73-75%	Summa enkelomättade fettsyror	11	11
5967	Korv bratwurst tillagad kryddig kött 73-75%	Summa mättade fettsyror	9	9
5967	Korv bratwurst tillagad kryddig kött 73-75%	Protein	11	12
5967	Korv bratwurst tillagad kryddig kött 73-75%	Vitamin K	11,9	11,9
5967	Korv bratwurst tillagad kryddig kött 73-75%	Salt	2	2
5968	Blodpudding blodkorv tillagad	Disackarider	5	5
5968	Blodpudding blodkorv tillagad	Monosackarider	0	0
5968	Blodpudding blodkorv tillagad	Summa mättade fettsyror	2	2
5968	Blodpudding blodkorv tillagad	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
5968	Blodpudding blodkorv tillagad	Summa fleromättade fettsyror	2	2
5968	Blodpudding blodkorv tillagad	Protein	9	9
5968	Blodpudding blodkorv tillagad	Vitamin K	10,6	10,6
5968	Blodpudding blodkorv tillagad	Salt	2	2
5969	Gris sidfläsk el. stekfläsk rimmat stekt	Monosackarider	0	0
5969	Gris sidfläsk el. stekfläsk rimmat stekt	Summa fleromättade fettsyror	4	4
5969	Gris sidfläsk el. stekfläsk rimmat stekt	Summa enkelomättade fettsyror	18	18
5969	Gris sidfläsk el. stekfläsk rimmat stekt	Summa mättade fettsyror	15	15
5969	Gris sidfläsk el. stekfläsk rimmat stekt	Protein	11	11
6079	Pannkaka tunn helfabrikat	Salt	1	1
6081	Hårt bröd fullkorn råg fiber ca 20% typ sport	Disackarider	1	1
6081	Hårt bröd fullkorn råg fiber ca 20% typ sport	Summa mättade fettsyror	0	0
6081	Hårt bröd fullkorn råg fiber ca 20% typ sport	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
6081	Hårt bröd fullkorn råg fiber ca 20% typ sport	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6081	Hårt bröd fullkorn råg fiber ca 20% typ sport	Protein	9	9
6081	Hårt bröd fullkorn råg fiber ca 20% typ sport	Vitamin K	3,2	3,3
6081	Hårt bröd fullkorn råg fiber ca 20% typ sport	Salt	1	1
6083	Bröd vitt grovt m. nyckelhål typ formfranska	Monosackarider	1	1
6083	Bröd vitt grovt m. nyckelhål typ formfranska	Disackarider	3	3
6083	Bröd vitt grovt m. nyckelhål typ formfranska	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6083	Bröd vitt grovt m. nyckelhål typ formfranska	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
6083	Bröd vitt grovt m. nyckelhål typ formfranska	Summa mättade fettsyror	0	0
6083	Bröd vitt grovt m. nyckelhål typ formfranska	Protein	9	9
6083	Bröd vitt grovt m. nyckelhål typ formfranska	Salt	1	1
6084	Bröd vitt typ levain	Monosackarider	0	0
6084	Bröd vitt typ levain	Summa mättade fettsyror	0	0
6084	Bröd vitt typ levain	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
6084	Bröd vitt typ levain	Summa fleromättade fettsyror	0	0
6084	Bröd vitt typ levain	Protein	8	8
6084	Bröd vitt typ levain	Vitamin K	0,4	0,4
6084	Bröd vitt typ levain	Salt	1	1
6086	m. frukt nötter fröer	Monosackarider	2	2
6086	m. frukt nötter fröer	Disackarider	2	2
6086	m. frukt nötter fröer	Summa fleromättade fettsyror	8	8
6086	m. frukt nötter fröer	Summa enkelomättade fettsyror	8	8
6086	m. frukt nötter fröer	Protein	15	15
6086	m. frukt nötter fröer	Vitamin K	2,8	2,8
6086	m. frukt nötter fröer	Salt	0	0
6087	Mandelmjöl	Disackarider	4	4

6087	Mandelmjöl	Summa mättade fettsyror	4	4
6087	Mandelmjöl	Summa enkelomättade fettsyror	33	33
6087	Mandelmjöl	Protein	22	22
6087	Mandelmjöl	Salt	0	0
6088	Filmjölko eko. fett 3%	Summa fleromättade fettsyror	0	0
6088	Filmjölko eko. fett 3%	Summa mättade fettsyror	2	2
6088	Filmjölko eko. fett 3%	Vitamin B6	0,0	0,0
6088	Filmjölko eko. fett 3%	Protein	3	3
6088	Filmjölko eko. fett 3%	Vitamin K	11,5	11,5
6088	Filmjölko eko. fett 3%	Vitamin D	0,0	1,0
6089	Kvarg drickf. olika smaker	Monosackarider	0	0
6089	Kvarg drickf. olika smaker	Vitamin B6	0,0	0,0
6089	Kvarg drickf. olika smaker	Protein	5	5
6089	Kvarg drickf. olika smaker	Vitamin K	0,6	0,6
6089	Kvarg drickf. olika smaker	Salt	0	0
6090	Kvarg smaksatt sötningsm.	Disackarider	2	2
6090	Kvarg smaksatt sötningsm.	Summa fleromättade fettsyror	0	0
6090	Kvarg smaksatt sötningsm.	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
6090	Kvarg smaksatt sötningsm.	Summa mättade fettsyror	0	0
6170	Påläggskaviar m. färskost	Protein	6	6
6171	Tångkaviar röd	Protein	0	0
6171	Tångkaviar röd	Vitamin K	0,4	0,4
6172	Tångkaviar påläggskaviar	Summa fleromättade fettsyror	7	7
6172	Tångkaviar påläggskaviar	Summa enkelomättade fettsyror	16	16
6172	Tångkaviar påläggskaviar	Summa mättade fettsyror	2	2
6172	Tångkaviar påläggskaviar	Protein	1	1
6172	Tångkaviar påläggskaviar	Salt	5	5
6173	Lax vildfångad Sverige rå	Summa mättade fettsyror	2	2
6173	Lax vildfångad Sverige rå	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
6173	Lax vildfångad Sverige rå	Summa fleromättade fettsyror	3	3
6173	Lax vildfångad Sverige rå	Salt	0	0
6174	Lax odlad Norge fjordlax rå frysvara	Summa fleromättade fettsyror	4	4
6174	Lax odlad Norge fjordlax rå frysvara	Summa enkelomättade fettsyror	7	7
6174	Lax odlad Norge fjordlax rå frysvara	Summa mättade fettsyror	2	2
6174	Lax odlad Norge fjordlax rå frysvara	Protein	19	19
6225	Lax odlad Norge fjordlax rå förpackad	Summa mättade fettsyror	2	2
6225	Lax odlad Norge fjordlax rå förpackad	Summa enkelomättade fettsyror	7	7
6225	Lax odlad Norge fjordlax rå förpackad	Summa fleromättade fettsyror	4	4
6225	Lax odlad Norge fjordlax rå förpackad	EPA (C20:5)	0,3	0,3
6225	Lax odlad Norge fjordlax rå förpackad	Protein	21	21
6225	Lax odlad Norge fjordlax rå förpackad	Vitamin K	11,5	11,5
6225	Lax odlad Norge fjordlax rå förpackad	Salt	0	0
6231	Välling för barn pulver fullkorn osötad berikad	Summa fleromättade fettsyror	4	4
6231	Välling för barn pulver fullkorn osötad berikad	Summa enkelomättade fettsyror	6	6
6231	Välling för barn pulver fullkorn osötad berikad	Summa mättade fettsyror	3	3
6234	Välling för barn pulver havre osötad berikad	Summa mättade fettsyror	4	4
6234	Välling för barn pulver havre osötad berikad	Summa enkelomättade fettsyror	8	8
6234	Välling för barn pulver havre osötad berikad	Summa fleromättade fettsyror	5	5
6234	Välling för barn pulver havre osötad berikad	Vitamin K	8,0	8,0
6234	Välling för barn pulver havre osötad berikad	Salt	0	0

6262	osötad berikad (beräknat)	Salt	0	0
6263	(beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6263	(beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
6263	(beräknat)	Protein	4	4
6263	(beräknat)	Salt	0	0
6264	Sojaprotein bitar kylvara el. frysvara typ Tzay®	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
6264	Sojaprotein bitar kylvara el. frysvara typ Tzay®	Summa fleromättade fettsyror	3	3
6264	Sojaprotein bitar kylvara el. frysvara typ Tzay®	Protein	16	16
6264	Sojaprotein bitar kylvara el. frysvara typ Tzay®	Vitamin K	7,5	7,5
6265	Sojaprotein bitar frysvara typ Oumph®	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
6265	Sojaprotein bitar frysvara typ Oumph®	Summa mättade fettsyror	0	0
6265	Sojaprotein bitar frysvara typ Oumph®	Protein	19	19
6265	Sojaprotein bitar frysvara typ Oumph®	Salt	1	1
6266	frysvara	Summa mättade fettsyror	1	1
6266	frysvara	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
6266	frysvara	Summa fleromättade fettsyror	2	2
6266	frysvara	Salt	1	1
6267	Sojaprotein färs kylvara el. frysvara berikad	Summa fleromättade fettsyror	2	2
6267	Sojaprotein färs kylvara el. frysvara berikad	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
6267	Sojaprotein färs kylvara el. frysvara berikad	Summa mättade fettsyror	1	1
6267	Sojaprotein färs kylvara el. frysvara berikad	Protein	15	15
6267	Sojaprotein färs kylvara el. frysvara berikad	Vitamin K	7,8	7,9
6267	Sojaprotein färs kylvara el. frysvara berikad	Salt	1	1
6268	Soja- och veteprotein färs frysvara	Summa mättade fettsyror	0	0
6268	Soja- och veteprotein färs frysvara	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
6268	Soja- och veteprotein färs frysvara	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6290	(beräknat)	Salt	1	1
6291	Sojaprotein färs stekt berikad (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
6291	Sojaprotein färs stekt berikad (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	7	8
6291	Sojaprotein färs stekt berikad (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	3	3
6291	Sojaprotein färs stekt berikad (beräknat)	Protein	23	23
6291	Sojaprotein färs stekt berikad (beräknat)	Vitamin K	11,8	11,8
6291	Sojaprotein färs stekt berikad (beräknat)	Salt	1	2
6292	Soja- och veteprotein färs stekt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6292	Soja- och veteprotein färs stekt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
6292	Soja- och veteprotein färs stekt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
6292	Soja- och veteprotein färs stekt (beräknat)	Protein	27	27
6292	Soja- och veteprotein färs stekt (beräknat)	Vitamin K	7,4	7,4
6293	Ärtprotein färs stekt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	5	6
6293	Ärtprotein färs stekt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
6293	Ärtprotein färs stekt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
6293	Ärtprotein färs stekt (beräknat)	Vitamin K	13,7	13,7
6293	Ärtprotein färs stekt (beräknat)	Salt	2	2
6294	Sojaprotein bullar stekta (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	3	3
6294	Sojaprotein bullar stekta (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	7	7
6294	Sojaprotein bullar stekta (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
6294	Sojaprotein bullar stekta (beräknat)	Protein	16	16
6295	Sojaprotein bullar ugnstekta (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
6295	Sojaprotein bullar ugnstekta (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	8	8
6295	Sojaprotein bullar ugnstekta (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	3	3

6295	Sojaprotein bullar ugnstekta (beräknat)	Protein	17	17
6298	Svampprotein bullar stekta (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6298	Svampprotein bullar stekta (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
6298	Svampprotein bullar stekta (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
6298	Svampprotein bullar stekta (beräknat)	Salt	2	2
6299	Svampprotein nugget stekt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	2
6299	Svampprotein nugget stekt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	6	6
6299	Svampprotein nugget stekt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	7	7
6299	Svampprotein nugget stekt (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,0	0,0
6299	Svampprotein nugget stekt (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,9	1,0
6299	Svampprotein nugget stekt (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,4	0,4
6299	Svampprotein nugget stekt (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,6	0,5
6299	Svampprotein nugget stekt (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,1	0,1
6299	Svampprotein nugget stekt (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
6299	Svampprotein nugget stekt (beräknat)	Oljesyra C18:1	5,7	5,6
6299	Svampprotein nugget stekt (beräknat)	Linolsyra C18:2	5,9	6,1
6299	Svampprotein nugget stekt (beräknat)	Fosfor	202	202
6299	Svampprotein nugget stekt (beräknat)	β-Karoten	8	8
6299	Svampprotein nugget stekt (beräknat)	Vitamin E	6,3	6,3
6299	Svampprotein nugget stekt (beräknat)	Vitamin K	8,5	
6341	Ostsås m. kalkon (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
6341	Ostsås m. kalkon (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,3	0,2
6341	Ostsås m. kalkon (beräknat)	Socker totalt	4	4
6341	Ostsås m. kalkon (beräknat)	Folat	13	13
6341	Ostsås m. kalkon (beräknat)	Vitamin B12	0,7	0,7
6341	Ostsås m. kalkon (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
6341	Ostsås m. kalkon (beräknat)	Magnesium	17,6	17,6
6341	Ostsås m. kalkon (beräknat)	Kalcium	172,4	172,8
6341	Ostsås m. kalkon (beräknat)	Kalium	171	171
6341	Ostsås m. kalkon (beräknat)	Jod	34,0	34,1
6341	Ostsås m. kalkon (beräknat)	Järn	0,1	0,1
6341	Ostsås m. kalkon (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,8	0,8
6341	Ostsås m. kalkon (beräknat)	Oljesyra C18:1	2,8	2,8
6341	Ostsås m. kalkon (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
6341	Ostsås m. kalkon (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
6341	Ostsås m. kalkon (beräknat)	Fosfor	246	246
6341	Ostsås m. kalkon (beräknat)	Fett	8,9	8,8
6341	Ostsås m. kalkon (beräknat)	Fibrer	0	0
6341	Ostsås m. kalkon (beräknat)	Protein	10	10
6341	Ostsås m. kalkon (beräknat)	Vitamin E	0,8	0,9
6341	Ostsås m. kalkon (beräknat)	β-Karoten	38	34
6341	Ostsås m. kalkon (beräknat)	Vitamin D	0,9	0,9
6341	Ostsås m. kalkon (beräknat)	Kolhydrater	6	6
6341	Ostsås m. kalkon (beräknat)	Vatten	73	73
6341	Ostsås m. kalkon (beräknat)	Energi (kcal)	144	143
6341	Ostsås m. kalkon (beräknat)	Aska	2	2
6341	Ostsås m. kalkon (beräknat)	Zink	0,95	0,95
6341	Ostsås m. kalkon (beräknat)	Vitamin A	61	55
6341	Ostsås m. kalkon (beräknat)	Natrium	570	568
6341	Ostsås m. kalkon (beräknat)	Selen	5,0	5,0

6341	Ostsås m. kalkon (beräknat)	Retinol	58	53
6341	Ostsås m. kalkon (beräknat)	Salt	1	1
6341	Ostsås m. kalkon (beräknat)	Niacinekvivalenter	3,8	3,8
6341	Ostsås m. kalkon (beräknat)	Vitamin C	1	1
6341	Ostsås m. kalkon (beräknat)	Niacin	1,7	1,7
6341	Ostsås m. kalkon (beräknat)	Tiamin	0,0	0,0
6341	Ostsås m. kalkon (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
6342	Lasagne m. zucchini aubergine nötfärs (beräknat)	Kolesterol	25	25
6342	Lasagne m. zucchini aubergine nötfärs (beräknat)	Disackarider	0	0
6342	Lasagne m. zucchini aubergine nötfärs (beräknat)	Monosackarider	3	3
6342	Lasagne m. zucchini aubergine nötfärs (beräknat)	Energi (kJ)	459	462
6342	Lasagne m. zucchini aubergine nötfärs (beräknat)	Summa mättade fettsyror	3	3
6342	Lasagne m. zucchini aubergine nötfärs (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
6342	Lasagne m. zucchini aubergine nötfärs (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
6342	Lasagne m. zucchini aubergine nötfärs (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,2	0,2
6342	Lasagne m. zucchini aubergine nötfärs (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,3	0,3
6342	Lasagne m. zucchini aubergine nötfärs (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,1	0,1
6342	Lasagne m. zucchini aubergine nötfärs (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,6	1,6
6342	Lasagne m. zucchini aubergine nötfärs (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,8	0,8
6342	Lasagne m. zucchini aubergine nötfärs (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
6342	Lasagne m. zucchini aubergine nötfärs (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
6342	Lasagne m. zucchini aubergine nötfärs (beräknat)	EPA (C20:5)	0,0	0,0
6342	Lasagne m. zucchini aubergine nötfärs (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
6342	Lasagne m. zucchini aubergine nötfärs (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
6342	Lasagne m. zucchini aubergine nötfärs (beräknat)	Vitamin B12	0,4	0,4
6342	Lasagne m. zucchini aubergine nötfärs (beräknat)	Folat	17	17
6342	Lasagne m. zucchini aubergine nötfärs (beräknat)	Socker totalt	3	3
6342	Lasagne m. zucchini aubergine nötfärs (beräknat)	Järn	1,1	1,1
6342	Lasagne m. zucchini aubergine nötfärs (beräknat)	Jod	29,5	29,5
6342	Lasagne m. zucchini aubergine nötfärs (beräknat)	Kalium	235	235
6342	Lasagne m. zucchini aubergine nötfärs (beräknat)	Kalcium	61,9	61,8
6342	Lasagne m. zucchini aubergine nötfärs (beräknat)	Magnesium	22,3	22,3
6342	Lasagne m. zucchini aubergine nötfärs (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
6342	Lasagne m. zucchini aubergine nötfärs (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,2	0,2
6342	Lasagne m. zucchini aubergine nötfärs (beräknat)	Oljesyra C18:1	2,3	2,3
6342	Lasagne m. zucchini aubergine nötfärs (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,3	0,4
6342	Lasagne m. zucchini aubergine nötfärs (beräknat)	Protein	9	9
6342	Lasagne m. zucchini aubergine nötfärs (beräknat)	Fibrer	2	2
6342	Lasagne m. zucchini aubergine nötfärs (beräknat)	Fett	6,6	6,7
6342	Lasagne m. zucchini aubergine nötfärs (beräknat)	Fosfor	109	109
6342	Lasagne m. zucchini aubergine nötfärs (beräknat)	Vitamin D	0,1	0,1
6342	Lasagne m. zucchini aubergine nötfärs (beräknat)	β-Karoten	213	213
6342	Lasagne m. zucchini aubergine nötfärs (beräknat)	Vitamin E	1,2	1,3
6342	Lasagne m. zucchini aubergine nötfärs (beräknat)	Aska	2	2
6342	Lasagne m. zucchini aubergine nötfärs (beräknat)	Energi (kcal)	109	110
6342	Lasagne m. zucchini aubergine nötfärs (beräknat)	Vatten	78	78
6342	Lasagne m. zucchini aubergine nötfärs (beräknat)	Kolhydrater	3	3
6342	Lasagne m. zucchini aubergine nötfärs (beräknat)	Retinol	23	22
6342	Lasagne m. zucchini aubergine nötfärs (beräknat)	Selen	2,6	2,6
6342	Lasagne m. zucchini aubergine nötfärs (beräknat)	Natrium	279	279

6342	Lasagne m. zucchini aubergine nötfärs (beräknat)	Vitamin A	41	40
6342	Lasagne m. zucchini aubergine nötfärs (beräknat)	Zink	2,15	2,14
6342	Lasagne m. zucchini aubergine nötfärs (beräknat)	Salt	1	1
6342	Lasagne m. zucchini aubergine nötfärs (beräknat)	Fritt socker	0	0
6342	Lasagne m. zucchini aubergine nötfärs (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
6342	Lasagne m. zucchini aubergine nötfärs (beräknat)	Tiamin	0,0	0,0
6342	Lasagne m. zucchini aubergine nötfärs (beräknat)	Niacin	2,1	2,1
6342	Lasagne m. zucchini aubergine nötfärs (beräknat)	Vitamin C	9	9
6342	Lasagne m. zucchini aubergine nötfärs (beräknat)	Niacinekvivalenter	3,9	3,9
6345	Karlssons frestelse m. nötfärs (beräknat)	Energi (kJ)	604	603
6345	Karlssons frestelse m. nötfärs (beräknat)	Monosackarider	1	1
6345	Karlssons frestelse m. nötfärs (beräknat)	Disackarider	1	1
6345	Karlssons frestelse m. nötfärs (beräknat)	Kolesterol	26	25
6345	Karlssons frestelse m. nötfärs (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,3	0,2
6345	Karlssons frestelse m. nötfärs (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
6345	Karlssons frestelse m. nötfärs (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
6345	Karlssons frestelse m. nötfärs (beräknat)	Summa mättade fettsyror	4	4
6345	Karlssons frestelse m. nötfärs (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,8	0,8
6345	Karlssons frestelse m. nötfärs (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,9	1,8
6345	Karlssons frestelse m. nötfärs (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,1	0,1
6345	Karlssons frestelse m. nötfärs (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,4	0,4
6345	Karlssons frestelse m. nötfärs (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
6345	Karlssons frestelse m. nötfärs (beräknat)	EPA (C20:5)	0,0	0,0
6345	Karlssons frestelse m. nötfärs (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
6345	Karlssons frestelse m. nötfärs (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
6345	Karlssons frestelse m. nötfärs (beräknat)	Socker totalt	2	2
6345	Karlssons frestelse m. nötfärs (beräknat)	Folat	11	11
6345	Karlssons frestelse m. nötfärs (beräknat)	Vitamin B12	0,3	0,3
6345	Karlssons frestelse m. nötfärs (beräknat)	Vitamin B6	0,2	0,2
6345	Karlssons frestelse m. nötfärs (beräknat)	Magnesium	24,5	24,5
6345	Karlssons frestelse m. nötfärs (beräknat)	Kalcium	40,0	40,1
6345	Karlssons frestelse m. nötfärs (beräknat)	Kalium	320	320
6345	Karlssons frestelse m. nötfärs (beräknat)	Jod	22,4	22,4
6345	Karlssons frestelse m. nötfärs (beräknat)	Järn	0,9	0,9
6345	Karlssons frestelse m. nötfärs (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,3	0,3
6345	Karlssons frestelse m. nötfärs (beräknat)	Oljesyra C18:1	2,3	2,3
6345	Karlssons frestelse m. nötfärs (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,2	0,2
6345	Karlssons frestelse m. nötfärs (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
6345	Karlssons frestelse m. nötfärs (beräknat)	Fosfor	98	98
6345	Karlssons frestelse m. nötfärs (beräknat)	Fett	7,2	7,2
6345	Karlssons frestelse m. nötfärs (beräknat)	Fibrer	1	1
6345	Karlssons frestelse m. nötfärs (beräknat)	Protein	8	8
6345	Karlssons frestelse m. nötfärs (beräknat)	Vitamin E	0,5	0,5
6345	Karlssons frestelse m. nötfärs (beräknat)	β-Karoten	38	36
6345	Karlssons frestelse m. nötfärs (beräknat)	Vitamin D	0,1	0,1
6345	Karlssons frestelse m. nötfärs (beräknat)	Kolhydrater	11	11
6345	Karlssons frestelse m. nötfärs (beräknat)	Vatten	70	70
6345	Karlssons frestelse m. nötfärs (beräknat)	Avfall (skal etc.)	10	10
6345	Karlssons frestelse m. nötfärs (beräknat)	Energi (kcal)	144	144
6345	Karlssons frestelse m. nötfärs (beräknat)	Aska	2	2

6345	Karlssons frestelse m. nötfärs (beräknat)	Zink	1,59	1,59
6345	Karlssons frestelse m. nötfärs (beräknat)	Vitamin A	38	37
6345	Karlssons frestelse m. nötfärs (beräknat)	Natrium	414	414
6345	Karlssons frestelse m. nötfärs (beräknat)	Selen	1,9	1,9
6345	Karlssons frestelse m. nötfärs (beräknat)	Retinol	35	34
6345	Karlssons frestelse m. nötfärs (beräknat)	Salt	1	1
6345	Karlssons frestelse m. nötfärs (beräknat)	Niacinekvalenter	3,8	3,8
6345	Karlssons frestelse m. nötfärs (beräknat)	Vitamin C	9	9
6345	Karlssons frestelse m. nötfärs (beräknat)	Niacin	2,4	2,4
6345	Karlssons frestelse m. nötfärs (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
6345	Karlssons frestelse m. nötfärs (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
6348	Skinkfrestelse m. grädde (beräknat)	Kolesterol	46	41
6348	Skinkfrestelse m. grädde (beräknat)	Disackarider	1	2
6348	Skinkfrestelse m. grädde (beräknat)	Monosackarider	1	1
6348	Skinkfrestelse m. grädde (beräknat)	Energi (kJ)	787	727
6348	Skinkfrestelse m. grädde (beräknat)	Summa mättade fettsyror	8	7
6348	Skinkfrestelse m. grädde (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	4	3
6348	Skinkfrestelse m. grädde (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
6348	Skinkfrestelse m. grädde (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,9	0,8
6348	Skinkfrestelse m. grädde (beräknat)	Myristinsyra C14:0	1,3	1,1
6348	Skinkfrestelse m. grädde (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,4	0,4
6348	Skinkfrestelse m. grädde (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	4,1	3,6
6348	Skinkfrestelse m. grädde (beräknat)	Stearinsyra C18:0	1,3	1,1
6348	Skinkfrestelse m. grädde (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
6348	Skinkfrestelse m. grädde (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
6348	Skinkfrestelse m. grädde (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
6348	Skinkfrestelse m. grädde (beräknat)	Vitamin B6	0,2	0,2
6348	Skinkfrestelse m. grädde (beräknat)	Vitamin B12	0,2	0,2
6348	Skinkfrestelse m. grädde (beräknat)	Folat	8	8
6348	Skinkfrestelse m. grädde (beräknat)	Socker totalt	2	2
6348	Skinkfrestelse m. grädde (beräknat)	Järn	0,4	0,4
6348	Skinkfrestelse m. grädde (beräknat)	Jod	5,9	6,1
6348	Skinkfrestelse m. grädde (beräknat)	Kalium	311	314
6348	Skinkfrestelse m. grädde (beräknat)	Kalcium	36,0	38,0
6348	Skinkfrestelse m. grädde (beräknat)	Magnesium	20,0	20,1
6348	Skinkfrestelse m. grädde (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
6348	Skinkfrestelse m. grädde (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,3	0,2
6348	Skinkfrestelse m. grädde (beräknat)	Oljesyra C18:1	3,1	2,8
6348	Skinkfrestelse m. grädde (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,3	0,3
6348	Skinkfrestelse m. grädde (beräknat)	Protein	6	6
6348	Skinkfrestelse m. grädde (beräknat)	Fibrer	1	1
6348	Skinkfrestelse m. grädde (beräknat)	Fett	13,5	11,7
6348	Skinkfrestelse m. grädde (beräknat)	Fosfor	124	126
6348	Skinkfrestelse m. grädde (beräknat)	Vitamin D	0,1	0,1
6348	Skinkfrestelse m. grädde (beräknat)	β-Karoten	95	79
6348	Skinkfrestelse m. grädde (beräknat)	Vitamin E	0,5	0,5
6348	Skinkfrestelse m. grädde (beräknat)	Aska	2	2
6348	Skinkfrestelse m. grädde (beräknat)	Energi (kcal)	188	174
6348	Skinkfrestelse m. grädde (beräknat)	Avfall (skal etc.)	11	9
6348	Skinkfrestelse m. grädde (beräknat)	Vatten	67	69

6348	Skinkfrestelse m. grädde (beräknat)	Kolhydrater	11	11
6348	Skinkfrestelse m. grädde (beräknat)	Retinol	111	96
6348	Skinkfrestelse m. grädde (beräknat)	Selen	2,9	2,9
6348	Skinkfrestelse m. grädde (beräknat)	Natrium	365	367
6348	Skinkfrestelse m. grädde (beräknat)	Vitamin A	119	103
6348	Skinkfrestelse m. grädde (beräknat)	Zink	0,59	0,60
6348	Skinkfrestelse m. grädde (beräknat)	Salt	1	1
6348	Skinkfrestelse m. grädde (beräknat)	Tillsatt socker	0	0
6348	Skinkfrestelse m. grädde (beräknat)	Fritt socker	0	0
6348	Skinkfrestelse m. grädde (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
6348	Skinkfrestelse m. grädde (beräknat)	Tiamin	0,2	0,2
6348	Skinkfrestelse m. grädde (beräknat)	Niacin	2,6	2,6
6348	Skinkfrestelse m. grädde (beräknat)	Vitamin C	8	8
6348	Skinkfrestelse m. grädde (beräknat)	Niacinekvalenter	3,7	3,7
6349	Lök stekt m. flytande matfett (beräknat)	Energi (kJ)	224	226
6349	Lök stekt m. flytande matfett (beräknat)	Disackarider	2	2
6349	Lök stekt m. flytande matfett (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
6349	Lök stekt m. flytande matfett (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
6349	Lök stekt m. flytande matfett (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
6349	Lök stekt m. flytande matfett (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
6349	Lök stekt m. flytande matfett (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,0	0,0
6349	Lök stekt m. flytande matfett (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,1	0,1
6349	Lök stekt m. flytande matfett (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
6349	Lök stekt m. flytande matfett (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,0	0,0
6349	Lök stekt m. flytande matfett (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
6349	Lök stekt m. flytande matfett (beräknat)	Socker totalt	5	5
6349	Lök stekt m. flytande matfett (beräknat)	Jod	2,3	2,3
6349	Lök stekt m. flytande matfett (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,2	0,3
6349	Lök stekt m. flytande matfett (beräknat)	Oljesyra C18:1	0,6	0,6
6349	Lök stekt m. flytande matfett (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
6349	Lök stekt m. flytande matfett (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
6349	Lök stekt m. flytande matfett (beräknat)	Fosfor	38	38
6349	Lök stekt m. flytande matfett (beräknat)	Fett	1,2	1,2
6349	Lök stekt m. flytande matfett (beräknat)	Protein	1	1
6349	Lök stekt m. flytande matfett (beräknat)	Vitamin E	0,3	0,3
6349	Lök stekt m. flytande matfett (beräknat)	β-Karoten	4	4
6349	Lök stekt m. flytande matfett (beräknat)	Vitamin D	0,1	0,0
6349	Lök stekt m. flytande matfett (beräknat)	Kolhydrater	8	8
6349	Lök stekt m. flytande matfett (beräknat)	Vatten	87	86
6349	Lök stekt m. flytande matfett (beräknat)	Avfall (skal etc.)	7	6
6349	Lök stekt m. flytande matfett (beräknat)	Energi (kcal)	54	54
6349	Lök stekt m. flytande matfett (beräknat)	Aska	1	1
6349	Lök stekt m. flytande matfett (beräknat)	Vitamin A	3	2
6349	Lök stekt m. flytande matfett (beräknat)	Natrium	6	6
6349	Lök stekt m. flytande matfett (beräknat)	Retinol	3	2
6349	Lök stekt m. flytande matfett (beräknat)	Salt	0	0
6349	Lök stekt m. flytande matfett (beräknat)	Niacinekvalenter	0,3	0,3
6352	Tzatziki m. morot (beräknat)	Disackarider	3	3
6352	Tzatziki m. morot (beräknat)	Monosackarider	2	2
6352	Tzatziki m. morot (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2

6352	Tzatziki m. morot (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
6352	Tzatziki m. morot (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
6352	Tzatziki m. morot (beräknat)	Protein	2	2
6352	Tzatziki m. morot (beräknat)	Salt	0	0
6353	Mango currysås hemlagad (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
6353	Mango currysås hemlagad (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
6353	Mango currysås hemlagad (beräknat)	Summa mättade fettsyror	6	6
6353	Mango currysås hemlagad (beräknat)	Protein	1	1
6353	Mango currysås hemlagad (beräknat)	Kolhydrater	9	9
6353	Mango currysås hemlagad (beräknat)	Salt	2	2
6355	(beräknat)	Summa mättade fettsyror	4	4
6355	(beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
6379	Grönsaksbiff broccolibiff stekt veg. (beräknat)	Fett	15,9	15,9
6379	Grönsaksbiff broccolibiff stekt veg. (beräknat)	Vitamin D	0,1	0,1
6379	Grönsaksbiff broccolibiff stekt veg. (beräknat)	Retinol	25	25
6379	Grönsaksbiff broccolibiff stekt veg. (beräknat)	β-Karoten	1308	1308
6379	Grönsaksbiff broccolibiff stekt veg. (beräknat)	Vitamin E	4,0	4,0
6379	Grönsaksbiff broccolibiff stekt veg. (beräknat)	Aska	2	2
6379	Grönsaksbiff broccolibiff stekt veg. (beräknat)	Energi (kcal)	271	271
6379	Grönsaksbiff broccolibiff stekt veg. (beräknat)	Avfall (skal etc.)	1	1
6379	Grönsaksbiff broccolibiff stekt veg. (beräknat)	Vatten	49	49
6379	Grönsaksbiff broccolibiff stekt veg. (beräknat)	Kolhydrater	24	24
6379	Grönsaksbiff broccolibiff stekt veg. (beräknat)	Vitamin A	152	152
6379	Grönsaksbiff broccolibiff stekt veg. (beräknat)	Magnesium	22,3	22,3
6379	Grönsaksbiff broccolibiff stekt veg. (beräknat)	Natrium	496	496
6379	Grönsaksbiff broccolibiff stekt veg. (beräknat)	Zink	0,97	0,97
6379	Grönsaksbiff broccolibiff stekt veg. (beräknat)	Selen	1,8	1,8
6379	Grönsaksbiff broccolibiff stekt veg. (beräknat)	Salt	1	1
6379	Grönsaksbiff broccolibiff stekt veg. (beräknat)	Fullkorn totalt	1	1
6379	Grönsaksbiff broccolibiff stekt veg. (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
6379	Grönsaksbiff broccolibiff stekt veg. (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
6379	Grönsaksbiff broccolibiff stekt veg. (beräknat)	Niacin	0,5	0,5
6379	Grönsaksbiff broccolibiff stekt veg. (beräknat)	Vitamin C	8	8
6379	Grönsaksbiff broccolibiff stekt veg. (beräknat)	Niacinekvivalenter	2,0	2,0
6380	Gryta kycklinggryta m. bönor kakao (beräknat)	Monosackarider	2	2
6380	Gryta kycklinggryta m. bönor kakao (beräknat)	Disackarider	0	0
6380	Gryta kycklinggryta m. bönor kakao (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6380	Gryta kycklinggryta m. bönor kakao (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
6380	Gryta kycklinggryta m. bönor kakao (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
6380	Gryta kycklinggryta m. bönor kakao (beräknat)	Jod		37,0
6380	Gryta kycklinggryta m. bönor kakao (beräknat)	Protein	11	11
6380	Gryta kycklinggryta m. bönor kakao (beräknat)	Avfall (skal etc.)	1	1
6380	Gryta kycklinggryta m. bönor kakao (beräknat)	Salt	1	1
6381	(beräknat)	Kolesterol	86	88
6381	(beräknat)	DHA (C22:6)	0,1	0,1
6381	(beräknat)	Disackarider	0	0
6381	(beräknat)	Monosackarider	0	0
6381	(beräknat)	Energi (kJ)	1080	1082
6381	(beräknat)	Summa mättade fettsyror	9	9
6381	(beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	4	4

6381	(beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6381	(beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	1,2	1,2
6381	(beräknat)	Myristinsyra C14:0	1,3	1,4
6381	(beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,4	0,4
6381	(beräknat)	Palmitinsyra C16:0	4,1	4,2
6381	(beräknat)	Stearinsyra C18:0	1,2	1,3
6381	(beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
6381	(beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
6381	(beräknat)	EPA (C20:5)	0,0	0,0
6381	(beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
6381	(beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
6381	(beräknat)	Vitamin B12	0,9	0,9
6381	(beräknat)	Folat	21	21
6381	(beräknat)	Socker totalt	1	1
6381	(beräknat)	Jod		141,0
6381	(beräknat)	Fosfor	219	214
6381	(beräknat)	Kalcium	35,2	36,5
6381	(beräknat)	Järn	0,5	0,5
6381	(beräknat)	Kalium	347	331
6381	(beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
6381	(beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,2	0,2
6381	(beräknat)	Oljesyra C18:1	3,7	3,8
6381	(beräknat)	Linolsyra C18:2	0,8	0,8
6381	(beräknat)	Protein	18	18
6381	(beräknat)	Fibrer	2	2
6381	(beräknat)	Fett	15,3	15,4
6381	(beräknat)	Vitamin D	1,0	1,0
6381	(beräknat)	Retinol	92	98
6381	(beräknat)	β-Karoten	236	236
6381	(beräknat)	Vitamin E	1,4	1,4
6381	(beräknat)	Aska	2	2
6381	(beräknat)	Energi (kcal)	258	259
6381	(beräknat)	Avfall (skal etc.)	21	19
6381	(beräknat)	Vatten	52	52
6381	(beräknat)	Kolhydrater	11	11
6381	(beräknat)	Vitamin A	112	118
6381	(beräknat)	Magnesium	34,7	34,7
6381	(beräknat)	Natrium	490	496
6381	(beräknat)	Zink	0,77	0,75
6381	(beräknat)	Selen	23,5	22,6
6381	(beräknat)	Salt	1	1
6381	(beräknat)	Fullkorn totalt	3	3
6381	(beräknat)	Tillsatt socker	1	1
6381	(beräknat)	Fritt socker	1	1
6381	(beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
6381	(beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
6381	(beräknat)	Niacin	2,4	2,4
6381	(beräknat)	Vitamin C	4	4
6381	(beräknat)	Niacinekvivalenter	5,7	5,7
6382	Fisk m. saltorkad tomat persilja vitlök (beräknat)	Energi (kJ)	970	971

6382	Fisk m. saltorkad tomat persilja vitlök (beräknat)	Monosackarider	2	2
6382	Fisk m. saltorkad tomat persilja vitlök (beräknat)	Disackarider	0	0
6382	Fisk m. saltorkad tomat persilja vitlök (beräknat)	DHA (C22:6)	0,1	0,1
6382	Fisk m. saltorkad tomat persilja vitlök (beräknat)	Kolesterol	62	55
6382	Fisk m. saltorkad tomat persilja vitlök (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,5	0,3
6382	Fisk m. saltorkad tomat persilja vitlök (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
6382	Fisk m. saltorkad tomat persilja vitlök (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	4	5
6382	Fisk m. saltorkad tomat persilja vitlök (beräknat)	Summa mättade fettsyror	6	5
6382	Fisk m. saltorkad tomat persilja vitlök (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,7	0,6
6382	Fisk m. saltorkad tomat persilja vitlök (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	3,2	3,2
6382	Fisk m. saltorkad tomat persilja vitlök (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,3	0,3
6382	Fisk m. saltorkad tomat persilja vitlök (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,6	0,4
6382	Fisk m. saltorkad tomat persilja vitlök (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
6382	Fisk m. saltorkad tomat persilja vitlök (beräknat)	EPA (C20:5)	0,0	0,0
6382	Fisk m. saltorkad tomat persilja vitlök (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
6382	Fisk m. saltorkad tomat persilja vitlök (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,3	0,4
6382	Fisk m. saltorkad tomat persilja vitlök (beräknat)	Socker totalt	3	3
6382	Fisk m. saltorkad tomat persilja vitlök (beräknat)	Folat	20	19
6382	Fisk m. saltorkad tomat persilja vitlök (beräknat)	Vitamin B12	0,9	0,9
6382	Fisk m. saltorkad tomat persilja vitlök (beräknat)	Vitamin B6	0,2	0,2
6382	Fisk m. saltorkad tomat persilja vitlök (beräknat)	Kalium	521	506
6382	Fisk m. saltorkad tomat persilja vitlök (beräknat)	Järn	0,8	0,8
6382	Fisk m. saltorkad tomat persilja vitlök (beräknat)	Kalcium	37,4	38,6
6382	Fisk m. saltorkad tomat persilja vitlök (beräknat)	Fosfor	226	221
6382	Fisk m. saltorkad tomat persilja vitlök (beräknat)	Jod		122,3
6382	Fisk m. saltorkad tomat persilja vitlök (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,2	1,4
6382	Fisk m. saltorkad tomat persilja vitlök (beräknat)	Oljesyra C18:1	4,2	4,7
6382	Fisk m. saltorkad tomat persilja vitlök (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
6382	Fisk m. saltorkad tomat persilja vitlök (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
6382	Fisk m. saltorkad tomat persilja vitlök (beräknat)	Fett	12,3	12,4
6382	Fisk m. saltorkad tomat persilja vitlök (beräknat)	Fibrer	2	2
6382	Fisk m. saltorkad tomat persilja vitlök (beräknat)	Protein	18	18
6382	Fisk m. saltorkad tomat persilja vitlök (beräknat)	Vitamin E	2,4	2,7
6382	Fisk m. saltorkad tomat persilja vitlök (beräknat)	β-Karoten	225	227
6382	Fisk m. saltorkad tomat persilja vitlök (beräknat)	Retinol	92	102
6382	Fisk m. saltorkad tomat persilja vitlök (beräknat)	Vitamin D	1,6	1,9
6382	Fisk m. saltorkad tomat persilja vitlök (beräknat)	Kolhydrater	11	11
6382	Fisk m. saltorkad tomat persilja vitlök (beräknat)	Vatten	53	53
6382	Fisk m. saltorkad tomat persilja vitlök (beräknat)	Avfall (skal etc.)	21	19
6382	Fisk m. saltorkad tomat persilja vitlök (beräknat)	Energi (kcal)	232	232
6382	Fisk m. saltorkad tomat persilja vitlök (beräknat)	Aska	3	3
6382	Fisk m. saltorkad tomat persilja vitlök (beräknat)	Selen	23,0	22,2
6382	Fisk m. saltorkad tomat persilja vitlök (beräknat)	Zink	0,80	0,79
6382	Fisk m. saltorkad tomat persilja vitlök (beräknat)	Natrium	710	719
6382	Fisk m. saltorkad tomat persilja vitlök (beräknat)	Magnesium	41,5	41,5
6382	Fisk m. saltorkad tomat persilja vitlök (beräknat)	Vitamin A	111	121
6382	Fisk m. saltorkad tomat persilja vitlök (beräknat)	Fritt socker	1	1
6382	Fisk m. saltorkad tomat persilja vitlök (beräknat)	Tillsatt socker	1	1
6382	Fisk m. saltorkad tomat persilja vitlök (beräknat)	Fullkorn totalt	2	2
6382	Fisk m. saltorkad tomat persilja vitlök (beräknat)	Salt	2	2

6382	Fisk m. saltorkad tomat persilja vitlök (beräknat)	Niacinekvivalenter	6,0	5,9
6382	Fisk m. saltorkad tomat persilja vitlök (beräknat)	Vitamin C	3	3
6382	Fisk m. saltorkad tomat persilja vitlök (beräknat)	Niacin	2,7	2,6
6382	Fisk m. saltorkad tomat persilja vitlök (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
6382	Fisk m. saltorkad tomat persilja vitlök (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
6383	Gratäng djungelgratäng m. kyckling banan mango chutney crème fraiche (beräknat)	Kolesterol	76	75
6383	Gratäng djungelgratäng m. kyckling banan mango chutney crème fraiche (beräknat)	Disackarider	3	3
6383	Gratäng djungelgratäng m. kyckling banan mango chutney crème fraiche (beräknat)	Energi (kJ)	925	926
6383	Gratäng djungelgratäng m. kyckling banan mango chutney crème fraiche (beräknat)	Summa mättade fettsyror	10	10
6383	Gratäng djungelgratäng m. kyckling banan mango chutney crème fraiche (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
6383	Gratäng djungelgratäng m. kyckling banan mango chutney crème fraiche (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6383	Gratäng djungelgratäng m. kyckling banan mango chutney crème fraiche (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	1,5	1,4
6383	Gratäng djungelgratäng m. kyckling banan mango chutney crème fraiche (beräknat)	Myristinsyra C14:0	1,5	1,5
6383	Gratäng djungelgratäng m. kyckling banan mango chutney crème fraiche (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,5	0,4
6383	Gratäng djungelgratäng m. kyckling banan mango chutney crème fraiche (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	4,4	4,4
6383	Gratäng djungelgratäng m. kyckling banan mango chutney crème fraiche (beräknat)	Stearinsyra C18:0	1,7	1,7
6383	Gratäng djungelgratäng m. kyckling banan mango chutney crème fraiche (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,2	0,2
6383	Gratäng djungelgratäng m. kyckling banan mango chutney crème fraiche (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
6383	Gratäng djungelgratäng m. kyckling banan mango chutney crème fraiche (beräknat)	Vitamin B6	0,3	0,3
6383	Gratäng djungelgratäng m. kyckling banan mango chutney crème fraiche (beräknat)	Socker totalt	7	7
6383	Gratäng djungelgratäng m. kyckling banan mango chutney crème fraiche (beräknat)	Jod	4,8	4,8
6383	Gratäng djungelgratäng m. kyckling banan mango chutney crème fraiche (beräknat)	Fosfor	175	175
6383	Gratäng djungelgratäng m. kyckling banan mango chutney crème fraiche (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
6383	Gratäng djungelgratäng m. kyckling banan mango chutney crème fraiche (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,2	0,2
6383	Gratäng djungelgratäng m. kyckling banan mango chutney crème fraiche (beräknat)	Oljesyra C18:1	3,9	3,9
6383	Gratäng djungelgratäng m. kyckling banan mango chutney crème fraiche (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,6	0,6
6383	Gratäng djungelgratäng m. kyckling banan mango chutney crème fraiche (beräknat)	Protein	11	11
6383	Gratäng djungelgratäng m. kyckling banan mango chutney crème fraiche (beräknat)	Fett	16,1	16,2
6383	Gratäng djungelgratäng m. kyckling banan mango chutney crème fraiche (beräknat)	Vitamin D	0,3	0,3
6383	Gratäng djungelgratäng m. kyckling banan mango chutney crème fraiche (beräknat)	Retinol	128	127
6383	Gratäng djungelgratäng m. kyckling banan mango chutney crème fraiche (beräknat)	β-Karoten	95	94
6383	Gratäng djungelgratäng m. kyckling banan mango chutney crème fraiche (beräknat)	Vitamin E	1,1	1,1

6383	Gratäng djungelgratäng m. kyckling banan mango chutney crème fraiche (beräknat)	Aska	1	1
6383	Gratäng djungelgratäng m. kyckling banan mango chutney crème fraiche (beräknat)	Energi (kcal)	221	221
6383	Gratäng djungelgratäng m. kyckling banan mango chutney crème fraiche (beräknat)	Vatten	63	63
6383	Gratäng djungelgratäng m. kyckling banan mango chutney crème fraiche (beräknat)	Kolhydrater	8	8
6383	Gratäng djungelgratäng m. kyckling banan mango chutney crème fraiche (beräknat)	Vitamin A	136	135
6383	Gratäng djungelgratäng m. kyckling banan mango chutney crème fraiche (beräknat)	Natrium	86	86
6383	Gratäng djungelgratäng m. kyckling banan mango chutney crème fraiche (beräknat)	Salt	0	0
6383	Gratäng djungelgratäng m. kyckling banan mango chutney crème fraiche (beräknat)	Niacinekvivalenter	7,7	7,7
6384	Mango chutney (beräknat)	Energi (kJ)	468	468
6384	Mango chutney (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
6384	Mango chutney (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
6384	Mango chutney (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
6384	Mango chutney (beräknat)	Protein	1	1
6384	Mango chutney (beräknat)	Energi (kcal)	112	112
6384	Mango chutney (beräknat)	Salt	0	0
6385	Gratäng m. kassler ananas ost (beräknat)	Energi (kJ)	538	538
6385	Gratäng m. kassler ananas ost (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
6385	Gratäng m. kassler ananas ost (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
6385	Gratäng m. kassler ananas ost (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
6385	Gratäng m. kassler ananas ost (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,1	1,1
6385	Gratäng m. kassler ananas ost (beräknat)	Vitamin B6	0,3	0,3
6385	Gratäng m. kassler ananas ost (beräknat)	Jod	5,1	1,4
6385	Gratäng m. kassler ananas ost (beräknat)	Protein	18	18
6404	(beräknat)	Salt	1	1
6404	(beräknat)	Niacinekvivalenter	1,3	1,3
6405	(beräknat)	Energi (kJ)	376	378
6405	(beräknat)	Monosackarider	2	2
6405	(beräknat)	Disackarider	1	1
6405	(beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
6405	(beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6405	(beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
6405	(beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
6405	(beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,1	0,1
6405	(beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,2	0,2
6405	(beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
6405	(beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,0	0,0
6405	(beräknat)	Linolensyra C18:3	0,2	0,2
6405	(beräknat)	Socker totalt	2	2
6405	(beräknat)	Fosfor	101	101
6405	(beräknat)	Jod	20,7	20,7
6405	(beräknat)	Linolsyra C18:2	0,5	0,5
6405	(beräknat)	Oljesyra C18:1	0,9	0,9
6405	(beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
6405	(beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
6405	(beräknat)	Fett	2,1	2,1

6405	(beräknat)	Protein	7	7
6405	(beräknat)	Vitamin E	1,0	1,0
6405	(beräknat)	β-Karoten	149	148
6405	(beräknat)	Retinol	4	2
6405	(beräknat)	Vitamin D	0,1	0,1
6405	(beräknat)	Kolhydrater	9	9
6405	(beräknat)	Vatten	76	76
6405	(beräknat)	Avfall (skal etc.)	2	2
6405	(beräknat)	Energi (kcal)	90	90
6405	(beräknat)	Aska	2	2
6405	(beräknat)	Natrium	405	404
6405	(beräknat)	Vitamin A	17	15
6405	(beräknat)	Salt	1	1
6405	(beräknat)	Niacinekvivalenter	1,8	1,8
6406	Gryta chili con soja veg. (beräknat)	Disackarider	1	1
6406	Gryta chili con soja veg. (beräknat)	Monosackarider	2	2
6406	Gryta chili con soja veg. (beräknat)	Energi (kJ)	430	432
6406	Gryta chili con soja veg. (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
6406	Gryta chili con soja veg. (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
6406	Gryta chili con soja veg. (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6406	Gryta chili con soja veg. (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
6406	Gryta chili con soja veg. (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,0	0,0
6406	Gryta chili con soja veg. (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,1	0,1
6406	Gryta chili con soja veg. (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,2	0,2
6406	Gryta chili con soja veg. (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,1	0,1
6406	Gryta chili con soja veg. (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,3	0,3
6406	Gryta chili con soja veg. (beräknat)	Socker totalt	2	2
6406	Gryta chili con soja veg. (beräknat)	Jod	20,5	20,5
6406	Gryta chili con soja veg. (beräknat)	Fosfor	89	89
6406	Gryta chili con soja veg. (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
6406	Gryta chili con soja veg. (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
6406	Gryta chili con soja veg. (beräknat)	Oljesyra C18:1	1,8	1,8
6406	Gryta chili con soja veg. (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,7	0,7
6406	Gryta chili con soja veg. (beräknat)	Protein	7	7
6406	Gryta chili con soja veg. (beräknat)	Fett	3,5	3,5
6406	Gryta chili con soja veg. (beräknat)	Vitamin D	0,1	0,1
6406	Gryta chili con soja veg. (beräknat)	Retinol	4	2
6406	Gryta chili con soja veg. (beräknat)	β-Karoten	147	146
6406	Gryta chili con soja veg. (beräknat)	Vitamin E	1,5	1,5
6406	Gryta chili con soja veg. (beräknat)	Aska	2	2
6406	Gryta chili con soja veg. (beräknat)	Energi (kcal)	103	103
6406	Gryta chili con soja veg. (beräknat)	Avfall (skal etc.)	2	2
6406	Gryta chili con soja veg. (beräknat)	Vatten	74	74
6406	Gryta chili con soja veg. (beräknat)	Kolhydrater	9	9
6406	Gryta chili con soja veg. (beräknat)	Vitamin A	16	15
6406	Gryta chili con soja veg. (beräknat)	Natrium	427	426
6406	Gryta chili con soja veg. (beräknat)	Salt	1	1
6406	Gryta chili con soja veg. (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,7	1,7
6407	Svampproteinfärssås veg. (beräknat)	Energi (kJ)	376	378
6407	Svampproteinfärssås veg. (beräknat)	Monosackarider	3	3

6407	Svampproteinfärssås veg. (beräknat)	Disackarider	0	0
6407	Svampproteinfärssås veg. (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
6407	Svampproteinfärssås veg. (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6407	Svampproteinfärssås veg. (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
6407	Svampproteinfärssås veg. (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
6407	Svampproteinfärssås veg. (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,1	0,1
6407	Svampproteinfärssås veg. (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,3	0,3
6407	Svampproteinfärssås veg. (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
6407	Svampproteinfärssås veg. (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,0	0,0
6407	Svampproteinfärssås veg. (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,2	0,2
6407	Svampproteinfärssås veg. (beräknat)	Socker totalt	4	4
6407	Svampproteinfärssås veg. (beräknat)	Fosfor	134	134
6407	Svampproteinfärssås veg. (beräknat)	Jod	27,9	27,9
6407	Svampproteinfärssås veg. (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,7	0,8
6407	Svampproteinfärssås veg. (beräknat)	Oljesyra C18:1	1,3	1,3
6407	Svampproteinfärssås veg. (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
6407	Svampproteinfärssås veg. (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
6407	Svampproteinfärssås veg. (beräknat)	Fett	2,9	3,0
6407	Svampproteinfärssås veg. (beräknat)	Protein	8	8
6407	Svampproteinfärssås veg. (beräknat)	Vitamin E	1,7	1,7
6407	Svampproteinfärssås veg. (beräknat)	β-Karoten	319	318
6407	Svampproteinfärssås veg. (beräknat)	Retinol	5	3
6407	Svampproteinfärssås veg. (beräknat)	Vitamin D	0,1	0,1
6407	Svampproteinfärssås veg. (beräknat)	Kolhydrater	6	6
6407	Svampproteinfärssås veg. (beräknat)	Vatten	76	76
6407	Svampproteinfärssås veg. (beräknat)	Avfall (skal etc.)	1	1
6407	Svampproteinfärssås veg. (beräknat)	Energi (kcal)	90	90
6407	Svampproteinfärssås veg. (beräknat)	Aska	3	3
6407	Svampproteinfärssås veg. (beräknat)	Natrium	801	800
6407	Svampproteinfärssås veg. (beräknat)	Vitamin A	33	30
6407	Svampproteinfärssås veg. (beräknat)	Salt	2	2
6407	Svampproteinfärssås veg. (beräknat)	Niacinekvivalenter	2,5	2,5
6408	Gryta böngryta provencale m. potatis rotselleri vitt vin crème fraiche veg. (beräknat)	Disackarider	1	1
6408	Gryta böngryta provencale m. potatis rotselleri vitt vin crème fraiche veg. (beräknat)	Monosackarider	1	1
6408	Gryta böngryta provencale m. potatis rotselleri vitt vin crème fraiche veg. (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
6408	Gryta böngryta provencale m. potatis rotselleri vitt vin crème fraiche veg. (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
6408	Gryta böngryta provencale m. potatis rotselleri vitt vin crème fraiche veg. (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
6408	Gryta böngryta provencale m. potatis rotselleri vitt vin crème fraiche veg. (beräknat)	Protein	4	4
6408	Gryta böngryta provencale m. potatis rotselleri vitt vin crème fraiche veg. (beräknat)	Avfall (skal etc.)	6	6
6408	Gryta böngryta provencale m. potatis rotselleri vitt vin crème fraiche veg. (beräknat)	Kolhydrater	10	10
6408	Gryta böngryta provencale m. potatis rotselleri vitt vin crème fraiche veg. (beräknat)	Salt	1	1
6409	Gryta halloumigryta m. linser veg. (beräknat)	Energi (kJ)	619	615
6409	Gryta halloumigryta m. linser veg. (beräknat)	Monosackarider	2	2
6409	Gryta halloumigryta m. linser veg. (beräknat)	Disackarider	2	2

6409	Gryta halloumigryta m. linser veg. (beräknat)	Kolesterol	23	22
6409	Gryta halloumigryta m. linser veg. (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,6	0,6
6409	Gryta halloumigryta m. linser veg. (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6409	Gryta halloumigryta m. linser veg. (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	2
6409	Gryta halloumigryta m. linser veg. (beräknat)	Summa mättade fettsyror	5	5
6409	Gryta halloumigryta m. linser veg. (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,7	0,7
6409	Gryta halloumigryta m. linser veg. (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	2,4	2,3
6409	Gryta halloumigryta m. linser veg. (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,2	0,2
6409	Gryta halloumigryta m. linser veg. (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,8	0,8
6409	Gryta halloumigryta m. linser veg. (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
6409	Gryta halloumigryta m. linser veg. (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
5872	Äpple Golden delicious Granny Smith grönt	Vitamin K	3,5	3,5
5875	Kyckling pulled chicken tillagad m. marinad	Monosackarider	1	1
5875	Kyckling pulled chicken tillagad m. marinad	Summa mättade fettsyror	1	1
5875	Kyckling pulled chicken tillagad m. marinad	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
5875	Kyckling pulled chicken tillagad m. marinad	Summa fleromättade fettsyror	1	1
5875	Kyckling pulled chicken tillagad m. marinad	Protein	20	20
5875	Kyckling pulled chicken tillagad m. marinad	Vitamin K	55,6	55,6
5875	Kyckling pulled chicken tillagad m. marinad	Salt	2	2
5916	Tacosås	Energi (kJ)	166	133
5916	Tacosås	Monosackarider	3	3
5916	Tacosås	Disackarider	1	1
5916	Tacosås	Kolhydrater	7	5
5916	Tacosås	Protein	2	2
5916	Tacosås	Aska	0	2
5916	Tacosås	Energi (kcal)	40	32
5916	Tacosås	Salt	2	2
5926	Hällefundra odlad Atlanten rå	Energi (kJ)	470	429
5926	Hällefundra odlad Atlanten rå	Energi (kcal)	112	102
5926	Hällefundra odlad Atlanten rå	Salt	0	0
5935	Korngryn kokt u. salt (beräknat)	Salt	0	0
5956	Havregurt naturell fett 2,2% berikad	Monosackarider	0	0
5956	Havregurt naturell fett 2,2% berikad	Disackarider	4	4
5956	Havregurt naturell fett 2,2% berikad	Summa fleromättade fettsyror	1	1
5956	Havregurt naturell fett 2,2% berikad	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
5956	Havregurt naturell fett 2,2% berikad	Summa mättade fettsyror	0	0
5956	Havregurt naturell fett 2,2% berikad	Protein	1	2
5956	Havregurt naturell fett 2,2% berikad	Salt	0	0
5957	Fraiche m. havre veg. fett 15% berikad	Disackarider	3	3
5957	Fraiche m. havre veg. fett 15% berikad	Monosackarider	0	0
5957	Fraiche m. havre veg. fett 15% berikad	Summa mättade fettsyror	1	1
5957	Fraiche m. havre veg. fett 15% berikad	Summa enkelomättade fettsyror	9	9
5957	Fraiche m. havre veg. fett 15% berikad	Summa fleromättade fettsyror	5	5
6052	(beräknat)	Retinol	147	147
6052	(beräknat)	Vitamin D	3,4	3,4
6052	(beräknat)	Avfall (skal etc.)	19	15
6052	(beräknat)	Vatten	59	59
6052	(beräknat)	Aska	2	2
6052	(beräknat)	Energi (kcal)	268	268
6052	(beräknat)	Vitamin A	165	165

6052	(beräknat)	Natrium	595	595
6052	(beräknat)	Salt	1	2
6052	(beräknat)	Niacinekvivalenter	6,4	6,4
6053	Cashewnötter rostade m. salt	Disackarider	6	6
6053	Cashewnötter rostade m. salt	Energi (kJ)	2499	2498
6053	Cashewnötter rostade m. salt	Kolhydrater	19	19
6053	Cashewnötter rostade m. salt	Energi (kcal)	597	597
6053	Cashewnötter rostade m. salt	Salt	1	1
6057	Gris kassler tillagad	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
6057	Gris kassler tillagad	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6057	Gris kassler tillagad	Summa mättade fettsyror	3	3
6057	Gris kassler tillagad	Protein	19	19
6057	Gris kassler tillagad	Vitamin K	7,6	7,6
6057	Gris kassler tillagad	Salt	4	4
6058	Kyckling bröstfilé tillagad u. skinn frysvara	Summa mättade fettsyror	1	1
6058	Kyckling bröstfilé tillagad u. skinn frysvara	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
6058	Kyckling bröstfilé tillagad u. skinn frysvara	Summa fleromättade fettsyror	0	1
6058	Kyckling bröstfilé tillagad u. skinn frysvara	Protein	20	20
6058	Kyckling bröstfilé tillagad u. skinn frysvara	Salt	1	1
6069	Drickyoghurt smaksatt fett ca 1%	Monosackarider	1	1
6069	Drickyoghurt smaksatt fett ca 1%	Disackarider	8	8
6069	Drickyoghurt smaksatt fett ca 1%	Summa fleromättade fettsyror	0	0
6069	Drickyoghurt smaksatt fett ca 1%	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
6069	Drickyoghurt smaksatt fett ca 1%	Summa mättade fettsyror	1	1
6069	Drickyoghurt smaksatt fett ca 1%	Vitamin B6	0,0	0,0
6069	Drickyoghurt smaksatt fett ca 1%	Protein	3	3
6069	Drickyoghurt smaksatt fett ca 1%	Salt	0	0
6070	Ost hårdost eko. fett 28%	Summa mättade fettsyror	17	18
6070	Ost hårdost eko. fett 28%	Summa enkelomättade fettsyror	6	6
6070	Ost hårdost eko. fett 28%	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6070	Ost hårdost eko. fett 28%	Vitamin B6	0,0	0,0
6070	Ost hårdost eko. fett 28%	Vitamin K	29,0	29,0
6070	Ost hårdost eko. fett 28%	Salt	1	1
6071	Vaniljsås ätf.	Monosackarider	0	0
6071	Vaniljsås ätf.	Disackarider	13	13
6071	Vaniljsås ätf.	Summa fleromättade fettsyror	0	0
6071	Vaniljsås ätf.	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
6071	Vaniljsås ätf.	Summa mättade fettsyror	3	3
6071	Vaniljsås ätf.	Protein	3	3
6071	Vaniljsås ätf.	Salt	0	0
6076	Yoghurt naturell eko. fett 3%	Disackarider	3	3
6076	Yoghurt naturell eko. fett 3%	Monosackarider	0	0
6076	Yoghurt naturell eko. fett 3%	Summa mättade fettsyror	2	2
6076	Yoghurt naturell eko. fett 3%	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
6076	Yoghurt naturell eko. fett 3%	Summa fleromättade fettsyror	0	0
6076	Yoghurt naturell eko. fett 3%	Vitamin B6	0,0	0,0
6076	Yoghurt naturell eko. fett 3%	Vitamin D	0,0	1,0
6076	Yoghurt naturell eko. fett 3%	Vitamin K	0,7	0,7
6076	Yoghurt naturell eko. fett 3%	Salt	0	0
6079	Pannkaka tunn helfabrikt	Disackarider	6	6

6079	Pannkaka tunn helfabrikat	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6079	Pannkaka tunn helfabrikat	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
6079	Pannkaka tunn helfabrikat	Summa mättade fettsyror	1	1
6079	Pannkaka tunn helfabrikat	Protein	7	7
6079	Pannkaka tunn helfabrikat	Vitamin K	7,1	7,1
6158	Hampafrö m. skal	Summa mättade fettsyror	3	3
6158	Hampafrö m. skal	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
6158	Hampafrö m. skal	Summa fleromättade fettsyror	26	26
6158	Hampafrö m. skal	Protein	21	21
6158	Hampafrö m. skal	Salt	0	0
6159	Hampafrö u. skal	Monosackarider	1	1
6159	Hampafrö u. skal	Disackarider	1	1
6159	Hampafrö u. skal	Summa fleromättade fettsyror	40	40
6159	Hampafrö u. skal	Summa enkelomättade fettsyror	6	6
6159	Hampafrö u. skal	Summa mättade fettsyror	4	4
6159	Hampafrö u. skal	Protein	28	28
6159	Hampafrö u. skal	Salt	0	0
6160	Vallmofrö	Disackarider	2	2
6160	Vallmofrö	Monosackarider	1	1
6160	Vallmofrö	Summa mättade fettsyror	4	4
6160	Vallmofrö	Summa enkelomättade fettsyror	6	6
6160	Vallmofrö	Summa fleromättade fettsyror	32	32
6160	Vallmofrö	Protein	18	18
6160	Vallmofrö	Salt	0	0
6164	Senap sötstark	Monosackarider	4	4
6164	Senap sötstark	Summa fleromättade fettsyror	2	2
6164	Senap sötstark	Summa mättade fettsyror	1	1
6164	Senap sötstark	Protein	4	4
6164	Senap sötstark	Salt	1	1
6165	Kokosolja	Summa mättade fettsyror	87	87
6165	Kokosolja	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
6165	Kokosolja	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6166	Majonnäs m. sojabönlja fett 80%	Disackarider	1	2
6166	Majonnäs m. sojabönlja fett 80%	Summa fleromättade fettsyror	39	39
6166	Majonnäs m. sojabönlja fett 80%	Summa enkelomättade fettsyror	21	21
6166	Majonnäs m. sojabönlja fett 80%	Summa mättade fettsyror	11	11
6166	Majonnäs m. sojabönlja fett 80%	Protein	1	1
6166	Majonnäs m. sojabönlja fett 80%	Salt	1	1
6167	Majonnäs m. solrosolja fett 80%	Disackarider	1	2
6167	Majonnäs m. solrosolja fett 80%	Summa mättade fettsyror	7	8
6167	Majonnäs m. solrosolja fett 80%	Summa enkelomättade fettsyror	20	20
6167	Majonnäs m. solrosolja fett 80%	Summa fleromättade fettsyror	39	39
6167	Majonnäs m. solrosolja fett 80%	Protein	1	1
6167	Majonnäs m. solrosolja fett 80%	Salt	1	1
6168	Kräfta kräftstjärtar konserv. u. lag	Summa fleromättade fettsyror	0	0
6168	Kräfta kräftstjärtar konserv. u. lag	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
6168	Kräfta kräftstjärtar konserv. u. lag	Summa mättade fettsyror	0	0
6168	Kräfta kräftstjärtar konserv. u. lag	Protein	16	16
6168	Kräfta kräftstjärtar konserv. u. lag	Vitamin K	2,4	2,4
6168	Kräfta kräftstjärtar konserv. u. lag	Salt	2	2

6169	Sikrom Nordamerikansk	Monosackarider	0	0
6169	Sikrom Nordamerikansk	Summa mättade fettsyror	2	2
6169	Sikrom Nordamerikansk	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
6169	Sikrom Nordamerikansk	Summa fleromättade fettsyror	3	3
6169	Sikrom Nordamerikansk	Salt	3	3
6170	Påläggskaviar m. färskost	Monosackarider	0	0
6170	Påläggskaviar m. färskost	Disackarider	6	6
6170	Påläggskaviar m. färskost	Summa fleromättade fettsyror	5	5
6170	Påläggskaviar m. färskost	Summa enkelomättade fettsyror	12	12
6170	Påläggskaviar m. färskost	Summa mättade fettsyror	4	4
6255	Fruktstång fruktgodis berikad	Vitamin K	5,7	5,7
6255	Fruktstång fruktgodis berikad	Salt	0	0
6256	konserv.	Summa fleromättade fettsyror	0	0
6256	konserv.	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
6256	konserv.	Summa mättade fettsyror	0	0
6256	konserv.	Vitamin K	3,8	3,8
6256	konserv.	Salt	0	0
6257	(beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
6257	(beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
6257	(beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6257	(beräknat)	Salt	0	0
6259	(beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6259	(beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
6259	(beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
6259	(beräknat)	Salt	0	0
6260	(beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
6260	(beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
6260	(beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6260	(beräknat)	Protein	2	2
6260	(beräknat)	Salt	0	0
6261	berikad (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
6261	berikad (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
6261	berikad (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
6261	berikad (beräknat)	Salt	0	0
6262	osötad berikad (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
6262	osötad berikad (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6284	Falafel kikärtskroetter ugnstekta (beräknat)	Salt	1	1
6285	Soja- och veteprotein bullar stekta (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
6285	Soja- och veteprotein bullar stekta (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
6285	Soja- och veteprotein bullar stekta (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	3	3
6285	Soja- och veteprotein bullar stekta (beräknat)	Protein	19	19
6285	Soja- och veteprotein bullar stekta (beräknat)	Vitamin K	5,8	5,9
6285	Soja- och veteprotein bullar stekta (beräknat)	Salt	1	1
6286	Soja- och veteprotein bullar ugnstekta (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	3	3
6286	Soja- och veteprotein bullar ugnstekta (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
6286	Soja- och veteprotein bullar ugnstekta (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
6286	Soja- och veteprotein bullar ugnstekta (beräknat)	Protein	20	20
6286	Soja- och veteprotein bullar ugnstekta (beräknat)	Vitamin K	6,1	6,2
6286	Soja- och veteprotein bullar ugnstekta (beräknat)	Salt	1	1
6287	Sojaprotein färs stekt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2

6287	Sojaprotein färs stekt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	7	8
6287	Sojaprotein färs stekt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	3	3
6287	Sojaprotein färs stekt (beräknat)	Protein	23	23
6287	Sojaprotein färs stekt (beräknat)	Vitamin K	11,8	11,8
6287	Sojaprotein färs stekt (beräknat)	Salt	1	2
6288	Sojaprotein bitar stekta typ Tzay® (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	3	3
6288	Sojaprotein bitar stekta typ Tzay® (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
6288	Sojaprotein bitar stekta typ Tzay® (beräknat)	Protein	17	17
6288	Sojaprotein bitar stekta typ Tzay® (beräknat)	Vitamin K	7,9	7,9
6289	Sojaprotein bitar stekta typ Oumph® (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
6289	Sojaprotein bitar stekta typ Oumph® (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
6289	Sojaprotein bitar stekta typ Oumph® (beräknat)	Protein	20	20
6289	Sojaprotein bitar stekta typ Oumph® (beräknat)	Salt	1	1
6290	(beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
6290	(beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
6290	(beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
6313	Svampprotein schnitzel ugnsstekt (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,5	0,5
6313	Svampprotein schnitzel ugnsstekt (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,5	0,4
6313	Svampprotein schnitzel ugnsstekt (beräknat)	Linolsyra C18:2	5,4	5,6
6313	Svampprotein schnitzel ugnsstekt (beräknat)	Oljesyra C18:1	6,0	5,9
6313	Svampprotein schnitzel ugnsstekt (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
6313	Svampprotein schnitzel ugnsstekt (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,1	0,1
6313	Svampprotein schnitzel ugnsstekt (beräknat)	Fosfor	202	202
6313	Svampprotein schnitzel ugnsstekt (beräknat)	Protein	12	12
6313	Svampprotein schnitzel ugnsstekt (beräknat)	Vitamin K	8,8	
6313	Svampprotein schnitzel ugnsstekt (beräknat)	Vitamin E	4,2	4,3
6313	Svampprotein schnitzel ugnsstekt (beräknat)	β-Karoten	27	27
6313	Svampprotein schnitzel ugnsstekt (beräknat)	Vitamin A	34	34
6313	Svampprotein schnitzel ugnsstekt (beräknat)	Salt	1	1
6314	Äggstanning (beräknat)	Kolesterol	142	142
6314	Äggstanning (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
6314	Äggstanning (beräknat)	Disackarider	3	3
6314	Äggstanning (beräknat)	Monosackarider	0	0
6314	Äggstanning (beräknat)	Energi (kJ)	370	371
6314	Äggstanning (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
6314	Äggstanning (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
6314	Äggstanning (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6314	Äggstanning (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,1	0,1
6314	Äggstanning (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,1	0,1
6314	Äggstanning (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
6314	Äggstanning (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,1	1,1
6314	Äggstanning (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,4	0,4
6314	Äggstanning (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,0	0,0
6314	Äggstanning (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,1	0,1
6314	Äggstanning (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
6314	Äggstanning (beräknat)	Vitamin B12	0,9	0,9
6314	Äggstanning (beräknat)	Folat	29	29
6314	Äggstanning (beräknat)	Socker totalt	3	3
6314	Äggstanning (beräknat)	Järn	0,7	0,7
6314	Äggstanning (beräknat)	Jod	60,3	60,2

6314	Äggstanning (beräknat)	Kalium	163	163
6314	Äggstanning (beräknat)	Kalcium	103,9	103,9
6314	Äggstanning (beräknat)	Magnesium	12,3	12,3
6314	Äggstanning (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
6314	Äggstanning (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
6314	Äggstanning (beräknat)	Oljesyra C18:1	1,7	1,7
6314	Äggstanning (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,5	0,5
6314	Äggstanning (beräknat)	Protein	7	7
6314	Äggstanning (beräknat)	Fett	5,1	5,1
6314	Äggstanning (beräknat)	Fosfor	144	144
6314	Äggstanning (beräknat)	Vitamin D	1,3	1,3
6314	Äggstanning (beräknat)	β-Karoten	9	9
6314	Äggstanning (beräknat)	Vitamin E	2,3	2,3
6314	Äggstanning (beräknat)	Aska	2	2
6314	Äggstanning (beräknat)	Energi (kcal)	88	88
6314	Äggstanning (beräknat)	Avfall (skal etc.)	5	4
6314	Äggstanning (beräknat)	Vatten	82	82
6314	Äggstanning (beräknat)	Kolhydrater	3	3
6314	Äggstanning (beräknat)	Retinol	104	104
6314	Äggstanning (beräknat)	Selen	10,2	10,2
6314	Äggstanning (beräknat)	Natrium	363	363
6314	Äggstanning (beräknat)	Vitamin A	105	105
6314	Äggstanning (beräknat)	Zink	0,82	0,82
6314	Äggstanning (beräknat)	Salt	1	1
6314	Äggstanning (beräknat)	Riboflavin	0,2	0,2
6314	Äggstanning (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
6314	Äggstanning (beräknat)	Niacin	0,0	0,0
6314	Äggstanning (beräknat)	Vitamin C	0	0
6314	Äggstanning (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,9	1,9
6330	Jams kokt u. salt	Summa fleromättade fettsyror	0	0
6330	Jams kokt u. salt	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
6330	Jams kokt u. salt	Summa mättade fettsyror	0	0
6330	Jams kokt u. salt	Protein	2	2
6333	Vindruvor gröna	Summa mättade fettsyror	0	0
6333	Vindruvor gröna	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
6333	Vindruvor gröna	Summa fleromättade fettsyror	0	0
6333	Vindruvor gröna	Protein	1	1
6334	Vindruvor röda	Summa fleromättade fettsyror	0	0
6334	Vindruvor röda	Summa mättade fettsyror	0	0
6334	Vindruvor röda	Protein	1	1
6336	(beräknat)	Disackarider	3	3
6336	(beräknat)	Monosackarider	1	1
6336	(beräknat)	Energi (kJ)	1142	1142
6336	(beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
6336	(beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	16	16
6336	(beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	7	7
6336	(beräknat)	Protein	1	1
6336	(beräknat)	Energi (kcal)	273	273
6336	(beräknat)	Salt	0	0
6337	Majonnäs äggfri (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	31	31

6337	Majonnäs äggfri (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	16	16
6337	Majonnäs äggfri (beräknat)	Summa mättade fettsyror	6	6
6337	Majonnäs äggfri (beräknat)	Protein	0	0
6337	Majonnäs äggfri (beräknat)	Salt	1	1
6338	Sås mango curry m. majonnäs kylvara (beräknat)	Energi (kJ)	2262	2262
6338	Sås mango curry m. majonnäs kylvara (beräknat)	Summa mättade fettsyror	4	4
6338	Sås mango curry m. majonnäs kylvara (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	33	33
6338	Sås mango curry m. majonnäs kylvara (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	15	15
6338	Sås mango curry m. majonnäs kylvara (beräknat)	Protein	1	1
6338	Sås mango curry m. majonnäs kylvara (beräknat)	Energi (kcal)	540	540
6338	Sås mango curry m. majonnäs kylvara (beräknat)	Salt	1	1
6341	Ostsås m. kalkon (beräknat)	Energi (kJ)	603	599
6341	Ostsås m. kalkon (beräknat)	Monosackarider	0	0
6341	Ostsås m. kalkon (beräknat)	Disackarider	4	4
6341	Ostsås m. kalkon (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
6341	Ostsås m. kalkon (beräknat)	Kolesterol	27	27
6341	Ostsås m. kalkon (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,5	0,5
6341	Ostsås m. kalkon (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6341	Ostsås m. kalkon (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
6341	Ostsås m. kalkon (beräknat)	Summa mättade fettsyror	4	4
6341	Ostsås m. kalkon (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,7	0,7
6341	Ostsås m. kalkon (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	2,0	2,0
6341	Ostsås m. kalkon (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,2	0,2
6341	Ostsås m. kalkon (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,6	0,6
6341	Ostsås m. kalkon (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
6370	Karl-Alfredsås m. yoghurt spenat (beräknat)	Salt	1	1
6372	Chili- och mangosås (beräknat)	Disackarider	4	4
6372	Chili- och mangosås (beräknat)	Summa mättade fettsyror	3	3
6372	Chili- och mangosås (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
6372	Chili- och mangosås (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6372	Chili- och mangosås (beräknat)	Protein	1	1
6372	Chili- och mangosås (beräknat)	Kolhydrater	9	9
6372	Chili- och mangosås (beräknat)	Salt	1	1
6373	(beräknat)	Energi (kJ)	491	493
6373	(beräknat)	Disackarider	1	1
6373	(beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,6	0,6
6373	(beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	1
6373	(beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
6373	(beräknat)	Summa mättade fettsyror	4	4
6373	(beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,7	0,7
6373	(beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,8	1,8
6373	(beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,2	0,2
6373	(beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,6	0,6
6373	(beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
6373	(beräknat)	Socker totalt	1	1
6373	(beräknat)	Fosfor	139	139
6373	(beräknat)	Jod	13,7	13,7
6373	(beräknat)	Linolsyra C18:2	0,3	0,3
6373	(beräknat)	Oljesyra C18:1	1,9	1,9
6373	(beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1

6373	(beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
6373	(beräknat)	Fett	7,1	7,2
6373	(beräknat)	Protein	11	11
6373	(beräknat)	Vitamin E	0,8	0,9
6373	(beräknat)	β-Karoten	502	501
6373	(beräknat)	Retinol	52	50
6373	(beräknat)	Vitamin D	9,0	9,0
6373	(beräknat)	Kolhydrater	2	2
6373	(beräknat)	Vatten	78	77
6373	(beräknat)	Energi (kcal)	117	117
6373	(beräknat)	Aska	2	2
6373	(beräknat)	Natrium	216	215
6373	(beräknat)	Vitamin A	94	92
6373	(beräknat)	Salt	1	1
6373	(beräknat)	Niacinekvivalenter	3,5	3,5
6374	Bondomelett m. bönor (beräknat)	Kolesterol	81	81
6374	Bondomelett m. bönor (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
6374	Bondomelett m. bönor (beräknat)	Disackarider	0	0
6374	Bondomelett m. bönor (beräknat)	Monosackarider	1	1
6374	Bondomelett m. bönor (beräknat)	Energi (kJ)	475	472
6374	Bondomelett m. bönor (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
6374	Bondomelett m. bönor (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
6374	Bondomelett m. bönor (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6374	Bondomelett m. bönor (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
6374	Bondomelett m. bönor (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,0	0,0
6374	Bondomelett m. bönor (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
6374	Bondomelett m. bönor (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,8	0,8
6374	Bondomelett m. bönor (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,3	0,3
6374	Bondomelett m. bönor (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,2	0,2
6374	Bondomelett m. bönor (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
6374	Bondomelett m. bönor (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
6374	Bondomelett m. bönor (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
6374	Bondomelett m. bönor (beräknat)	Vitamin B12	0,4	0,4
6374	Bondomelett m. bönor (beräknat)	Folat	28	28
6374	Bondomelett m. bönor (beräknat)	Socker totalt	1	1
6374	Bondomelett m. bönor (beräknat)	Jod	23,9	23,6
6374	Bondomelett m. bönor (beräknat)	Fosfor	95	95
6374	Bondomelett m. bönor (beräknat)	Kalcium	33,8	33,9
6374	Bondomelett m. bönor (beräknat)	Järn	1,0	1,0
6374	Bondomelett m. bönor (beräknat)	Kalium	232	232
6374	Bondomelett m. bönor (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
6374	Bondomelett m. bönor (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
6374	Bondomelett m. bönor (beräknat)	Oljesyra C18:1	2,4	2,4
6374	Bondomelett m. bönor (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,8	0,8
6374	Bondomelett m. bönor (beräknat)	Protein	7	7
6374	Bondomelett m. bönor (beräknat)	Fibrer	2	2
6374	Bondomelett m. bönor (beräknat)	Fett	5,4	5,3
6374	Bondomelett m. bönor (beräknat)	Vitamin D	0,8	0,8
6374	Bondomelett m. bönor (beräknat)	Retinol	58	56
6374	Bondomelett m. bönor (beräknat)	β-Karoten	65	63

6374	Bondomelett m. bönor (beräknat)	Vitamin E	1,9	2,0
6374	Bondomelett m. bönor (beräknat)	Aska	2	2
6374	Bondomelett m. bönor (beräknat)	Energi (kcal)	113	113
6374	Bondomelett m. bönor (beräknat)	Avfall (skal etc.)	4	4
6374	Bondomelett m. bönor (beräknat)	Vatten	76	76
6374	Bondomelett m. bönor (beräknat)	Kolhydrater	9	9
6374	Bondomelett m. bönor (beräknat)	Vitamin A	64	62
6374	Bondomelett m. bönor (beräknat)	Magnesium	18,9	18,8
6374	Bondomelett m. bönor (beräknat)	Natrium	334	329
6374	Bondomelett m. bönor (beräknat)	Zink	0,85	0,83
6374	Bondomelett m. bönor (beräknat)	Selen	5,8	5,9
6374	Bondomelett m. bönor (beräknat)	Salt	1	1
6374	Bondomelett m. bönor (beräknat)	Tillsatt socker	0	0
6374	Bondomelett m. bönor (beräknat)	Fritt socker	0	0
6374	Bondomelett m. bönor (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
6374	Bondomelett m. bönor (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
6374	Bondomelett m. bönor (beräknat)	Niacin	1,1	1,1
6374	Bondomelett m. bönor (beräknat)	Vitamin C	10	10
6374	Bondomelett m. bönor (beräknat)	Niacinekvivalenter	2,4	2,4
6375	Grönsaksbiff Caribbean stekt (beräknat)	Energi (kJ)	841	840
6375	Grönsaksbiff Caribbean stekt (beräknat)	Monosackarider	1	1
6375	Grönsaksbiff Caribbean stekt (beräknat)	Disackarider	1	1
6375	Grönsaksbiff Caribbean stekt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
6375	Grönsaksbiff Caribbean stekt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
6375	Grönsaksbiff Caribbean stekt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
6375	Grönsaksbiff Caribbean stekt (beräknat)	Jod		60,6
6375	Grönsaksbiff Caribbean stekt (beräknat)	Protein	4	4
6375	Grönsaksbiff Caribbean stekt (beräknat)	Energi (kcal)	201	201
6375	Grönsaksbiff Caribbean stekt (beräknat)	Salt	1	1
6377	Gräddsås m. persilja (beräknat)	Kolesterol	46	39
6377	Gräddsås m. persilja (beräknat)	Disackarider	1	2
6377	Gräddsås m. persilja (beräknat)	Monosackarider	0	0
6377	Gräddsås m. persilja (beräknat)	Energi (kJ)	700	621
6377	Gräddsås m. persilja (beräknat)	Summa mättade fettsyror	10	9
6377	Gräddsås m. persilja (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
6377	Gräddsås m. persilja (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
6377	Gräddsås m. persilja (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	1,2	1,0
6377	Gräddsås m. persilja (beräknat)	Myristinsyra C14:0	1,7	1,4
6377	Gräddsås m. persilja (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,5	0,4
6377	Gräddsås m. persilja (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	5,0	4,3
6377	Gräddsås m. persilja (beräknat)	Stearinsyra C18:0	1,6	1,4
6377	Gräddsås m. persilja (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
6377	Gräddsås m. persilja (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
6377	Gräddsås m. persilja (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
6377	Gräddsås m. persilja (beräknat)	Vitamin B6	0,0	0,0
6377	Gräddsås m. persilja (beräknat)	Vitamin B12	0,3	0,3
6377	Gräddsås m. persilja (beräknat)	Folat	11	11
6377	Gräddsås m. persilja (beräknat)	Socker totalt	2	2
6377	Gräddsås m. persilja (beräknat)	Jod	5,4	5,7
6377	Gräddsås m. persilja (beräknat)	Fosfor	42	44

6377	Gräddsås m. persilja (beräknat)	Kalcium	57,8	60,7
6377	Gräddsås m. persilja (beräknat)	Järn	0,2	0,2
6377	Gräddsås m. persilja (beräknat)	Kalium	85	89
6377	Gräddsås m. persilja (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
6377	Gräddsås m. persilja (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,3	0,3
6377	Gräddsås m. persilja (beräknat)	Oljesyra C18:1	3,6	3,1
6377	Gräddsås m. persilja (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,3	0,3
6377	Gräddsås m. persilja (beräknat)	Protein	2	2
6377	Gräddsås m. persilja (beräknat)	Fibrer	0	0
6377	Gräddsås m. persilja (beräknat)	Fett	16,3	14,1
6377	Gräddsås m. persilja (beräknat)	Vitamin D	0,0	0,0
6377	Gräddsås m. persilja (beräknat)	Retinol	139	119
6377	Gräddsås m. persilja (beräknat)	β-Karoten	352	332
6377	Gräddsås m. persilja (beräknat)	Vitamin E	0,5	0,5
6377	Gräddsås m. persilja (beräknat)	Aska	2	2
6377	Gräddsås m. persilja (beräknat)	Energi (kcal)	167	148
6377	Gräddsås m. persilja (beräknat)	Vatten	76	78
6377	Gräddsås m. persilja (beräknat)	Kolhydrater	4	4
6377	Gräddsås m. persilja (beräknat)	Vitamin A	168	147
6377	Gräddsås m. persilja (beräknat)	Magnesium	7,3	7,5
6377	Gräddsås m. persilja (beräknat)	Natrium	516	520
6377	Gräddsås m. persilja (beräknat)	Zink	0,22	0,23
6377	Gräddsås m. persilja (beräknat)	Selen	0,7	0,7
6377	Gräddsås m. persilja (beräknat)	Salt	1	1
6377	Gräddsås m. persilja (beräknat)	Tillsatt socker	0	0
6377	Gräddsås m. persilja (beräknat)	Fritt socker	0	0
6377	Gräddsås m. persilja (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
6377	Gräddsås m. persilja (beräknat)	Tiamin	0,0	0,0
6377	Gräddsås m. persilja (beräknat)	Niacin	0,2	0,2
6377	Gräddsås m. persilja (beräknat)	Vitamin C	4	4
6377	Gräddsås m. persilja (beräknat)	Niacinekvivalenter	0,5	0,5
6378	Köttfärs- och grönsaksbiff stekt (beräknat)	Energi (kJ)	675	678
6378	Köttfärs- och grönsaksbiff stekt (beräknat)	Monosackarider	0	0
6378	Köttfärs- och grönsaksbiff stekt (beräknat)	Disackarider	0	0
6378	Köttfärs- och grönsaksbiff stekt (beräknat)	Kolesterol	35	35
6378	Köttfärs- och grönsaksbiff stekt (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
6378	Köttfärs- och grönsaksbiff stekt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
6378	Köttfärs- och grönsaksbiff stekt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
6378	Köttfärs- och grönsaksbiff stekt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	3	3
6378	Köttfärs- och grönsaksbiff stekt (beräknat)	Stearinsyra C18:0	1,0	1,0
6378	Köttfärs- och grönsaksbiff stekt (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,6	1,6
6378	Köttfärs- och grönsaksbiff stekt (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
6378	Köttfärs- och grönsaksbiff stekt (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,2	0,2
6378	Köttfärs- och grönsaksbiff stekt (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
6378	Köttfärs- och grönsaksbiff stekt (beräknat)	EPA (C20:5)	0,0	0,0
6378	Köttfärs- och grönsaksbiff stekt (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
6378	Köttfärs- och grönsaksbiff stekt (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
6378	Köttfärs- och grönsaksbiff stekt (beräknat)	Socker totalt	1	1
6378	Köttfärs- och grönsaksbiff stekt (beräknat)	Folat	7	7
6378	Köttfärs- och grönsaksbiff stekt (beräknat)	Vitamin B12	0,7	0,7

6378	Köttfärs- och grönsaksbiff stekt (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
6378	Köttfärs- och grönsaksbiff stekt (beräknat)	Kalium	259	259
6378	Köttfärs- och grönsaksbiff stekt (beräknat)	Järn	1,7	1,7
6378	Köttfärs- och grönsaksbiff stekt (beräknat)	Kalcium	20,8	20,8
6378	Köttfärs- och grönsaksbiff stekt (beräknat)	Fosfor	143	142
6378	Köttfärs- och grönsaksbiff stekt (beräknat)	Jod	60,9	60,9
6378	Köttfärs- och grönsaksbiff stekt (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,2	0,2
6378	Köttfärs- och grönsaksbiff stekt (beräknat)	Oljesyra C18:1	2,6	2,6
6378	Köttfärs- och grönsaksbiff stekt (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,3	0,3
6378	Köttfärs- och grönsaksbiff stekt (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
6378	Köttfärs- och grönsaksbiff stekt (beräknat)	Fett	6,8	6,9
6378	Köttfärs- och grönsaksbiff stekt (beräknat)	Fibrer	4	4
6378	Köttfärs- och grönsaksbiff stekt (beräknat)	Protein	15	15
6378	Köttfärs- och grönsaksbiff stekt (beräknat)	Vitamin E	0,4	0,4
6378	Köttfärs- och grönsaksbiff stekt (beräknat)	β-Karoten	19	19
6378	Köttfärs- och grönsaksbiff stekt (beräknat)	Retinol	6	6
6378	Köttfärs- och grönsaksbiff stekt (beräknat)	Vitamin D	0,0	0,0
6378	Köttfärs- och grönsaksbiff stekt (beräknat)	Kolhydrater	8	8
6378	Köttfärs- och grönsaksbiff stekt (beräknat)	Vatten	64	64
6378	Köttfärs- och grönsaksbiff stekt (beräknat)	Energi (kcal)	161	162
6378	Köttfärs- och grönsaksbiff stekt (beräknat)	Aska	2	2
6378	Köttfärs- och grönsaksbiff stekt (beräknat)	Selen	3,2	3,2
6378	Köttfärs- och grönsaksbiff stekt (beräknat)	Zink	3,30	3,30
6378	Köttfärs- och grönsaksbiff stekt (beräknat)	Natrium	554	554
6378	Köttfärs- och grönsaksbiff stekt (beräknat)	Magnesium	26,9	26,9
6378	Köttfärs- och grönsaksbiff stekt (beräknat)	Vitamin A	8	8
6378	Köttfärs- och grönsaksbiff stekt (beräknat)	Salt	1	1
6378	Köttfärs- och grönsaksbiff stekt (beräknat)	Niacinekvivalenter	5,7	5,7
6378	Köttfärs- och grönsaksbiff stekt (beräknat)	Vitamin C	3	3
6378	Köttfärs- och grönsaksbiff stekt (beräknat)	Niacin	3,1	3,1
6378	Köttfärs- och grönsaksbiff stekt (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
6378	Köttfärs- och grönsaksbiff stekt (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
6379	Grönsaksbiff broccolibiff stekt veg. (beräknat)	Kolesterol	8	8
6379	Grönsaksbiff broccolibiff stekt veg. (beräknat)	Disackarider	3	3
6379	Grönsaksbiff broccolibiff stekt veg. (beräknat)	Monosackarider	1	1
6379	Grönsaksbiff broccolibiff stekt veg. (beräknat)	Energi (kJ)	1136	1136
6379	Grönsaksbiff broccolibiff stekt veg. (beräknat)	Summa mättade fettsyror	3	3
6379	Grönsaksbiff broccolibiff stekt veg. (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	8	8
6379	Grönsaksbiff broccolibiff stekt veg. (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	4	4
6379	Grönsaksbiff broccolibiff stekt veg. (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,3	0,3
6379	Grönsaksbiff broccolibiff stekt veg. (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,3	0,3
6379	Grönsaksbiff broccolibiff stekt veg. (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,1	0,1
6379	Grönsaksbiff broccolibiff stekt veg. (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,4	1,4
6379	Grönsaksbiff broccolibiff stekt veg. (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,5	0,5
6379	Grönsaksbiff broccolibiff stekt veg. (beräknat)	Linolensyra C18:3	1,1	1,1
6379	Grönsaksbiff broccolibiff stekt veg. (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
6379	Grönsaksbiff broccolibiff stekt veg. (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
6379	Grönsaksbiff broccolibiff stekt veg. (beräknat)	Vitamin B6	0,2	0,2
6379	Grönsaksbiff broccolibiff stekt veg. (beräknat)	Vitamin B12	0,4	0,4
6379	Grönsaksbiff broccolibiff stekt veg. (beräknat)	Folat	34	34

6379	Grönsaksbiff broccolibiff stekt veg. (beräknat)	Socker totalt	4	4
6379	Grönsaksbiff broccolibiff stekt veg. (beräknat)	Jod	62,2	62,2
6379	Grönsaksbiff broccolibiff stekt veg. (beräknat)	Fosfor	156	156
6379	Grönsaksbiff broccolibiff stekt veg. (beräknat)	Kalcium	157,1	157,1
6379	Grönsaksbiff broccolibiff stekt veg. (beräknat)	Järn	0,4	0,4
6379	Grönsaksbiff broccolibiff stekt veg. (beräknat)	Kalium	209	209
6379	Grönsaksbiff broccolibiff stekt veg. (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,1	0,1
6379	Grönsaksbiff broccolibiff stekt veg. (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
6379	Grönsaksbiff broccolibiff stekt veg. (beräknat)	Oljesyra C18:1	8,2	8,2
6379	Grönsaksbiff broccolibiff stekt veg. (beräknat)	Linolsyra C18:2	2,6	2,6
6379	Grönsaksbiff broccolibiff stekt veg. (beräknat)	Protein	7	7
6379	Grönsaksbiff broccolibiff stekt veg. (beräknat)	Fibrer	2	2
6399	Grönsaksbiff rödbetsbiff stekt veg. (beräknat)	Energi (kJ)	452	454
6399	Grönsaksbiff rödbetsbiff stekt veg. (beräknat)	Disackarider	4	4
6399	Grönsaksbiff rödbetsbiff stekt veg. (beräknat)	Kolesterol	91	90
6399	Grönsaksbiff rödbetsbiff stekt veg. (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
6399	Grönsaksbiff rödbetsbiff stekt veg. (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6399	Grönsaksbiff rödbetsbiff stekt veg. (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
6399	Grönsaksbiff rödbetsbiff stekt veg. (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
6399	Grönsaksbiff rödbetsbiff stekt veg. (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,3	0,2
6399	Grönsaksbiff rödbetsbiff stekt veg. (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,8	0,8
6399	Grönsaksbiff rödbetsbiff stekt veg. (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
6399	Grönsaksbiff rödbetsbiff stekt veg. (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,1	0,0
6399	Grönsaksbiff rödbetsbiff stekt veg. (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
6399	Grönsaksbiff rödbetsbiff stekt veg. (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
6399	Grönsaksbiff rödbetsbiff stekt veg. (beräknat)	Socker totalt	4	4
6399	Grönsaksbiff rödbetsbiff stekt veg. (beräknat)	Fosfor	79	79
6399	Grönsaksbiff rödbetsbiff stekt veg. (beräknat)	Jod	70,6	70,6
6399	Grönsaksbiff rödbetsbiff stekt veg. (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,6	0,6
6399	Grönsaksbiff rödbetsbiff stekt veg. (beräknat)	Oljesyra C18:1	1,9	1,9
6399	Grönsaksbiff rödbetsbiff stekt veg. (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
6399	Grönsaksbiff rödbetsbiff stekt veg. (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
6399	Grönsaksbiff rödbetsbiff stekt veg. (beräknat)	Fett	4,6	4,6
6399	Grönsaksbiff rödbetsbiff stekt veg. (beräknat)	Protein	5	5
6399	Grönsaksbiff rödbetsbiff stekt veg. (beräknat)	Vitamin E	1,9	2,0
6399	Grönsaksbiff rödbetsbiff stekt veg. (beräknat)	β-Karoten	27	25
6399	Grönsaksbiff rödbetsbiff stekt veg. (beräknat)	Retinol	72	70
6399	Grönsaksbiff rödbetsbiff stekt veg. (beräknat)	Vitamin D	1,0	1,0
6399	Grönsaksbiff rödbetsbiff stekt veg. (beräknat)	Kolhydrater	11	11
6399	Grönsaksbiff rödbetsbiff stekt veg. (beräknat)	Vatten	76	76
6399	Grönsaksbiff rödbetsbiff stekt veg. (beräknat)	Avfall (skal etc.)	10	9
6399	Grönsaksbiff rödbetsbiff stekt veg. (beräknat)	Energi (kcal)	108	108
6399	Grönsaksbiff rödbetsbiff stekt veg. (beräknat)	Aska	2	2
6399	Grönsaksbiff rödbetsbiff stekt veg. (beräknat)	Natrium	531	530
6399	Grönsaksbiff rödbetsbiff stekt veg. (beräknat)	Vitamin A	75	72
6399	Grönsaksbiff rödbetsbiff stekt veg. (beräknat)	Salt	1	1
6399	Grönsaksbiff rödbetsbiff stekt veg. (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,8	1,8
6400	Grönsaksbiff morotsbiff stekt veg. (beräknat)	Disackarider	3	3
6400	Grönsaksbiff morotsbiff stekt veg. (beräknat)	Energi (kJ)	448	451
6400	Grönsaksbiff morotsbiff stekt veg. (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1

6400	Grönsaksbiff morotsbiff stekt veg. (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
6400	Grönsaksbiff morotsbiff stekt veg. (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6400	Grönsaksbiff morotsbiff stekt veg. (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
6400	Grönsaksbiff morotsbiff stekt veg. (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,0	0,0
6400	Grönsaksbiff morotsbiff stekt veg. (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
6400	Grönsaksbiff morotsbiff stekt veg. (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,6	0,6
6400	Grönsaksbiff morotsbiff stekt veg. (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,2	0,2
6400	Grönsaksbiff morotsbiff stekt veg. (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,2	0,2
6400	Grönsaksbiff morotsbiff stekt veg. (beräknat)	Socker totalt	6	6
6400	Grönsaksbiff morotsbiff stekt veg. (beräknat)	Jod	57,8	57,8
6400	Grönsaksbiff morotsbiff stekt veg. (beräknat)	Fosfor	71	71
6400	Grönsaksbiff morotsbiff stekt veg. (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
6400	Grönsaksbiff morotsbiff stekt veg. (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
6400	Grönsaksbiff morotsbiff stekt veg. (beräknat)	Oljesyra C18:1	2,2	2,2
6400	Grönsaksbiff morotsbiff stekt veg. (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,8	0,9
6400	Grönsaksbiff morotsbiff stekt veg. (beräknat)	Protein	4	4
6400	Grönsaksbiff morotsbiff stekt veg. (beräknat)	Fett	4,7	4,8
6400	Grönsaksbiff morotsbiff stekt veg. (beräknat)	Vitamin D	0,8	0,7
6400	Grönsaksbiff morotsbiff stekt veg. (beräknat)	Retinol	54	51
6400	Grönsaksbiff morotsbiff stekt veg. (beräknat)	β-Karoten	7135	7133
6400	Grönsaksbiff morotsbiff stekt veg. (beräknat)	Vitamin E	2,2	2,3
6400	Grönsaksbiff morotsbiff stekt veg. (beräknat)	Aska	2	2
6400	Grönsaksbiff morotsbiff stekt veg. (beräknat)	Energi (kcal)	107	107
6400	Grönsaksbiff morotsbiff stekt veg. (beräknat)	Vatten	76	76
6400	Grönsaksbiff morotsbiff stekt veg. (beräknat)	Kolhydrater	11	11
6400	Grönsaksbiff morotsbiff stekt veg. (beräknat)	Vitamin A	761	757
6400	Grönsaksbiff morotsbiff stekt veg. (beräknat)	Natrium	462	460
6400	Grönsaksbiff morotsbiff stekt veg. (beräknat)	Salt	1	1
6400	Grönsaksbiff morotsbiff stekt veg. (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,6	1,6
6401	(beräknat)	Monosackarider	2	2
6401	(beräknat)	Disackarider	1	1
6401	(beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6401	(beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	6	6
6401	(beräknat)	Summa mättade fettsyror	4	4
6401	(beräknat)	Socker totalt	3	3
6401	(beräknat)	Protein	9	9
6401	(beräknat)	Salt	0	0
6402	(beräknat)	Kolesterol	3	2
6402	(beräknat)	Disackarider	1	1
6402	(beräknat)	Monosackarider	2	2
6402	(beräknat)	Energi (kJ)	713	718
6402	(beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	1
6402	(beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
6402	(beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
6402	(beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,1	0,1
6402	(beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,1	0,1
6402	(beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,1	0,1
6402	(beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,0	0,9
6402	(beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,3	0,2
6402	(beräknat)	Linolensyra C18:3	0,3	0,3

6402	(beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
6402	(beräknat)	Socker totalt	3	3
6402	(beräknat)	Jod	16,0	16,0
6402	(beräknat)	Fosfor	112	112
6402	(beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
6402	(beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
6402	(beräknat)	Oljesyra C18:1	2,6	2,8
6402	(beräknat)	Linolsyra C18:2	1,2	1,3
6402	(beräknat)	Protein	7	7
6402	(beräknat)	Fett	6,4	6,5
6402	(beräknat)	Vitamin D	0,4	0,4
6402	(beräknat)	Retinol	28	23
6402	(beräknat)	β-Karoten	84	81
6402	(beräknat)	Vitamin E	1,5	1,6
6402	(beräknat)	Aska	1	1
6402	(beräknat)	Energi (kcal)	170	171
6402	(beräknat)	Vatten	60	60
6402	(beräknat)	Kolhydrater	18	18
6402	(beräknat)	Vitamin A	35	30
6402	(beräknat)	Natrium	167	164
6402	(beräknat)	Salt	0	0
6402	(beräknat)	Niacinekvivalenter	2,3	2,3
6403	(beräknat)	Monosackarider	1	1
6403	(beräknat)	Disackarider	1	1
6403	(beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	3	3
6403	(beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
6403	(beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
6403	(beräknat)	Protein	9	9
6403	(beräknat)	Salt	3	3
6404	(beräknat)	Disackarider	0	0
6404	(beräknat)	Monosackarider	3	3
6404	(beräknat)	Energi (kJ)	307	309
6404	(beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
6404	(beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
6404	(beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6404	(beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
6404	(beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,0	0,0
6404	(beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
6404	(beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,1	0,1
6404	(beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,0	0,0
6404	(beräknat)	Linolensyra C18:3	0,2	0,2
6404	(beräknat)	Socker totalt	4	4
6404	(beräknat)	Jod	27,2	27,2
6404	(beräknat)	Fosfor	54	54
6404	(beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
6404	(beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
6404	(beräknat)	Oljesyra C18:1	0,7	0,7
6404	(beräknat)	Linolsyra C18:2	0,3	0,4
6404	(beräknat)	Protein	4	4
6404	(beräknat)	Fett	1,6	1,7

6404	(beräknat)	Vitamin D	0,1	0,1
6404	(beräknat)	Retinol	4	2
6404	(beräknat)	β-Karoten	234	233
6404	(beräknat)	Vitamin E	1,2	1,2
6404	(beräknat)	Aska	2	2
6404	(beräknat)	Energi (kcal)	73	73
6404	(beräknat)	Vatten	80	80
6404	(beräknat)	Kolhydrater	9	9
6404	(beräknat)	Vitamin A	23	22
6404	(beräknat)	Natrium	305	304
6424	Broccolisås (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
6424	Broccolisås (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	1,0	0,9
6424	Broccolisås (beräknat)	Myristinsyra C14:0	1,4	1,3
6424	Broccolisås (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,4	0,4
6424	Broccolisås (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	4,3	3,8
6424	Broccolisås (beräknat)	Stearinsyra C18:0	1,4	1,3
6424	Broccolisås (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
6424	Broccolisås (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
6424	Broccolisås (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
6424	Broccolisås (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
6424	Broccolisås (beräknat)	Vitamin B12	0,3	0,3
6424	Broccolisås (beräknat)	Folat	32	32
6424	Broccolisås (beräknat)	Socker totalt	2	2
6424	Broccolisås (beräknat)	Jod	68,1	68,5
6424	Broccolisås (beräknat)	Fosfor	86	88
6424	Broccolisås (beräknat)	Kalcium	100,0	102,4
6424	Broccolisås (beräknat)	Järn	0,3	0,3
6424	Broccolisås (beräknat)	Kalium	109	112
6424	Broccolisås (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
6424	Broccolisås (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,3	0,2
6424	Broccolisås (beräknat)	Oljesyra C18:1	3,0	2,6
6424	Broccolisås (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,2	0,2
6424	Broccolisås (beräknat)	Protein	4	4
6424	Broccolisås (beräknat)	Fibrer	1	1
6424	Broccolisås (beräknat)	Fett	14,1	12,4
6424	Broccolisås (beräknat)	Vitamin D	0,0	0,0
6424	Broccolisås (beräknat)	Retinol	120	106
6424	Broccolisås (beräknat)	β-Karoten	318	303
6424	Broccolisås (beräknat)	Vitamin E	0,9	0,9
6424	Broccolisås (beräknat)	Aska	2	2
6424	Broccolisås (beräknat)	Energi (kcal)	151	137
6424	Broccolisås (beräknat)	Vatten	77	78
6424	Broccolisås (beräknat)	Kolhydrater	2	2
6424	Broccolisås (beräknat)	Vitamin A	147	131
6424	Broccolisås (beräknat)	Magnesium	14,2	14,4
6424	Broccolisås (beräknat)	Natrium	591	594
6424	Broccolisås (beräknat)	Zink	0,48	0,49
6424	Broccolisås (beräknat)	Selen	1,3	1,3
6424	Broccolisås (beräknat)	Salt	1	1
6424	Broccolisås (beräknat)	Fritt socker	0	0

6424	Broccolisås (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
6424	Broccolisås (beräknat)	Tiamin	0,0	0,0
6424	Broccolisås (beräknat)	Niacin	0,3	0,3
6424	Broccolisås (beräknat)	Vitamin C	16	16
6424	Broccolisås (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,1	1,2
6425	Gryta indisk lammgryta (beräknat)	Energi (kJ)	511	480
6425	Gryta indisk lammgryta (beräknat)	Monosackarider	2	2
6425	Gryta indisk lammgryta (beräknat)	Disackarider	1	1
6425	Gryta indisk lammgryta (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
6425	Gryta indisk lammgryta (beräknat)	Kolesterol	29	32
6425	Gryta indisk lammgryta (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
6425	Gryta indisk lammgryta (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6425	Gryta indisk lammgryta (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	4	3
6425	Gryta indisk lammgryta (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
6425	Gryta indisk lammgryta (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,6	0,6
6425	Gryta indisk lammgryta (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,0	0,9
6396	Gryta svampprotein tikka masala veg. (beräknat)	Avfall (skal etc.)	0	0
6396	Gryta svampprotein tikka masala veg. (beräknat)	Salt	1	1
6397	gräddfil veg. (beräknat)	Energi (kJ)	384	385
6397	gräddfil veg. (beräknat)	Monosackarider	1	1
6397	gräddfil veg. (beräknat)	Disackarider	1	1
6397	gräddfil veg. (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,2	0,2
6397	gräddfil veg. (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6397	gräddfil veg. (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
6397	gräddfil veg. (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
6397	gräddfil veg. (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,2	0,2
6397	gräddfil veg. (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,8	0,8
6397	gräddfil veg. (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,1	0,1
6397	gräddfil veg. (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,2	0,2
6397	gräddfil veg. (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
6397	gräddfil veg. (beräknat)	Socker totalt	1	1
6397	gräddfil veg. (beräknat)	Fosfor	137	137
6397	gräddfil veg. (beräknat)	Jod	20,8	20,8
6397	gräddfil veg. (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,6	0,6
6397	gräddfil veg. (beräknat)	Oljesyra C18:1	1,1	1,1
6397	gräddfil veg. (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
6397	gräddfil veg. (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
6397	gräddfil veg. (beräknat)	Fett	4,0	4,0
6397	gräddfil veg. (beräknat)	Protein	8	8
6397	gräddfil veg. (beräknat)	Vitamin E	0,5	0,5
6397	gräddfil veg. (beräknat)	β-Karoten	510	509
6397	gräddfil veg. (beräknat)	Retinol	18	16
6397	gräddfil veg. (beräknat)	Vitamin D	0,1	0,1
6397	gräddfil veg. (beräknat)	Kolhydrater	3	3
6397	gräddfil veg. (beräknat)	Vatten	78	78
6397	gräddfil veg. (beräknat)	Energi (kcal)	92	92
6397	gräddfil veg. (beräknat)	Aska	2	2
6397	gräddfil veg. (beräknat)	Natrium	358	358
6397	gräddfil veg. (beräknat)	Vitamin A	68	66
6397	gräddfil veg. (beräknat)	Salt	1	1

6397	gräddfil veg. (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,9	1,9
6398	Grönsaksburgare stekt veg. (beräknat)	Disackarider	2	2
6398	Grönsaksburgare stekt veg. (beräknat)	Monosackarider	1	1
6398	Grönsaksburgare stekt veg. (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
6398	Grönsaksburgare stekt veg. (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	7	7
6398	Grönsaksburgare stekt veg. (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	3	3
6398	Grönsaksburgare stekt veg. (beräknat)	Socker totalt	3	3
6398	Grönsaksburgare stekt veg. (beräknat)	Protein	4	4
6398	Grönsaksburgare stekt veg. (beräknat)	Salt	2	2
6417	Bön stroganoff veg. (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6417	Bön stroganoff veg. (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
6417	Bön stroganoff veg. (beräknat)	Summa mättade fettsyror	3	3
6417	Bön stroganoff veg. (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,4	0,4
6417	Bön stroganoff veg. (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,3	1,3
6417	Bön stroganoff veg. (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,1	0,1
6417	Bön stroganoff veg. (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,4	0,4
6417	Bön stroganoff veg. (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
6417	Bön stroganoff veg. (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
6417	Bön stroganoff veg. (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,3	0,3
6417	Bön stroganoff veg. (beräknat)	Socker totalt	3	3
6417	Bön stroganoff veg. (beräknat)	Folat	14	14
6417	Bön stroganoff veg. (beräknat)	Vitamin B12	0,1	0,1
6417	Bön stroganoff veg. (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
6417	Bön stroganoff veg. (beräknat)	Kalium	208	208
6417	Bön stroganoff veg. (beräknat)	Järn	1,2	1,2
6417	Bön stroganoff veg. (beräknat)	Kalcium	79,1	79,2
6417	Bön stroganoff veg. (beräknat)	Fosfor	88	88
6417	Bön stroganoff veg. (beräknat)	Jod	37,3	37,3
6417	Bön stroganoff veg. (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,5	0,5
6417	Bön stroganoff veg. (beräknat)	Oljesyra C18:1	1,7	1,7
6417	Bön stroganoff veg. (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
6417	Bön stroganoff veg. (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
6417	Bön stroganoff veg. (beräknat)	Fett	5,8	5,7
6417	Bön stroganoff veg. (beräknat)	Fibrer	5	5
6417	Bön stroganoff veg. (beräknat)	Protein	6	6
6417	Bön stroganoff veg. (beräknat)	Vitamin E	0,8	0,8
6417	Bön stroganoff veg. (beräknat)	β-Karoten	133	131
6417	Bön stroganoff veg. (beräknat)	Retinol	36	33
6417	Bön stroganoff veg. (beräknat)	Vitamin D	0,1	0,1
6417	Bön stroganoff veg. (beräknat)	Kolhydrater	11	11
6417	Bön stroganoff veg. (beräknat)	Vatten	70	71
6417	Bön stroganoff veg. (beräknat)	Avfall (skal etc.)	1	1
6417	Bön stroganoff veg. (beräknat)	Energi (kcal)	130	129
6417	Bön stroganoff veg. (beräknat)	Aska	2	2
6417	Bön stroganoff veg. (beräknat)	Selen	0,5	0,5
6417	Bön stroganoff veg. (beräknat)	Zink	0,58	0,58
6417	Bön stroganoff veg. (beräknat)	Natrium	417	416
6417	Bön stroganoff veg. (beräknat)	Magnesium	27,1	27,1
6417	Bön stroganoff veg. (beräknat)	Vitamin A	48	44
6417	Bön stroganoff veg. (beräknat)	Salt	1	1

6417	Bön stroganoff veg. (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,5	1,5
6417	Bön stroganoff veg. (beräknat)	Vitamin C	3	3
6417	Bön stroganoff veg. (beräknat)	Niacin	0,4	0,4
6417	Bön stroganoff veg. (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
6417	Bön stroganoff veg. (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
6418	(beräknat)	Disackarider	1	1
6418	(beräknat)	Monosackarider	1	1
6418	(beräknat)	Summa mättade fettsyror	3	3
6418	(beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
6418	(beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
6418	(beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,6	0,6
6418	(beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,4	0,4
6418	(beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,1	0,1
6418	(beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,0
6418	(beräknat)	Fosfor	56	56
6418	(beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
6418	(beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
6418	(beräknat)	Oljesyra C18:1	0,6	0,6
6418	(beräknat)	Linolsyra C18:2	0,3	0,3
6418	(beräknat)	Protein	2	2
6418	(beräknat)	β-Karoten	1175	1175
6418	(beräknat)	Vitamin E	0,5	0,5
6418	(beräknat)	Vitamin A	116	116
6418	(beräknat)	Salt	1	1
6419	Gryta gulasch m. bönor veg. (beräknat)	Monosackarider	1	1
6419	Gryta gulasch m. bönor veg. (beräknat)	Disackarider	0	0
6419	Gryta gulasch m. bönor veg. (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6419	Gryta gulasch m. bönor veg. (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
6419	Gryta gulasch m. bönor veg. (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
6419	Gryta gulasch m. bönor veg. (beräknat)	Protein	3	3
6419	Gryta gulasch m. bönor veg. (beräknat)	Kolhydrater	7	7
6419	Gryta gulasch m. bönor veg. (beräknat)	Avfall (skal etc.)	5	4
6419	Gryta gulasch m. bönor veg. (beräknat)	Salt	1	1
6420	Grönsaker ugnstekta (beräknat)	Protein	1	1
6420	Grönsaker ugnstekta (beräknat)	Avfall (skal etc.)	10	7
6420	Grönsaker ugnstekta (beräknat)	Salt	1	1
6421	Majssås (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
6421	Majssås (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
6421	Majssås (beräknat)	Summa mättade fettsyror	4	4
6421	Majssås (beräknat)	Protein	2	2
6421	Majssås (beräknat)	Salt	4	4
6422	veg. (beräknat)	Disackarider	1	1
6422	veg. (beräknat)	Monosackarider	3	3
6422	veg. (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
6422	veg. (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
6422	veg. (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
6422	veg. (beräknat)	Protein	2	2
6422	veg. (beräknat)	Avfall (skal etc.)	4	4
6422	veg. (beräknat)	Kolhydrater	7	7
6422	veg. (beräknat)	Salt	0	0

6423	Svamp stroganoff veg. (beräknat)	Energi (kJ)	386	384
6423	Svamp stroganoff veg. (beräknat)	Monosackarider	1	1
6423	Svamp stroganoff veg. (beräknat)	Disackarider	1	1
6423	Svamp stroganoff veg. (beräknat)	Kolesterol	13	12
6423	Svamp stroganoff veg. (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,3	0,3
6423	Svamp stroganoff veg. (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6423	Svamp stroganoff veg. (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
6423	Svamp stroganoff veg. (beräknat)	Summa mättade fettsyror	3	3
6423	Svamp stroganoff veg. (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,5	0,5
6423	Svamp stroganoff veg. (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,4	1,4
6423	Svamp stroganoff veg. (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,1	0,1
6423	Svamp stroganoff veg. (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,4	0,4
6423	Svamp stroganoff veg. (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
6423	Svamp stroganoff veg. (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
6423	Svamp stroganoff veg. (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,2	0,2
6423	Svamp stroganoff veg. (beräknat)	Socker totalt	3	3
6423	Svamp stroganoff veg. (beräknat)	Folat	21	21
6423	Svamp stroganoff veg. (beräknat)	Vitamin B12	0,1	0,1
6423	Svamp stroganoff veg. (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
6423	Svamp stroganoff veg. (beräknat)	Kalium	167	167
6423	Svamp stroganoff veg. (beräknat)	Järn	0,3	0,3
6423	Svamp stroganoff veg. (beräknat)	Kalcium	52,0	52,1
6423	Svamp stroganoff veg. (beräknat)	Fosfor	48	48
6423	Svamp stroganoff veg. (beräknat)	Jod	41,9	41,9
6423	Svamp stroganoff veg. (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,4	0,5
6423	Svamp stroganoff veg. (beräknat)	Oljesyra C18:1	2,0	1,9
6423	Svamp stroganoff veg. (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
6423	Svamp stroganoff veg. (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
6423	Svamp stroganoff veg. (beräknat)	Fett	6,3	6,2
6423	Svamp stroganoff veg. (beräknat)	Fibrer	2	2
6423	Svamp stroganoff veg. (beräknat)	Protein	3	3
6423	Svamp stroganoff veg. (beräknat)	Vitamin E	0,9	0,9
6423	Svamp stroganoff veg. (beräknat)	β-Karoten	155	152
6423	Svamp stroganoff veg. (beräknat)	Retinol	42	38
6423	Svamp stroganoff veg. (beräknat)	Vitamin D	0,2	0,2
6423	Svamp stroganoff veg. (beräknat)	Kolhydrater	5	5
6423	Svamp stroganoff veg. (beräknat)	Vatten	82	82
6423	Svamp stroganoff veg. (beräknat)	Avfall (skal etc.)	1	1
6423	Svamp stroganoff veg. (beräknat)	Energi (kcal)	92	92
6423	Svamp stroganoff veg. (beräknat)	Aska	2	2
6423	Svamp stroganoff veg. (beräknat)	Selen	12,6	12,6
6423	Svamp stroganoff veg. (beräknat)	Zink	0,54	0,54
6423	Svamp stroganoff veg. (beräknat)	Natrium	314	313
6423	Svamp stroganoff veg. (beräknat)	Magnesium	14,8	14,8
6423	Svamp stroganoff veg. (beräknat)	Vitamin A	55	52
6423	Svamp stroganoff veg. (beräknat)	Salt	1	1
6423	Svamp stroganoff veg. (beräknat)	Niacinekvalenter	2,7	2,7
6423	Svamp stroganoff veg. (beräknat)	Vitamin C	3	3
6423	Svamp stroganoff veg. (beräknat)	Niacin	2,1	2,1
6423	Svamp stroganoff veg. (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1

6423	Svamp stroganoff veg. (beräknat)	Riboflavin	0,3	0,3
6424	Broccolisås (beräknat)	Kolesterol	39	35
6424	Broccolisås (beräknat)	Disackarider	1	1
6424	Broccolisås (beräknat)	Monosackarider	1	1
6424	Broccolisås (beräknat)	Energi (kJ)	633	574
6424	Broccolisås (beräknat)	Summa mättade fettsyror	9	8
6424	Broccolisås (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
6451	Rysk kålsoppa veg. (beräknat)	Monosackarider	3	3
6451	Rysk kålsoppa veg. (beräknat)	Disackarider	1	1
6451	Rysk kålsoppa veg. (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
6451	Rysk kålsoppa veg. (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
6451	Rysk kålsoppa veg. (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
6451	Rysk kålsoppa veg. (beräknat)	Protein	1	1
6451	Rysk kålsoppa veg. (beräknat)	Kolhydrater	4	4
6451	Rysk kålsoppa veg. (beräknat)	Avfall (skal etc.)	6	5
6451	Rysk kålsoppa veg. (beräknat)	Salt	0	0
6452	Vegestronesoppa veg. (beräknat)	Disackarider	1	1
6452	Vegestronesoppa veg. (beräknat)	Monosackarider	2	2
6452	Vegestronesoppa veg. (beräknat)	Energi (kJ)	161	161
6452	Vegestronesoppa veg. (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
6452	Vegestronesoppa veg. (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
6452	Vegestronesoppa veg. (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
6452	Vegestronesoppa veg. (beräknat)	Jod		15,9
6452	Vegestronesoppa veg. (beräknat)	Kolhydrater	6	6
6452	Vegestronesoppa veg. (beräknat)	Protein	1	1
6452	Vegestronesoppa veg. (beräknat)	Fibrer	1	1
6452	Vegestronesoppa veg. (beräknat)	Fett	0,9	0,9
6452	Vegestronesoppa veg. (beräknat)	Energi (kcal)	39	39
6452	Vegestronesoppa veg. (beräknat)	Avfall (skal etc.)	4	4
6452	Vegestronesoppa veg. (beräknat)	Salt	1	1
6452	Vegestronesoppa veg. (beräknat)	Niacinekvalenter	0,8	0,7
6453	Gratäng m. svampprotein ananas veg. (beräknat)	Energi (kJ)	483	483
6453	Gratäng m. svampprotein ananas veg. (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6453	Gratäng m. svampprotein ananas veg. (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
6453	Gratäng m. svampprotein ananas veg. (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
6453	Gratäng m. svampprotein ananas veg. (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,8	0,8
6453	Gratäng m. svampprotein ananas veg. (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
6453	Gratäng m. svampprotein ananas veg. (beräknat)	Protein	12	12
6453	Gratäng m. svampprotein ananas veg. (beräknat)	Energi (kcal)	115	115
6453	Gratäng m. svampprotein ananas veg. (beräknat)	Salt	0	0
6454	Pumpasoppa veg. (beräknat)	Energi (kJ)	136	136
6454	Pumpasoppa veg. (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
6454	Pumpasoppa veg. (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
6454	Pumpasoppa veg. (beräknat)	Kolhydrater	4	4
6454	Pumpasoppa veg. (beräknat)	Protein	1	1
6454	Pumpasoppa veg. (beräknat)	Energi (kcal)	33	32
6454	Pumpasoppa veg. (beräknat)	Avfall (skal etc.)	15	12
6454	Pumpasoppa veg. (beräknat)	Salt	1	1
6455	(beräknat)	Monosackarider	2	2
6455	(beräknat)	Disackarider	1	1

6455	(beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	1
6455	(beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
6455	(beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
6455	(beräknat)	Protein	6	6
6455	(beräknat)	Kolhydrater	11	11
6455	(beräknat)	Salt	1	1
6456	Lasagne m. skinka (beräknat)	Kolesterol	13	13
6456	Lasagne m. skinka (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
6456	Lasagne m. skinka (beräknat)	Disackarider	2	2
6456	Lasagne m. skinka (beräknat)	Monosackarider	1	1
6456	Lasagne m. skinka (beräknat)	Energi (kJ)	489	490
6456	Lasagne m. skinka (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
6456	Lasagne m. skinka (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
6456	Lasagne m. skinka (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
6456	Lasagne m. skinka (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,1	0,1
6456	Lasagne m. skinka (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,2	0,2
6456	Lasagne m. skinka (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,9	0,9
6456	Lasagne m. skinka (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,2	0,2
6456	Lasagne m. skinka (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,4	0,4
6456	Lasagne m. skinka (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
6456	Lasagne m. skinka (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
6456	Lasagne m. skinka (beräknat)	EPA (C20:5)	0,0	0,0
6456	Lasagne m. skinka (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
6456	Lasagne m. skinka (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
6456	Lasagne m. skinka (beräknat)	Vitamin B12	0,4	0,4
6456	Lasagne m. skinka (beräknat)	Folat	10	10
6456	Lasagne m. skinka (beräknat)	Socker totalt	3	3
6456	Lasagne m. skinka (beräknat)	Jod	20,2	20,2
6456	Lasagne m. skinka (beräknat)	Fosfor	113	113
6456	Lasagne m. skinka (beräknat)	Kalcium	90,5	90,4
6456	Lasagne m. skinka (beräknat)	Järn	0,4	0,4
6456	Lasagne m. skinka (beräknat)	Kalium	184	184
6456	Lasagne m. skinka (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
6456	Lasagne m. skinka (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
6456	Lasagne m. skinka (beräknat)	Oljesyra C18:1	1,1	1,1
6456	Lasagne m. skinka (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,3	0,4
6456	Lasagne m. skinka (beräknat)	Kolhydrater	12	12
6456	Lasagne m. skinka (beräknat)	Protein	8	8
6456	Lasagne m. skinka (beräknat)	Fibrer	1	1
6456	Lasagne m. skinka (beräknat)	Fett	3,9	3,9
6456	Lasagne m. skinka (beräknat)	Vitamin D	0,4	0,4
6456	Lasagne m. skinka (beräknat)	Retinol	22	21
6456	Lasagne m. skinka (beräknat)	β-Karoten	94	93
6456	Lasagne m. skinka (beräknat)	Vitamin E	0,6	0,7
6456	Lasagne m. skinka (beräknat)	Aska	2	2
6456	Lasagne m. skinka (beräknat)	Energi (kcal)	117	117
6456	Lasagne m. skinka (beräknat)	Vatten	73	73
6456	Lasagne m. skinka (beräknat)	Vitamin A	30	29
6456	Lasagne m. skinka (beräknat)	Magnesium	17,9	17,9
6456	Lasagne m. skinka (beräknat)	Natrium	589	589

6456	Lasagne m. skinka (beräknat)	Zink	0,94	0,94
6456	Lasagne m. skinka (beräknat)	Selen	2,3	2,3
6456	Lasagne m. skinka (beräknat)	Salt	1	1
6456	Lasagne m. skinka (beräknat)	Tillsatt socker	0	0
6456	Lasagne m. skinka (beräknat)	Fritt socker	0	0
6456	Lasagne m. skinka (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
6456	Lasagne m. skinka (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
6456	Lasagne m. skinka (beräknat)	Niacin	1,4	1,4
6456	Lasagne m. skinka (beräknat)	Vitamin C	3	3
6456	Lasagne m. skinka (beräknat)	Niacinekvivalenter	2,9	2,9
6457	Pastasås m. kyckling paprika (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
6457	Pastasås m. kyckling paprika (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
6457	Pastasås m. kyckling paprika (beräknat)	Summa mättade fettsyror	7	7
6457	Pastasås m. kyckling paprika (beräknat)	Protein	10	10
6457	Pastasås m. kyckling paprika (beräknat)	Kolhydrater	2	2
6457	Pastasås m. kyckling paprika (beräknat)	Salt	1	1
6458	Pastagrätäng Rossini m. kycklingfärs ananas paprika squash tomat purjolök (beräknat)	Kolesterol	18	45
6458	Pastagrätäng Rossini m. kycklingfärs ananas paprika squash tomat purjolök (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
6458	Pastagrätäng Rossini m. kycklingfärs ananas paprika squash tomat purjolök (beräknat)	Disackarider	1	1
6458	Pastagrätäng Rossini m. kycklingfärs ananas paprika squash tomat purjolök (beräknat)	Monosackarider	5	2
6458	Pastagrätäng Rossini m. kycklingfärs ananas paprika squash tomat purjolök (beräknat)	Energi (kJ)	370	738
6703	Jordnötter m. chokladöverdrag (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,3	0,3
6703	Jordnötter m. chokladöverdrag (beräknat)	Fett	28,8	26,9
6703	Jordnötter m. chokladöverdrag (beräknat)	Fibrer	3	4
6703	Jordnötter m. chokladöverdrag (beräknat)	Protein	10	8
6703	Jordnötter m. chokladöverdrag (beräknat)	Kolhydrater	56	58
6703	Jordnötter m. chokladöverdrag (beräknat)	Vitamin E	2,0	2,0
6703	Jordnötter m. chokladöverdrag (beräknat)	β-Karoten	17	17
6703	Jordnötter m. chokladöverdrag (beräknat)	Retinol	25	25
6703	Jordnötter m. chokladöverdrag (beräknat)	Vitamin D	0,1	0,7
6703	Jordnötter m. chokladöverdrag (beräknat)	Vatten	1	1
6703	Jordnötter m. chokladöverdrag (beräknat)	Energi (kcal)	527	514
6703	Jordnötter m. chokladöverdrag (beräknat)	Aska	2	2
6703	Jordnötter m. chokladöverdrag (beräknat)	Selen	1,6	0,0
6703	Jordnötter m. chokladöverdrag (beräknat)	Zink	1,27	1,11
6703	Jordnötter m. chokladöverdrag (beräknat)	Natrium	45	47
6703	Jordnötter m. chokladöverdrag (beräknat)	Magnesium	72,1	72,6
6703	Jordnötter m. chokladöverdrag (beräknat)	Vitamin A	27	27
6703	Jordnötter m. chokladöverdrag (beräknat)	Fritt socker	47	50
6703	Jordnötter m. chokladöverdrag (beräknat)	Tillsatt socker	47	50
6703	Jordnötter m. chokladöverdrag (beräknat)	Salt	0	0
6703	Jordnötter m. chokladöverdrag (beräknat)	Niacinekvivalenter	5,7	5,5
6703	Jordnötter m. chokladöverdrag (beräknat)	Vitamin C	0	0
6703	Jordnötter m. chokladöverdrag (beräknat)	Niacin	4,1	4,1
6703	Jordnötter m. chokladöverdrag (beräknat)	Tiamin	0,5	0,5
6703	Jordnötter m. chokladöverdrag (beräknat)	Riboflavin	0,2	0,2
6704	Chokladkex m. vaniljfillning (beräknat)	Disackarider	37	37

6704	Chokladkex m. vaniljfillning (beräknat)	Monosackarider	0	0
6704	Chokladkex m. vaniljfillning (beräknat)	Summa mättade fettsyror	6	6
6704	Chokladkex m. vaniljfillning (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	9	9
6704	Chokladkex m. vaniljfillning (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	4	4
6704	Chokladkex m. vaniljfillning (beräknat)	Socker totalt	37	37
6704	Chokladkex m. vaniljfillning (beräknat)	Jod	0,9	1,2
6704	Chokladkex m. vaniljfillning (beräknat)	Järn	0,9	0,8
6704	Chokladkex m. vaniljfillning (beräknat)	Kalium	242	242
6704	Chokladkex m. vaniljfillning (beräknat)	Protein	5	5
6704	Chokladkex m. vaniljfillning (beräknat)	Aska	2	2
6704	Chokladkex m. vaniljfillning (beräknat)	Vatten	6	6
6704	Chokladkex m. vaniljfillning (beräknat)	Magnesium	34,9	35,3
6704	Chokladkex m. vaniljfillning (beräknat)	Natrium	378	395
6704	Chokladkex m. vaniljfillning (beräknat)	Salt	1	1
6704	Chokladkex m. vaniljfillning (beräknat)	Riboflavin	0,0	0,0
6705	Risotto m. kyckling spenat (beräknat)	Monosackarider	0	0
6705	Risotto m. kyckling spenat (beräknat)	Disackarider	0	0
6705	Risotto m. kyckling spenat (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
6705	Risotto m. kyckling spenat (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
6705	Risotto m. kyckling spenat (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
6705	Risotto m. kyckling spenat (beräknat)	Socker totalt	1	1
6705	Risotto m. kyckling spenat (beräknat)	Protein	6	6
6705	Risotto m. kyckling spenat (beräknat)	Avfall (skal etc.)	2	2
6705	Risotto m. kyckling spenat (beräknat)	Vitamin A	79	79
6705	Risotto m. kyckling spenat (beräknat)	Salt	0	0
6757	Bröd rågsikt fibrer ca 4% typ rågkaka	Vitamin B6	0,0	0,1
6758	el. butiksbakad	Energi (kJ)	1442	1443
6758	el. butiksbakad	Vitamin B6	0,0	0,0
6761	Pizzadeg tillagad kylvara	Vitamin B6	0,0	0,0
6807	Havrebaserat bredbart pålägg tomat basilika	Salt	1	1
6808	Havrebaserat bredbart pålägg vitlök gurka	Disackarider	3	3
6808	Havrebaserat bredbart pålägg vitlök gurka	Monosackarider	0	0
6808	Havrebaserat bredbart pålägg vitlök gurka	Summa mättade fettsyror	6	7
6808	Havrebaserat bredbart pålägg vitlök gurka	Summa enkelomättade fettsyror	7	7
6808	Havrebaserat bredbart pålägg vitlök gurka	Summa fleromättade fettsyror	3	3
6808	Havrebaserat bredbart pålägg vitlök gurka	Protein	3	3
6808	Havrebaserat bredbart pålägg vitlök gurka	Salt	1	1
6809	Havredryck choklad fett 2,5 % berikad	Disackarider	6	6
6809	Havredryck choklad fett 2,5 % berikad	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6809	Havredryck choklad fett 2,5 % berikad	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
6809	Havredryck choklad fett 2,5 % berikad	Summa mättade fettsyror	0	0
6809	Havredryck choklad fett 2,5 % berikad	Protein	1	1
6809	Havredryck choklad fett 2,5 % berikad	Salt	0	0
6812	Havregurt smaksatt berikad (beräknat)	Monosackarider	1	1
6812	Havregurt smaksatt berikad (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
6812	Havregurt smaksatt berikad (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6812	Havregurt smaksatt berikad (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
6812	Havregurt smaksatt berikad (beräknat)	Salt	0	0
6813	Havredryck fett 3,0% berikad (beräknat)	Energi (kJ)	249	248
6813	Havredryck fett 3,0% berikad (beräknat)	Disackarider	3	3

6813	Havredryck fett 3,0% berikad (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
6813	Havredryck fett 3,0% berikad (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6813	Havredryck fett 3,0% berikad (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
6813	Havredryck fett 3,0% berikad (beräknat)	Protein	1	1
6813	Havredryck fett 3,0% berikad (beräknat)	Kolhydrater	7	7
6813	Havredryck fett 3,0% berikad (beräknat)	Salt	0	0
6814	Glass havreglass smaksatt (beräknat)	Disackarider	16	16
6814	Glass havreglass smaksatt (beräknat)	Summa mättade fettsyror	5	6
6814	Glass havreglass smaksatt (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6814	Glass havreglass smaksatt (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
6814	Glass havreglass smaksatt (beräknat)	Protein	1	1
6814	Glass havreglass smaksatt (beräknat)	Salt	0	0
6815	(beräknat)	Monosackarider	0	0
6815	(beräknat)	Disackarider	3	3
6815	(beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	7	7
6815	(beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	3	3
6815	(beräknat)	Summa mättade fettsyror	6	7
6815	(beräknat)	Salt	1	1
6819	Kex bokstavskek fullkorn berikad	Vitamin B6	0,0	0,1
6886	(beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	3	3
6886	(beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	10	10
6925	(beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	9	9
6925	(beräknat)	Järn	0,7	0,3
6925	(beräknat)	Avfall (skal etc.)		0
6925	(beräknat)	Salt	0	0
6934	Gryta auberginegryta veg. typ tapsi (beräknat)	Monosackarider	3	3
6934	Gryta auberginegryta veg. typ tapsi (beräknat)	Disackarider	0	0
6934	Gryta auberginegryta veg. typ tapsi (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
6934	Gryta auberginegryta veg. typ tapsi (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
6934	Gryta auberginegryta veg. typ tapsi (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
6934	Gryta auberginegryta veg. typ tapsi (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,0	0,0
6934	Gryta auberginegryta veg. typ tapsi (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,1	0,1
6934	Gryta auberginegryta veg. typ tapsi (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
6934	Gryta auberginegryta veg. typ tapsi (beräknat)	Fosfor	29	29
6934	Gryta auberginegryta veg. typ tapsi (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,2	0,3
6934	Gryta auberginegryta veg. typ tapsi (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
6934	Gryta auberginegryta veg. typ tapsi (beräknat)	Oljesyra C18:1	0,7	0,7
6934	Gryta auberginegryta veg. typ tapsi (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,0	0,0
6934	Gryta auberginegryta veg. typ tapsi (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
6934	Gryta auberginegryta veg. typ tapsi (beräknat)	Protein	1	1
6934	Gryta auberginegryta veg. typ tapsi (beräknat)	Vitamin E	1,0	1,0
6934	Gryta auberginegryta veg. typ tapsi (beräknat)	β-Karoten	294	294
6934	Gryta auberginegryta veg. typ tapsi (beräknat)	Avfall (skal etc.)		5
6934	Gryta auberginegryta veg. typ tapsi (beräknat)	Vitamin A	26	26
6934	Gryta auberginegryta veg. typ tapsi (beräknat)	Salt	0	0
6943	Gryta m. kött kyckling typ tapsi (beräknat)	Kolesterol	88	88
6943	Gryta m. kött kyckling typ tapsi (beräknat)	DHA (C22:6)	0,1	0,1
6943	Gryta m. kött kyckling typ tapsi (beräknat)	Disackarider	0	0
6943	Gryta m. kött kyckling typ tapsi (beräknat)	Monosackarider	0	0
6943	Gryta m. kött kyckling typ tapsi (beräknat)	Energi (kJ)	932	933

6943	Gryta m. kött kyckling typ tapsi (beräknat)	Summa mättade fettsyror	5	5
6943	Gryta m. kött kyckling typ tapsi (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	7	7
6943	Gryta m. kött kyckling typ tapsi (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
6943	Gryta m. kött kyckling typ tapsi (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
6943	Gryta m. kött kyckling typ tapsi (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	3,4	3,4
6943	Gryta m. kött kyckling typ tapsi (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,2	0,2
6943	Gryta m. kött kyckling typ tapsi (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
6943	Gryta m. kött kyckling typ tapsi (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,1	0,1
6943	Gryta m. kött kyckling typ tapsi (beräknat)	EPA (C20:5)	0,0	0,0
6943	Gryta m. kött kyckling typ tapsi (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
6943	Gryta m. kött kyckling typ tapsi (beräknat)	Vitamin B12	0,5	0,5
6943	Gryta m. kött kyckling typ tapsi (beräknat)	Vitamin B6	0,2	0,2
6943	Gryta m. kött kyckling typ tapsi (beräknat)	Socker totalt	0	0
6943	Gryta m. kött kyckling typ tapsi (beräknat)	Folat	20	20
6943	Gryta m. kött kyckling typ tapsi (beräknat)	Jod		8,9
6943	Gryta m. kött kyckling typ tapsi (beräknat)	Fosfor	173	173
6943	Gryta m. kött kyckling typ tapsi (beräknat)	Kalcium	15,0	15,0
6943	Gryta m. kött kyckling typ tapsi (beräknat)	Järn	1,2	1,2
6943	Gryta m. kött kyckling typ tapsi (beräknat)	Kalium	218	218
6943	Gryta m. kött kyckling typ tapsi (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
6943	Gryta m. kött kyckling typ tapsi (beräknat)	Stearinsyra C18:0	1,0	1,0
6943	Gryta m. kött kyckling typ tapsi (beräknat)	Oljesyra C18:1	5,7	5,7
6943	Gryta m. kött kyckling typ tapsi (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	1,1	1,1
6943	Gryta m. kött kyckling typ tapsi (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,7	1,7
6943	Gryta m. kött kyckling typ tapsi (beräknat)	Kolhydrater	1	1
6943	Gryta m. kött kyckling typ tapsi (beräknat)	Protein	21	21
6943	Gryta m. kött kyckling typ tapsi (beräknat)	Fibrer	0	0
6943	Gryta m. kött kyckling typ tapsi (beräknat)	Fett	15,0	15,0
6943	Gryta m. kött kyckling typ tapsi (beräknat)	Vitamin D	1,3	1,3
6943	Gryta m. kött kyckling typ tapsi (beräknat)	Retinol	38	38
6943	Gryta m. kött kyckling typ tapsi (beräknat)	β-Karoten	38	38
6943	Gryta m. kött kyckling typ tapsi (beräknat)	Vitamin E	2,5	2,5
6943	Gryta m. kött kyckling typ tapsi (beräknat)	Aska	1	1
6943	Gryta m. kött kyckling typ tapsi (beräknat)	Energi (kcal)	223	223
6943	Gryta m. kött kyckling typ tapsi (beräknat)	Avfall (skal etc.)		37
6943	Gryta m. kött kyckling typ tapsi (beräknat)	Vatten	61	61
6943	Gryta m. kött kyckling typ tapsi (beräknat)	Vitamin A	41	41
6943	Gryta m. kött kyckling typ tapsi (beräknat)	Magnesium	25,2	25,2
6943	Gryta m. kött kyckling typ tapsi (beräknat)	Natrium	153	153
6943	Gryta m. kött kyckling typ tapsi (beräknat)	Zink	2,31	2,31
6943	Gryta m. kött kyckling typ tapsi (beräknat)	Selen	10,9	10,9
6943	Gryta m. kött kyckling typ tapsi (beräknat)	Salt	0	0
6943	Gryta m. kött kyckling typ tapsi (beräknat)	Tillsatt socker	0	0
6943	Gryta m. kött kyckling typ tapsi (beräknat)	Fritt socker	0	0
6943	Gryta m. kött kyckling typ tapsi (beräknat)	Niacinekvivalenter	9,8	9,8
6943	Gryta m. kött kyckling typ tapsi (beräknat)	Riboflavin	0,2	0,2
6943	Gryta m. kött kyckling typ tapsi (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
6943	Gryta m. kött kyckling typ tapsi (beräknat)	Niacin	5,9	5,9
6943	Gryta m. kött kyckling typ tapsi (beräknat)	Vitamin C	2	2
6945	Fatteh veg. (beräknat)	Monosackarider	0	0

6945	Fatteh veg. (beräknat)	Disackarider	1	1
6945	Fatteh veg. (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
6945	Fatteh veg. (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
6945	Fatteh veg. (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
6945	Fatteh veg. (beräknat)	Protein	5	5
6945	Fatteh veg. (beräknat)	Kolhydrater	13	13
6945	Fatteh veg. (beräknat)	Avfall (skal etc.)		0
6945	Fatteh veg. (beräknat)	Salt	0	0
6946	Fatteh m. kyckling (beräknat)	Disackarider	1	1
6946	Fatteh m. kyckling (beräknat)	Monosackarider	0	0
6946	Fatteh m. kyckling (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
6946	Fatteh m. kyckling (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6946	Fatteh m. kyckling (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
6946	Fatteh m. kyckling (beräknat)	Kolhydrater	10	10
6946	Fatteh m. kyckling (beräknat)	Protein	8	8
6946	Fatteh m. kyckling (beräknat)	Avfall (skal etc.)		0
6946	Fatteh m. kyckling (beräknat)	Salt	1	1
6948	Börek m. spenat fetaost veg. (beräknat)	Energi (kJ)	863	863
6948	Börek m. spenat fetaost veg. (beräknat)	Monosackarider	1	1
6948	Börek m. spenat fetaost veg. (beräknat)	Disackarider	1	1
6948	Börek m. spenat fetaost veg. (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
6948	Börek m. spenat fetaost veg. (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
6948	Börek m. spenat fetaost veg. (beräknat)	Summa mättade fettsyror	5	5
6948	Börek m. spenat fetaost veg. (beräknat)	Protein	8	8
6948	Börek m. spenat fetaost veg. (beräknat)	Vitamin K	124,3	
6948	Börek m. spenat fetaost veg. (beräknat)	Energi (kcal)	206	206
6948	Börek m. spenat fetaost veg. (beräknat)	Selen	5,0	5,0
6948	Börek m. spenat fetaost veg. (beräknat)	Vitamin A	190	190
6948	Börek m. spenat fetaost veg. (beräknat)	Salt	1	1
6949	Börek m. köttfärs (beräknat)	Kolesterol	34	34
6949	Börek m. köttfärs (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
6949	Börek m. köttfärs (beräknat)	Disackarider	2	2
6949	Börek m. köttfärs (beräknat)	Monosackarider	1	1
6949	Börek m. köttfärs (beräknat)	Energi (kJ)	927	927
6949	Börek m. köttfärs (beräknat)	Summa mättade fettsyror	4	4
6949	Börek m. köttfärs (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6949	Börek m. köttfärs (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
6949	Börek m. köttfärs (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,1	0,1
6949	Börek m. köttfärs (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,2	0,2
6949	Börek m. köttfärs (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,9	1,9
6949	Börek m. köttfärs (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,3	0,3
6949	Börek m. köttfärs (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,2	0,2
6949	Börek m. köttfärs (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
6949	Börek m. köttfärs (beräknat)	EPA (C20:5)	0,0	0,0
6949	Börek m. köttfärs (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
6949	Börek m. köttfärs (beräknat)	Vitamin B12	0,3	0,3
6949	Börek m. köttfärs (beräknat)	Vitamin B6	0,2	0,2
6949	Börek m. köttfärs (beräknat)	Socker totalt	2	2
6949	Börek m. köttfärs (beräknat)	Folat	15	15
6949	Börek m. köttfärs (beräknat)	Jod	49,3	49,3

6949	Börek m. köttfärs (beräknat)	Fosfor	120	120
6949	Börek m. köttfärs (beräknat)	Kalcium	62,1	62,1
6949	Börek m. köttfärs (beräknat)	Järn	1,3	1,3
6949	Börek m. köttfärs (beräknat)	Kalium	207	207
6949	Börek m. köttfärs (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
6949	Börek m. köttfärs (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,9	0,9
6949	Börek m. köttfärs (beräknat)	Oljesyra C18:1	3,9	3,9
6949	Börek m. köttfärs (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,2	0,2
6949	Börek m. köttfärs (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,2	1,2
6949	Börek m. köttfärs (beräknat)	Kolhydrater	22	22
6949	Börek m. köttfärs (beräknat)	Protein	10	10
6949	Börek m. köttfärs (beräknat)	Fibrer	2	2
6949	Börek m. köttfärs (beräknat)	Fett	10,1	10,1
6949	Börek m. köttfärs (beräknat)	Vitamin D	0,2	0,1
6949	Börek m. köttfärs (beräknat)	Retinol	27	27
6949	Börek m. köttfärs (beräknat)	β-Karoten	84	83
6949	Börek m. köttfärs (beräknat)	Vitamin E	1,1	1,2
6949	Börek m. köttfärs (beräknat)	Aska	2	2
6949	Börek m. köttfärs (beräknat)	Energi (kcal)	222	222
6949	Börek m. köttfärs (beräknat)	Avfall (skal etc.)		1
6949	Börek m. köttfärs (beräknat)	Vatten	55	55
6949	Börek m. köttfärs (beräknat)	Vitamin A	34	34
6949	Börek m. köttfärs (beräknat)	Magnesium	24,2	24,2
6949	Börek m. köttfärs (beräknat)	Natrium	487	487
6949	Börek m. köttfärs (beräknat)	Zink	1,69	1,69
6949	Börek m. köttfärs (beräknat)	Selen	6,5	6,5
6949	Börek m. köttfärs (beräknat)	Salt	1	1
6949	Börek m. köttfärs (beräknat)	Niacinekvivalenter	4,0	4,0
6949	Börek m. köttfärs (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
6949	Börek m. köttfärs (beräknat)	Tiamin	0,2	0,2
6949	Börek m. köttfärs (beräknat)	Niacin	2,2	2,2
6949	Börek m. köttfärs (beräknat)	Vitamin C	2	2
6950	Pizza orientalisk (beräknat)	Energi (kJ)	865	867
6950	Pizza orientalisk (beräknat)	Monosackarider		1
6950	Pizza orientalisk (beräknat)	Disackarider		1
6950	Pizza orientalisk (beräknat)	Kolesterol	17	17
6950	Pizza orientalisk (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
6950	Pizza orientalisk (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6950	Pizza orientalisk (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
6950	Pizza orientalisk (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,1	0,1
6950	Pizza orientalisk (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,0	1,0
6950	Pizza orientalisk (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
6950	Pizza orientalisk (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
6950	Pizza orientalisk (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
6950	Pizza orientalisk (beräknat)	EPA (C20:5)	0,0	0,0
6950	Pizza orientalisk (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
6950	Pizza orientalisk (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,3	0,3
6950	Pizza orientalisk (beräknat)	Folat	20	20
6950	Pizza orientalisk (beräknat)	Socker totalt	2	2
6950	Pizza orientalisk (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1

6950	Pizza orientalisk (beräknat)	Vitamin B12	0,4	0,4
6950	Pizza orientalisk (beräknat)	Kalium	206	206
6415	chutney veg. (beräknat)	Energi (kJ)	606	606
6415	chutney veg. (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6415	chutney veg. (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
6415	chutney veg. (beräknat)	Summa mättade fettsyror	5	5
6415	chutney veg. (beräknat)	Protein	8	8
6415	chutney veg. (beräknat)	Energi (kcal)	145	145
6415	chutney veg. (beräknat)	Salt	0	0
6416	Gryta svampprotein m. persika veg. (beräknat)	Disackarider	2	2
6416	Gryta svampprotein m. persika veg. (beräknat)	Energi (kJ)	600	600
6416	Gryta svampprotein m. persika veg. (beräknat)	Summa mättade fettsyror	7	7
6416	Gryta svampprotein m. persika veg. (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
6416	Gryta svampprotein m. persika veg. (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6416	Gryta svampprotein m. persika veg. (beräknat)	Socker totalt	4	4
6416	Gryta svampprotein m. persika veg. (beräknat)	Protein	7	7
6416	Gryta svampprotein m. persika veg. (beräknat)	Energi (kcal)	143	143
6416	Gryta svampprotein m. persika veg. (beräknat)	Salt	1	1
6417	Bön stroganoff veg. (beräknat)	Energi (kJ)	542	540
6417	Bön stroganoff veg. (beräknat)	Monosackarider	1	1
6417	Bön stroganoff veg. (beräknat)	Disackarider	2	2
6417	Bön stroganoff veg. (beräknat)	Kolesterol	11	10
6417	Bön stroganoff veg. (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,3	0,3
6441	Ajvar- och spenatsås (beräknat)	Kalium	171	171
6441	Ajvar- och spenatsås (beräknat)	Magnesium	17,5	17,5
6441	Ajvar- och spenatsås (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
6441	Ajvar- och spenatsås (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
6441	Ajvar- och spenatsås (beräknat)	Oljesyra C18:1	1,8	1,8
6441	Ajvar- och spenatsås (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,3	0,3
6441	Ajvar- och spenatsås (beräknat)	Protein	7	7
6441	Ajvar- och spenatsås (beräknat)	Fibrer	2	2
6441	Ajvar- och spenatsås (beräknat)	Fett	7,9	7,8
6441	Ajvar- och spenatsås (beräknat)	Vitamin D	0,3	0,3
6441	Ajvar- och spenatsås (beräknat)	Retinol	63	62
6441	Ajvar- och spenatsås (beräknat)	β-Karoten	233	232
6441	Ajvar- och spenatsås (beräknat)	Vitamin E	0,6	0,6
6441	Ajvar- och spenatsås (beräknat)	Aska	1	1
6441	Ajvar- och spenatsås (beräknat)	Energi (kcal)	132	131
6441	Ajvar- och spenatsås (beräknat)	Vatten	74	75
6441	Ajvar- och spenatsås (beräknat)	Kolhydrater	7	7
6441	Ajvar- och spenatsås (beräknat)	Vitamin A	84	83
6441	Ajvar- och spenatsås (beräknat)	Natrium	148	148
6441	Ajvar- och spenatsås (beräknat)	Zink	0,99	0,99
6441	Ajvar- och spenatsås (beräknat)	Selen	3,6	3,6
6441	Ajvar- och spenatsås (beräknat)	Salt	0	0
6441	Ajvar- och spenatsås (beräknat)	Tillsatt socker	0	0
6441	Ajvar- och spenatsås (beräknat)	Fritt socker	0	0
6441	Ajvar- och spenatsås (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
6441	Ajvar- och spenatsås (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
6441	Ajvar- och spenatsås (beräknat)	Niacin	0,3	0,3

6441	Ajvar- och spenatsås (beräknat)	Vitamin C	2	2
6441	Ajvar- och spenatsås (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,7	1,7
6442	Paprika grillad (beräknat)	Vitamin K	5,8	5,8
6446	Lasagne m. cottage cheese veg. (beräknat)	Kolesterol	12	11
6446	Lasagne m. cottage cheese veg. (beräknat)	Disackarider	1	1
6446	Lasagne m. cottage cheese veg. (beräknat)	Monosackarider	2	2
6446	Lasagne m. cottage cheese veg. (beräknat)	Energi (kJ)	433	426
6446	Lasagne m. cottage cheese veg. (beräknat)	Summa mättade fettsyror	3	3
6446	Lasagne m. cottage cheese veg. (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
6446	Lasagne m. cottage cheese veg. (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
6446	Lasagne m. cottage cheese veg. (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,1	0,1
6446	Lasagne m. cottage cheese veg. (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,3	0,3
6446	Lasagne m. cottage cheese veg. (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,3	1,2
6446	Lasagne m. cottage cheese veg. (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,4	0,4
6446	Lasagne m. cottage cheese veg. (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,4	0,4
6446	Lasagne m. cottage cheese veg. (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
6446	Lasagne m. cottage cheese veg. (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
6446	Lasagne m. cottage cheese veg. (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
6446	Lasagne m. cottage cheese veg. (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
6446	Lasagne m. cottage cheese veg. (beräknat)	Vitamin B12	0,2	0,2
6446	Lasagne m. cottage cheese veg. (beräknat)	Folat	18	18
6446	Lasagne m. cottage cheese veg. (beräknat)	Socker totalt	3	3
6446	Lasagne m. cottage cheese veg. (beräknat)	Jod	19,8	19,9
6446	Lasagne m. cottage cheese veg. (beräknat)	Fosfor	84	84
6446	Lasagne m. cottage cheese veg. (beräknat)	Kalcium	62,3	62,5
6446	Lasagne m. cottage cheese veg. (beräknat)	Järn	0,4	0,4
6446	Lasagne m. cottage cheese veg. (beräknat)	Kalium	145	145
6446	Lasagne m. cottage cheese veg. (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
6446	Lasagne m. cottage cheese veg. (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
6446	Lasagne m. cottage cheese veg. (beräknat)	Oljesyra C18:1	1,1	1,1
6446	Lasagne m. cottage cheese veg. (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,2	0,3
6446	Lasagne m. cottage cheese veg. (beräknat)	Kolhydrater	9	9
6446	Lasagne m. cottage cheese veg. (beräknat)	Protein	6	6
6446	Lasagne m. cottage cheese veg. (beräknat)	Fibrer	1	1
6446	Lasagne m. cottage cheese veg. (beräknat)	Fett	4,7	4,5
6446	Lasagne m. cottage cheese veg. (beräknat)	Vitamin D	0,1	0,1
6446	Lasagne m. cottage cheese veg. (beräknat)	Retinol	38	35
6446	Lasagne m. cottage cheese veg. (beräknat)	β-Karoten	215	212
6446	Lasagne m. cottage cheese veg. (beräknat)	Vitamin E	1,2	1,2
6446	Lasagne m. cottage cheese veg. (beräknat)	Aska	1	1
6446	Lasagne m. cottage cheese veg. (beräknat)	Energi (kcal)	103	101
6446	Lasagne m. cottage cheese veg. (beräknat)	Avfall (skal etc.)	1	1
6446	Lasagne m. cottage cheese veg. (beräknat)	Vatten	78	78
6446	Lasagne m. cottage cheese veg. (beräknat)	Vitamin A	56	54
6446	Lasagne m. cottage cheese veg. (beräknat)	Magnesium	14,0	14,0
6446	Lasagne m. cottage cheese veg. (beräknat)	Natrium	224	224
6446	Lasagne m. cottage cheese veg. (beräknat)	Zink	0,44	0,44
6446	Lasagne m. cottage cheese veg. (beräknat)	Selen	2,3	2,3
6446	Lasagne m. cottage cheese veg. (beräknat)	Salt	1	1
6446	Lasagne m. cottage cheese veg. (beräknat)	Fritt socker	0	0

6446	Lasagne m. cottage cheese veg. (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
6446	Lasagne m. cottage cheese veg. (beräknat)	Tiamin	0,0	0,0
6446	Lasagne m. cottage cheese veg. (beräknat)	Niacin	0,9	0,9
6446	Lasagne m. cottage cheese veg. (beräknat)	Vitamin C	10	10
6446	Lasagne m. cottage cheese veg. (beräknat)	Niacinekvivalenter	2,2	2,2
6447	Paj m. fetaost sötpotatis veg. (beräknat)	Energi (kJ)	1066	1051
6447	Paj m. fetaost sötpotatis veg. (beräknat)	Monosackarider	4	4
6447	Paj m. fetaost sötpotatis veg. (beräknat)	Disackarider	2	2
6447	Paj m. fetaost sötpotatis veg. (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
6447	Paj m. fetaost sötpotatis veg. (beräknat)	Kolesterol	78	70
6447	Paj m. fetaost sötpotatis veg. (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
6447	Paj m. fetaost sötpotatis veg. (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	6	6
6447	Paj m. fetaost sötpotatis veg. (beräknat)	Summa mättade fettsyror	11	10
6447	Paj m. fetaost sötpotatis veg. (beräknat)	Stearinsyra C18:0	1,6	1,4
6447	Paj m. fetaost sötpotatis veg. (beräknat)	Myristinsyra C14:0	1,3	1,1
6447	Paj m. fetaost sötpotatis veg. (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	5,4	5,3
6447	Paj m. fetaost sötpotatis veg. (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	1,2	1,0
6447	Paj m. fetaost sötpotatis veg. (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,5	0,5
6447	Paj m. fetaost sötpotatis veg. (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
6447	Paj m. fetaost sötpotatis veg. (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
6447	Paj m. fetaost sötpotatis veg. (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,4	0,4
6447	Paj m. fetaost sötpotatis veg. (beräknat)	Socker totalt	5	5
6447	Paj m. fetaost sötpotatis veg. (beräknat)	Folat	14	14
6447	Paj m. fetaost sötpotatis veg. (beräknat)	Vitamin B12	0,4	0,4
6447	Paj m. fetaost sötpotatis veg. (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
6447	Paj m. fetaost sötpotatis veg. (beräknat)	Kalium	275	276
6447	Paj m. fetaost sötpotatis veg. (beräknat)	Järn	0,9	0,9
6447	Paj m. fetaost sötpotatis veg. (beräknat)	Kalcium	88,5	89,0
6447	Paj m. fetaost sötpotatis veg. (beräknat)	Fosfor	139	139
6447	Paj m. fetaost sötpotatis veg. (beräknat)	Jod		31,3
6447	Paj m. fetaost sötpotatis veg. (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,6	1,8
6447	Paj m. fetaost sötpotatis veg. (beräknat)	Oljesyra C18:1	5,6	6,0
6447	Paj m. fetaost sötpotatis veg. (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,2	0,2
6447	Paj m. fetaost sötpotatis veg. (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
6447	Paj m. fetaost sötpotatis veg. (beräknat)	Fett	19,8	19,4
6447	Paj m. fetaost sötpotatis veg. (beräknat)	Fibrer	1	1
6447	Paj m. fetaost sötpotatis veg. (beräknat)	Protein	8	8
6447	Paj m. fetaost sötpotatis veg. (beräknat)	Kolhydrater	11	11
6447	Paj m. fetaost sötpotatis veg. (beräknat)	Vitamin E	1,8	2,1
6447	Paj m. fetaost sötpotatis veg. (beräknat)	β-Karoten	1579	1577
6447	Paj m. fetaost sötpotatis veg. (beräknat)	Retinol	166	166
6447	Paj m. fetaost sötpotatis veg. (beräknat)	Vitamin D	0,8	1,0
6447	Paj m. fetaost sötpotatis veg. (beräknat)	Vatten	59	59
6447	Paj m. fetaost sötpotatis veg. (beräknat)	Energi (kcal)	255	251
6447	Paj m. fetaost sötpotatis veg. (beräknat)	Aska	2	2
6447	Paj m. fetaost sötpotatis veg. (beräknat)	Selen	4,1	4,1
6447	Paj m. fetaost sötpotatis veg. (beräknat)	Zink	0,70	0,70
6447	Paj m. fetaost sötpotatis veg. (beräknat)	Natrium	338	341
6447	Paj m. fetaost sötpotatis veg. (beräknat)	Magnesium	25,5	25,5
6447	Paj m. fetaost sötpotatis veg. (beräknat)	Vitamin A	298	298

6447	Paj m. fetaost sötpotatis veg. (beräknat)	Salt	1	1
6447	Paj m. fetaost sötpotatis veg. (beräknat)	Niacinekvivalenter	2,3	2,3
6447	Paj m. fetaost sötpotatis veg. (beräknat)	Vitamin C	1	1
6447	Paj m. fetaost sötpotatis veg. (beräknat)	Niacin	0,5	0,5
6447	Paj m. fetaost sötpotatis veg. (beräknat)	Tiamin	0,0	0,0
6447	Paj m. fetaost sötpotatis veg. (beräknat)	Riboflavin	0,2	0,2
6448	(beräknat)	Disackarider	0	0
6448	(beräknat)	Monosackarider	0	0
6448	(beräknat)	Energi (kJ)	540	559
6448	(beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
6448	(beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
6448	(beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
6448	(beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,1	0,1
6448	(beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,0	0,0
6448	(beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,0	0,0
6448	(beräknat)	Linolensyra C18:3	0,0	0,0
6448	(beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
6448	(beräknat)	Folat	12	12
6448	(beräknat)	Socker totalt	0	0
6448	(beräknat)	Jod	0,2	0,2
6448	(beräknat)	Fosfor	122	124
6448	(beräknat)	Kalcium	15,6	16,4
6448	(beräknat)	Järn	1,0	1,1
6448	(beräknat)	Kalium	155	160
6448	(beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
6448	(beräknat)	Oljesyra C18:1	0,3	0,3
6448	(beräknat)	Linolsyra C18:2	0,4	0,4
6448	(beräknat)	Kolhydrater	23	23
6448	(beräknat)	Protein	3	4
6448	(beräknat)	Fibrer	7	7
6448	(beräknat)	Fett	1,1	1,2
6448	(beräknat)	Vitamin E	0,2	0,3
6448	(beräknat)	Vitamin K		0,7
6448	(beräknat)	Aska	1	1
6448	(beräknat)	Energi (kcal)	129	133
6448	(beräknat)	Vatten	65	64
6448	(beräknat)	Magnesium	39,7	40,8
6448	(beräknat)	Natrium	112	116
6448	(beräknat)	Zink	0,83	0,87
6448	(beräknat)	Selen	0,1	0,2
6448	(beräknat)	Salt	0	0
6448	(beräknat)	Fullkorn totalt	37	39
6448	(beräknat)	Riboflavin	0,0	0,0
6448	(beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
6448	(beräknat)	Niacin	0,9	0,9
6448	(beräknat)	Niacinekvivalenter	1,4	1,4
6449	(beräknat)	Jod	49,0	47,9
6449	(beräknat)	Protein	3	3
6449	(beräknat)	Kolhydrater	6	6
6449	(beräknat)	Salt	2	2

6450	(beräknat)	Disackarider	1	1
6450	(beräknat)	Monosackarider	2	2
6450	(beräknat)	Energi (kJ)	466	467
6450	(beräknat)	Summa mättade fettsyror	5	5
6450	(beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
6450	(beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
6450	(beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,6	0,6
6450	(beräknat)	Myristinsyra C14:0	1,0	1,0
6450	(beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,2	0,2
6450	(beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
6450	(beräknat)	Jod		15,8
6450	(beräknat)	Fosfor	61	61
6450	(beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
6450	(beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
6450	(beräknat)	Oljesyra C18:1	1,0	1,0
6450	(beräknat)	Linolsyra C18:2	0,4	0,4
6450	(beräknat)	Kolhydrater	8	8
6450	(beräknat)	Protein	2	2
6450	(beräknat)	β-Karoten	1278	1278
6450	(beräknat)	Vitamin E	0,9	0,9
6450	(beräknat)	Energi (kcal)	111	111
6450	(beräknat)	Vitamin A	107	107
6450	(beräknat)	Salt	1	1
6576	Mjölblandning rågsikt	Vitamin B6	0,0	0,1
6651	Rapsolja berikad	Summa mättade fettsyror	7	7
6651	Rapsolja berikad	Summa enkelomättade fettsyror	61	61
6676	Durra el. andra sorghumarter mjöl	Jod		2,0
6676	Durra el. andra sorghumarter mjöl	Salt	0	0
6677	Amarant mjöl	Disackarider	1	1
6677	Amarant mjöl	Monosackarider	0	0
6677	Amarant mjöl	Protein	15	15
6682	Sojasås shoyu	Salt	14	14
6695	Pizzadeg hemlagad tillagad (beräknat)	Disackarider	1	1
6695	Pizzadeg hemlagad tillagad (beräknat)	Monosackarider	0	0
6695	Pizzadeg hemlagad tillagad (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
6695	Pizzadeg hemlagad tillagad (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
6695	Pizzadeg hemlagad tillagad (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
6695	Pizzadeg hemlagad tillagad (beräknat)	Socker totalt	1	1
6695	Pizzadeg hemlagad tillagad (beräknat)	Protein	5	5
6695	Pizzadeg hemlagad tillagad (beräknat)	Salt	1	1
6701	Insalata Caprese (beräknat)	Monosackarider	2	1
6701	Insalata Caprese (beräknat)	Disackarider	0	0
6701	Insalata Caprese (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6701	Insalata Caprese (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	7	7
6701	Insalata Caprese (beräknat)	Summa mättade fettsyror	5	5
6701	Insalata Caprese (beräknat)	Protein	6	6
6701	Insalata Caprese (beräknat)	Kolhydrater	2	2
6701	Insalata Caprese (beräknat)	Salt	1	1
6702	Waldorfsallad (beräknat)	Disackarider	2	2
6702	Waldorfsallad (beräknat)	Energi (kJ)	497	497

6702	Waldorfsallad (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
6702	Waldorfsallad (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
6702	Waldorfsallad (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	4	4
6702	Waldorfsallad (beräknat)	Kolhydrater	6	6
6702	Waldorfsallad (beräknat)	Protein	2	2
6702	Waldorfsallad (beräknat)	Energi (kcal)	119	119
6702	Waldorfsallad (beräknat)	Salt	0	0
6703	Jordnötter m. chokladöverdrag (beräknat)	Energi (kJ)	2203	2151
6703	Jordnötter m. chokladöverdrag (beräknat)	Disackarider	53	56
6703	Jordnötter m. chokladöverdrag (beräknat)	Kolesterol	13	8
6703	Jordnötter m. chokladöverdrag (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
6703	Jordnötter m. chokladöverdrag (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	15	14
6703	Jordnötter m. chokladöverdrag (beräknat)	Summa mättade fettsyror	11	10
6703	Jordnötter m. chokladöverdrag (beräknat)	Stearinsyra C18:0	4,8	4,8
6703	Jordnötter m. chokladöverdrag (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,3	0,2
6703	Jordnötter m. chokladöverdrag (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	4,7	4,2
6703	Jordnötter m. chokladöverdrag (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,2	0,2
6703	Jordnötter m. chokladöverdrag (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,1	0,1
6703	Jordnötter m. chokladöverdrag (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,0	0,0
6703	Jordnötter m. chokladöverdrag (beräknat)	Socker totalt	53	56
6703	Jordnötter m. chokladöverdrag (beräknat)	Folat	37	36
6703	Jordnötter m. chokladöverdrag (beräknat)	Vitamin B12	0,2	0,2
6703	Jordnötter m. chokladöverdrag (beräknat)	Vitamin B6	0,2	0,2
6703	Jordnötter m. chokladöverdrag (beräknat)	Kalium	394	399
6703	Jordnötter m. chokladöverdrag (beräknat)	Järn	1,4	2,4
6703	Jordnötter m. chokladöverdrag (beräknat)	Kalcium	133,6	99,8
6703	Jordnötter m. chokladöverdrag (beräknat)	Fosfor	215	201
6703	Jordnötter m. chokladöverdrag (beräknat)	Jod	10,6	1,4
6703	Jordnötter m. chokladöverdrag (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,8	1,7
6703	Jordnötter m. chokladöverdrag (beräknat)	Oljesyra C18:1	14,2	13,3
6703	Jordnötter m. chokladöverdrag (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
6792	Havregurt jordgubb berikad	Disackarider	6	6
6792	Havregurt jordgubb berikad	Monosackarider	1	1
6792	Havregurt jordgubb berikad	Summa mättade fettsyror	0	0
6792	Havregurt jordgubb berikad	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
6792	Havregurt jordgubb berikad	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6792	Havregurt jordgubb berikad	Protein	1	1
6793	Havregurt vanilj berikad	Monosackarider	0	0
6793	Havregurt vanilj berikad	Disackarider	8	8
6793	Havregurt vanilj berikad	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6793	Havregurt vanilj berikad	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
6793	Havregurt vanilj berikad	Summa mättade fettsyror	0	0
6793	Havregurt vanilj berikad	Protein	1	1
6793	Havregurt vanilj berikad	Salt	0	0
6797	Havredryck fett 0,5 % eko. berikad	Disackarider	3	3
6797	Havredryck fett 0,5 % eko. berikad	Summa mättade fettsyror	0	0
6797	Havredryck fett 0,5 % eko. berikad	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
6797	Havredryck fett 0,5 % eko. berikad	Protein	1	1
6797	Havredryck fett 0,5 % eko. berikad	Salt	0	0
6801	Havregurt naturell fett 11 % berikad	Disackarider	3	3

6801	Havregurt naturell fett 11 % berikad	Summa fleromättade fettsyror	3	3
6801	Havregurt naturell fett 11 % berikad	Summa mättade fettsyror	1	1
6801	Havregurt naturell fett 11 % berikad	Protein	3	3
6801	Havregurt naturell fett 11 % berikad	Salt	0	0
6802	Glass havreglass chokladfudge	Disackarider	20	20
6802	Glass havreglass chokladfudge	Monosackarider	7	7
6802	Glass havreglass chokladfudge	Summa mättade fettsyror	5	5
6802	Glass havreglass chokladfudge	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
6802	Glass havreglass chokladfudge	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6802	Glass havreglass chokladfudge	Protein	1	1
6802	Glass havreglass chokladfudge	Salt	0	0
6803	Glass havreglass karamell hasselnöt	Monosackarider	7	7
6803	Glass havreglass karamell hasselnöt	Disackarider	15	15
6803	Glass havreglass karamell hasselnöt	Summa fleromättade fettsyror	2	2
6803	Glass havreglass karamell hasselnöt	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
6803	Glass havreglass karamell hasselnöt	Summa mättade fettsyror	6	7
6803	Glass havreglass karamell hasselnöt	Protein	1	1
6803	Glass havreglass karamell hasselnöt	Salt	0	0
6804	Glass havreglass karamell vanilj	Disackarider	13	13
6804	Glass havreglass karamell vanilj	Monosackarider	7	7
6804	Glass havreglass karamell vanilj	Summa mättade fettsyror	5	5
6804	Glass havreglass karamell vanilj	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
6804	Glass havreglass karamell vanilj	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6804	Glass havreglass karamell vanilj	Protein	1	1
6804	Glass havreglass karamell vanilj	Salt	0	0
6807	Havrebaserat bredbart pålägg tomat basilika	Monosackarider	0	0
6807	Havrebaserat bredbart pålägg tomat basilika	Disackarider	3	3
6807	Havrebaserat bredbart pålägg tomat basilika	Summa enkelomättade fettsyror	7	7
6807	Havrebaserat bredbart pålägg tomat basilika	Summa mättade fettsyror	6	7
6807	Havrebaserat bredbart pålägg tomat basilika	Protein	3	3
6871	Våffla glutenfri (beräknat)	Salt	1	1
6910	(beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
6910	(beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
6910	(beräknat)	Protein	20	20
6910	(beräknat)	Salt	1	1
6912	Oumph® (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
6912	Oumph® (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
6912	Oumph® (beräknat)	Protein	20	20
6912	Oumph® (beräknat)	Salt	1	1
6913	typ Oumph® (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
6913	typ Oumph® (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
6913	typ Oumph® (beräknat)	Protein	20	20
6913	typ Oumph® (beräknat)	Salt	1	1
6914	(beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
6914	(beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	5	3
6914	(beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	6	9
6914	(beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,0	0,7
6914	(beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,0	0,0
6914	(beräknat)	Linolensyra C18:3	0,8	0,7
6914	(beräknat)	Socker totalt		0

6914	(beräknat)	Jod		0,0
6914	(beräknat)	Fosfor	80	80
6914	(beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,1	0,1
6914	(beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,4	0,3
6914	(beräknat)	Oljesyra C18:1	6,3	8,5
6914	(beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
6914	(beräknat)	Linolsyra C18:2	4,3	2,4
6914	(beräknat)	Vitamin D	0,2	0,0
6914	(beräknat)	Retinol	62	0
6914	(beräknat)	β-Karoten	0	0
6914	(beräknat)	Vitamin E	2,1	3,3
6914	(beräknat)	Energi (kcal)	244	244
6914	(beräknat)	Vitamin A	62	0
6914	(beräknat)	Fritt socker		0
6920	Bulgur kokt m. tomat buljong olja (beräknat)	Monosackarider	1	1
6920	Bulgur kokt m. tomat buljong olja (beräknat)	Disackarider	0	0
6920	Bulgur kokt m. tomat buljong olja (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
6920	Bulgur kokt m. tomat buljong olja (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6920	Bulgur kokt m. tomat buljong olja (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
6920	Bulgur kokt m. tomat buljong olja (beräknat)	Vitamin B6	0,0	0,1
6920	Bulgur kokt m. tomat buljong olja (beräknat)	Protein	3	3
6920	Bulgur kokt m. tomat buljong olja (beräknat)	Kolhydrater	16	16
6920	Bulgur kokt m. tomat buljong olja (beräknat)	Avfall (skal etc.)		2
6920	Bulgur kokt m. tomat buljong olja (beräknat)	Salt	1	1
6925	(beräknat)	Summa mättade fettsyror	5	5
6925	(beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	3	3
6409	Gryta halloumigryta m. linser veg. (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,2	0,2
6409	Gryta halloumigryta m. linser veg. (beräknat)	Socker totalt	4	4
6409	Gryta halloumigryta m. linser veg. (beräknat)	Folat	27	27
6409	Gryta halloumigryta m. linser veg. (beräknat)	Vitamin B12	0,2	0,2
6409	Gryta halloumigryta m. linser veg. (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
6409	Gryta halloumigryta m. linser veg. (beräknat)	Kalium	230	230
6409	Gryta halloumigryta m. linser veg. (beräknat)	Järn	0,9	0,9
6409	Gryta halloumigryta m. linser veg. (beräknat)	Kalcium	152,5	152,6
6409	Gryta halloumigryta m. linser veg. (beräknat)	Fosfor	142	142
6409	Gryta halloumigryta m. linser veg. (beräknat)	Jod	41,1	41,1
6409	Gryta halloumigryta m. linser veg. (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,5	0,5
6409	Gryta halloumigryta m. linser veg. (beräknat)	Oljesyra C18:1	2,3	2,2
6409	Gryta halloumigryta m. linser veg. (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
6409	Gryta halloumigryta m. linser veg. (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
6409	Gryta halloumigryta m. linser veg. (beräknat)	Fett	8,9	8,8
6409	Gryta halloumigryta m. linser veg. (beräknat)	Fibrer	3	3
6409	Gryta halloumigryta m. linser veg. (beräknat)	Protein	8	8
6409	Gryta halloumigryta m. linser veg. (beräknat)	Vitamin E	1,1	1,1
6409	Gryta halloumigryta m. linser veg. (beräknat)	β-Karoten	1261	1261
6409	Gryta halloumigryta m. linser veg. (beräknat)	Retinol	64	63
6409	Gryta halloumigryta m. linser veg. (beräknat)	Vitamin D	0,0	0,0
6409	Gryta halloumigryta m. linser veg. (beräknat)	Kolhydrater	8	8
6409	Gryta halloumigryta m. linser veg. (beräknat)	Vatten	70	70
6409	Gryta halloumigryta m. linser veg. (beräknat)	Avfall (skal etc.)		1

6409	Gryta halloumigryta m. linser veg. (beräknat)	Energi (kcal)	148	147
6409	Gryta halloumigryta m. linser veg. (beräknat)	Aska	3	3
6409	Gryta halloumigryta m. linser veg. (beräknat)	Selen	3,8	3,8
6409	Gryta halloumigryta m. linser veg. (beräknat)	Zink	1,11	1,11
6409	Gryta halloumigryta m. linser veg. (beräknat)	Natrium	711	711
6409	Gryta halloumigryta m. linser veg. (beräknat)	Magnesium	23,1	23,1
6409	Gryta halloumigryta m. linser veg. (beräknat)	Vitamin A	187	186
6409	Gryta halloumigryta m. linser veg. (beräknat)	Fritt socker	1	1
6409	Gryta halloumigryta m. linser veg. (beräknat)	Tillsatt socker	1	1
6409	Gryta halloumigryta m. linser veg. (beräknat)	Salt	2	2
6409	Gryta halloumigryta m. linser veg. (beräknat)	Niacinekvalenter	2,2	2,2
6409	Gryta halloumigryta m. linser veg. (beräknat)	Vitamin C	3	3
6409	Gryta halloumigryta m. linser veg. (beräknat)	Niacin	0,6	0,6
6409	Gryta halloumigryta m. linser veg. (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
6409	Gryta halloumigryta m. linser veg. (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
6410	Halloumi stroganoff veg. (beräknat)	Kolesterol	57	57
6410	Halloumi stroganoff veg. (beräknat)	Disackarider	2	2
6410	Halloumi stroganoff veg. (beräknat)	Monosackarider	1	1
6410	Halloumi stroganoff veg. (beräknat)	Energi (kJ)	1065	1064
6410	Halloumi stroganoff veg. (beräknat)	Summa mättade fettsyror	12	12
6410	Halloumi stroganoff veg. (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
6410	Halloumi stroganoff veg. (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6410	Halloumi stroganoff veg. (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	1,7	1,7
6410	Halloumi stroganoff veg. (beräknat)	Myristinsyra C14:0	1,9	1,9
6410	Halloumi stroganoff veg. (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,6	0,6
6410	Halloumi stroganoff veg. (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	5,7	5,7
6410	Halloumi stroganoff veg. (beräknat)	Stearinsyra C18:0	1,7	1,7
6410	Halloumi stroganoff veg. (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,2	0,2
6410	Halloumi stroganoff veg. (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
6410	Halloumi stroganoff veg. (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
6410	Halloumi stroganoff veg. (beräknat)	Vitamin B6	0,0	0,1
6410	Halloumi stroganoff veg. (beräknat)	Vitamin B12	0,5	0,5
6410	Halloumi stroganoff veg. (beräknat)	Folat	6	6
6410	Halloumi stroganoff veg. (beräknat)	Socker totalt	3	3
6410	Halloumi stroganoff veg. (beräknat)	Jod	58,8	58,8
6410	Halloumi stroganoff veg. (beräknat)	Fosfor	298	298
6410	Halloumi stroganoff veg. (beräknat)	Kalcium	453,7	454,0
6410	Halloumi stroganoff veg. (beräknat)	Järn	0,2	0,2
6410	Halloumi stroganoff veg. (beräknat)	Kalium	146	146
6410	Halloumi stroganoff veg. (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
6410	Halloumi stroganoff veg. (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,3	0,3
6410	Halloumi stroganoff veg. (beräknat)	Oljesyra C18:1	4,3	4,3
6410	Halloumi stroganoff veg. (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,8	0,8
6410	Halloumi stroganoff veg. (beräknat)	Protein	16	16
6410	Halloumi stroganoff veg. (beräknat)	Fibrer	0	0
6410	Halloumi stroganoff veg. (beräknat)	Fett	19,7	19,6
6410	Halloumi stroganoff veg. (beräknat)	Vitamin D	0,2	0,2
6410	Halloumi stroganoff veg. (beräknat)	Retinol	162	159
6410	Halloumi stroganoff veg. (beräknat)	β-Karoten	143	141
6410	Halloumi stroganoff veg. (beräknat)	Vitamin E	1,1	1,1

6410	Halloumi stroganoff veg. (beräknat)	Aska	5	5
6410	Halloumi stroganoff veg. (beräknat)	Energi (kcal)	255	254
6410	Halloumi stroganoff veg. (beräknat)	Vatten	56	56
6410	Halloumi stroganoff veg. (beräknat)	Kolhydrater	4	4
6410	Halloumi stroganoff veg. (beräknat)	Vitamin A	175	171
6410	Halloumi stroganoff veg. (beräknat)	Magnesium	30,1	30,1
6410	Halloumi stroganoff veg. (beräknat)	Natrium	1374	1373
6410	Halloumi stroganoff veg. (beräknat)	Zink	2,14	2,14
6410	Halloumi stroganoff veg. (beräknat)	Selen	7,2	7,2
6410	Halloumi stroganoff veg. (beräknat)	Salt	3	3
6410	Halloumi stroganoff veg. (beräknat)	Riboflavin	0,2	0,2
6410	Halloumi stroganoff veg. (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
6410	Halloumi stroganoff veg. (beräknat)	Niacin	0,3	0,3
6410	Halloumi stroganoff veg. (beräknat)	Vitamin C	3	3
6410	Halloumi stroganoff veg. (beräknat)	Niacinekvivalenter	3,9	3,9
6411	Gryta halloumigryta m. aubergine veg. (beräknat)	Energi (kJ)	494	494
6411	Gryta halloumigryta m. aubergine veg. (beräknat)	Monosackarider	3	3
6433	Gryta currygryta m. grönsaker veg. (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,6	0,5
6433	Gryta currygryta m. grönsaker veg. (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
6433	Gryta currygryta m. grönsaker veg. (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	2
6433	Gryta currygryta m. grönsaker veg. (beräknat)	Summa mättade fettsyror	5	5
6433	Gryta currygryta m. grönsaker veg. (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,9	0,7
6433	Gryta currygryta m. grönsaker veg. (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	2,7	2,3
6433	Gryta currygryta m. grönsaker veg. (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,3	0,2
6433	Gryta currygryta m. grönsaker veg. (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,9	0,8
6433	Gryta currygryta m. grönsaker veg. (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
6433	Gryta currygryta m. grönsaker veg. (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
6433	Gryta currygryta m. grönsaker veg. (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
6433	Gryta currygryta m. grönsaker veg. (beräknat)	Socker totalt	4	4
6433	Gryta currygryta m. grönsaker veg. (beräknat)	Folat	25	25
6433	Gryta currygryta m. grönsaker veg. (beräknat)	Vitamin B12	0,1	0,1
6433	Gryta currygryta m. grönsaker veg. (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
6433	Gryta currygryta m. grönsaker veg. (beräknat)	Kalium	170	172
6433	Gryta currygryta m. grönsaker veg. (beräknat)	Järn	0,5	0,5
6433	Gryta currygryta m. grönsaker veg. (beräknat)	Kalcium	46,0	47,5
6433	Gryta currygryta m. grönsaker veg. (beräknat)	Fosfor	40	42
6433	Gryta currygryta m. grönsaker veg. (beräknat)	Jod	62,2	62,5
6433	Gryta currygryta m. grönsaker veg. (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,3	0,3
6433	Gryta currygryta m. grönsaker veg. (beräknat)	Oljesyra C18:1	2,3	2,0
6433	Gryta currygryta m. grönsaker veg. (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,2	0,2
6433	Gryta currygryta m. grönsaker veg. (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
6433	Gryta currygryta m. grönsaker veg. (beräknat)	Fett	9,4	8,2
6433	Gryta currygryta m. grönsaker veg. (beräknat)	Fibrer	2	2
6433	Gryta currygryta m. grönsaker veg. (beräknat)	Protein	2	2
6433	Gryta currygryta m. grönsaker veg. (beräknat)	Vitamin E	1,2	1,2
6433	Gryta currygryta m. grönsaker veg. (beräknat)	β-Karoten	395	385
6433	Gryta currygryta m. grönsaker veg. (beräknat)	Retinol	72	62
6433	Gryta currygryta m. grönsaker veg. (beräknat)	Vitamin D	0,0	0,0
6433	Gryta currygryta m. grönsaker veg. (beräknat)	Kolhydrater	5	5
6433	Gryta currygryta m. grönsaker veg. (beräknat)	Vatten	80	81

6433	Gryta currygryta m. grönsaker veg. (beräknat)	Avfall (skal etc.)	6	5
6433	Gryta currygryta m. grönsaker veg. (beräknat)	Energi (kcal)	114	104
6433	Gryta currygryta m. grönsaker veg. (beräknat)	Aska	2	2
6433	Gryta currygryta m. grönsaker veg. (beräknat)	Selen	2,6	2,6
6433	Gryta currygryta m. grönsaker veg. (beräknat)	Zink	0,29	0,30
6433	Gryta currygryta m. grönsaker veg. (beräknat)	Natrium	478	479
6433	Gryta currygryta m. grönsaker veg. (beräknat)	Magnesium	10,8	10,9
6433	Gryta currygryta m. grönsaker veg. (beräknat)	Vitamin A	107	95
6433	Gryta currygryta m. grönsaker veg. (beräknat)	Fritt socker	0	0
6433	Gryta currygryta m. grönsaker veg. (beräknat)	Tillsatt socker	0	0
6433	Gryta currygryta m. grönsaker veg. (beräknat)	Salt	1	1
6433	Gryta currygryta m. grönsaker veg. (beräknat)	Niacinekvalenter	1,0	1,0
6433	Gryta currygryta m. grönsaker veg. (beräknat)	Vitamin C	26	26
6433	Gryta currygryta m. grönsaker veg. (beräknat)	Niacin	0,6	0,6
6433	Gryta currygryta m. grönsaker veg. (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
6433	Gryta currygryta m. grönsaker veg. (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
6434	(beräknat)	Disackarider	1	1
6434	(beräknat)	Energi (kJ)	629	629
6434	(beräknat)	Summa mättade fettsyror	4	4
6434	(beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
6434	(beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6434	(beräknat)	Protein	5	5
6434	(beräknat)	Energi (kcal)	150	150
6434	(beräknat)	Avfall (skal etc.)	0	0
6434	(beräknat)	Kolhydrater	13	13
6434	(beräknat)	Salt	1	1
6436	Lasagne m. linser veg. (beräknat)	Energi (kJ)	577	577
6436	Lasagne m. linser veg. (beräknat)	Monosackarider	2	2
6436	Lasagne m. linser veg. (beräknat)	Disackarider	1	1
6436	Lasagne m. linser veg. (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
6436	Lasagne m. linser veg. (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
6436	Lasagne m. linser veg. (beräknat)	Summa mättade fettsyror	6	6
6436	Lasagne m. linser veg. (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	2,6	2,6
6436	Lasagne m. linser veg. (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
6436	Lasagne m. linser veg. (beräknat)	Jod		20,6
6436	Lasagne m. linser veg. (beräknat)	Protein	5	5
6436	Lasagne m. linser veg. (beräknat)	Kolhydrater	8	8
6436	Lasagne m. linser veg. (beräknat)	Avfall (skal etc.)	1	1
6436	Lasagne m. linser veg. (beräknat)	Energi (kcal)	138	138
6436	Lasagne m. linser veg. (beräknat)	Salt	1	1
6437	Lasagne m. grönsaker veg. (beräknat)	Kolesterol	6	6
6437	Lasagne m. grönsaker veg. (beräknat)	Disackarider	2	2
6437	Lasagne m. grönsaker veg. (beräknat)	Monosackarider	1	1
6437	Lasagne m. grönsaker veg. (beräknat)	Energi (kJ)	544	543
6437	Lasagne m. grönsaker veg. (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
6437	Lasagne m. grönsaker veg. (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
6437	Lasagne m. grönsaker veg. (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6437	Lasagne m. grönsaker veg. (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,2	0,2
6437	Lasagne m. grönsaker veg. (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,2	0,2
6437	Lasagne m. grönsaker veg. (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,1	0,1

6437	Lasagne m. grönsaker veg. (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,7	0,7
6437	Lasagne m. grönsaker veg. (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,2	0,2
6437	Lasagne m. grönsaker veg. (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,2	0,2
6437	Lasagne m. grönsaker veg. (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
6437	Lasagne m. grönsaker veg. (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
6437	Lasagne m. grönsaker veg. (beräknat)	Vitamin B6	0,0	0,0
6437	Lasagne m. grönsaker veg. (beräknat)	Vitamin B12	0,2	0,2
6437	Lasagne m. grönsaker veg. (beräknat)	Folat	9	9
6437	Lasagne m. grönsaker veg. (beräknat)	Socker totalt	3	3
6437	Lasagne m. grönsaker veg. (beräknat)	Jod	32,4	32,4
6437	Lasagne m. grönsaker veg. (beräknat)	Fosfor	83	83
6437	Lasagne m. grönsaker veg. (beräknat)	Kalcium	70,8	70,9
6437	Lasagne m. grönsaker veg. (beräknat)	Järn	0,4	0,4
6437	Lasagne m. grönsaker veg. (beräknat)	Kalium	150	150
6437	Lasagne m. grönsaker veg. (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
6437	Lasagne m. grönsaker veg. (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
6437	Lasagne m. grönsaker veg. (beräknat)	Oljesyra C18:1	1,4	1,4
6437	Lasagne m. grönsaker veg. (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,5	0,5
6437	Lasagne m. grönsaker veg. (beräknat)	Protein	5	5
6437	Lasagne m. grönsaker veg. (beräknat)	Fibrer	2	2
6437	Lasagne m. grönsaker veg. (beräknat)	Fett	4,0	4,0
6437	Lasagne m. grönsaker veg. (beräknat)	Vitamin D	0,3	0,3
6437	Lasagne m. grönsaker veg. (beräknat)	Retinol	20	18
6437	Lasagne m. grönsaker veg. (beräknat)	β-Karoten	1149	1148
6437	Lasagne m. grönsaker veg. (beräknat)	Vitamin E	0,8	0,9
6437	Lasagne m. grönsaker veg. (beräknat)	Aska	1	1
6437	Lasagne m. grönsaker veg. (beräknat)	Energi (kcal)	130	130
6437	Lasagne m. grönsaker veg. (beräknat)	Avfall (skal etc.)	1	1
6437	Lasagne m. grönsaker veg. (beräknat)	Vatten	71	71
6437	Lasagne m. grönsaker veg. (beräknat)	Kolhydrater	18	18
6437	Lasagne m. grönsaker veg. (beräknat)	Vitamin A	133	130
6437	Lasagne m. grönsaker veg. (beräknat)	Magnesium	17,0	17,0
6437	Lasagne m. grönsaker veg. (beräknat)	Natrium	255	254
6437	Lasagne m. grönsaker veg. (beräknat)	Zink	0,50	0,50
6437	Lasagne m. grönsaker veg. (beräknat)	Selen	1,3	1,3
6437	Lasagne m. grönsaker veg. (beräknat)	Salt	1	1
6437	Lasagne m. grönsaker veg. (beräknat)	Tillsatt socker	0	0
6437	Lasagne m. grönsaker veg. (beräknat)	Fritt socker	0	0
6437	Lasagne m. grönsaker veg. (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
6437	Lasagne m. grönsaker veg. (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
6437	Lasagne m. grönsaker veg. (beräknat)	Niacin	0,7	0,7
6437	Lasagne m. grönsaker veg. (beräknat)	Vitamin C	2	2
6437	Lasagne m. grönsaker veg. (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,5	1,5
6438	Grönsaksbas grönsakspasta (beräknat)	Disackarider	3	3
6438	Grönsaksbas grönsakspasta (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
6438	Grönsaksbas grönsakspasta (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
6438	Grönsaksbas grönsakspasta (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
6438	Grönsaksbas grönsakspasta (beräknat)	Protein	1	1
6438	Grönsaksbas grönsakspasta (beräknat)	Avfall (skal etc.)	7	7
6438	Grönsaksbas grönsakspasta (beräknat)	Salt	1	1

6439	Tomatsås m. grädde (beräknat)	Kolesterol	24	21
6439	Tomatsås m. grädde (beräknat)	Disackarider	1	1
6439	Tomatsås m. grädde (beräknat)	Monosackarider	3	3
6439	Tomatsås m. grädde (beräknat)	Energi (kJ)	605	563
6439	Tomatsås m. grädde (beräknat)	Summa mättade fettsyror	6	5
6439	Tomatsås m. grädde (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	6	5
6439	Tomatsås m. grädde (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6439	Tomatsås m. grädde (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,6	0,5
6439	Tomatsås m. grädde (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,9	0,8
6439	Tomatsås m. grädde (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,3	0,2
6439	Tomatsås m. grädde (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	3,2	2,8
6439	Tomatsås m. grädde (beräknat)	Stearinsyra C18:0	1,0	0,9
6439	Tomatsås m. grädde (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
6439	Tomatsås m. grädde (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
6439	Tomatsås m. grädde (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
6439	Tomatsås m. grädde (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
6439	Tomatsås m. grädde (beräknat)	Vitamin B12	0,1	0,1
6439	Tomatsås m. grädde (beräknat)	Folat	14	14
6439	Tomatsås m. grädde (beräknat)	Socker totalt	4	4
6439	Tomatsås m. grädde (beräknat)	Jod	3,8	3,9
6439	Tomatsås m. grädde (beräknat)	Fosfor	37	38
6439	Tomatsås m. grädde (beräknat)	Kalcium	34,5	36,0
6439	Tomatsås m. grädde (beräknat)	Järn	0,4	0,4
6439	Tomatsås m. grädde (beräknat)	Kalium	178	180
6439	Tomatsås m. grädde (beräknat)	Magnesium	11,6	11,7
6439	Tomatsås m. grädde (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
6439	Tomatsås m. grädde (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,2	0,2
6439	Tomatsås m. grädde (beräknat)	Oljesyra C18:1	5,4	5,1
6439	Tomatsås m. grädde (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,6	0,6
6439	Tomatsås m. grädde (beräknat)	Protein	1	1
6439	Tomatsås m. grädde (beräknat)	Fibrer	1	1
6439	Tomatsås m. grädde (beräknat)	Fett	13,5	12,4
6439	Tomatsås m. grädde (beräknat)	Vitamin D	0,0	0,0
6439	Tomatsås m. grädde (beräknat)	Retinol	73	62
6439	Tomatsås m. grädde (beräknat)	β-Karoten	280	269
6439	Tomatsås m. grädde (beräknat)	Vitamin E	2,1	2,1
6439	Tomatsås m. grädde (beräknat)	Aska	1	1
6439	Tomatsås m. grädde (beräknat)	Energi (kcal)	144	134
6439	Tomatsås m. grädde (beräknat)	Avfall (skal etc.)	1	1
6439	Tomatsås m. grädde (beräknat)	Vatten	79	80
6439	Tomatsås m. grädde (beräknat)	Kolhydrater	4	4
6439	Tomatsås m. grädde (beräknat)	Vitamin A	96	85
6439	Tomatsås m. grädde (beräknat)	Natrium	17	18
6439	Tomatsås m. grädde (beräknat)	Zink	0,19	0,19
6439	Tomatsås m. grädde (beräknat)	Selen	0,5	0,5
6439	Tomatsås m. grädde (beräknat)	Salt	0	0
6439	Tomatsås m. grädde (beräknat)	Fritt socker	1	1
6439	Tomatsås m. grädde (beräknat)	Riboflavin	0,0	0,0
6439	Tomatsås m. grädde (beräknat)	Tiamin	0,0	0,0
6439	Tomatsås m. grädde (beräknat)	Niacin	0,6	0,6

6439	Tomatsås m. grädde (beräknat)	Vitamin C	6	6
6439	Tomatsås m. grädde (beräknat)	Niacinekvivalenter	0,9	0,9
6440	Morotssås (beräknat)	Energi (kJ)	289	286
6440	Morotssås (beräknat)	Monosackarider	3	3
6440	Morotssås (beräknat)	Disackarider	2	2
6440	Morotssås (beräknat)	Kolesterol	9	9
6440	Morotssås (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,2	0,2
6440	Morotssås (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
6440	Morotssås (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
6440	Morotssås (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
6440	Morotssås (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,3	0,3
6440	Morotssås (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,1	1,0
6440	Morotssås (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,1	0,1
6440	Morotssås (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,3	0,3
6440	Morotssås (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
6440	Morotssås (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
6440	Morotssås (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
6440	Morotssås (beräknat)	Socker totalt	5	5
6440	Morotssås (beräknat)	Folat	18	18
6440	Morotssås (beräknat)	Vitamin B12	0,1	0,1
6440	Morotssås (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
6440	Morotssås (beräknat)	Magnesium	13,3	13,3
6440	Morotssås (beräknat)	Kalium	211	212
6440	Morotssås (beräknat)	Järn	0,5	0,5
6440	Morotssås (beräknat)	Kalcium	41,8	41,9
6440	Morotssås (beräknat)	Fosfor	42	42
6440	Morotssås (beräknat)	Jod	18,4	18,4
6440	Morotssås (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,3	0,4
6440	Morotssås (beräknat)	Oljesyra C18:1	1,3	1,3
6440	Morotssås (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
6440	Morotssås (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
6440	Morotssås (beräknat)	Fett	4,4	4,3
6440	Morotssås (beräknat)	Fibrer	1	1
6440	Morotssås (beräknat)	Protein	1	1
6440	Morotssås (beräknat)	Vitamin E	1,6	1,6
6440	Morotssås (beräknat)	β-Karoten	1924	1923
6440	Morotssås (beräknat)	Retinol	27	26
6440	Morotssås (beräknat)	Vitamin D	0,0	0,0
6440	Morotssås (beräknat)	Kolhydrater	5	5
6440	Morotssås (beräknat)	Vatten	86	86
6440	Morotssås (beräknat)	Avfall (skal etc.)	1	1
6440	Morotssås (beräknat)	Energi (kcal)	69	68
6440	Morotssås (beräknat)	Aska	1	1
6440	Morotssås (beräknat)	Selen	0,4	0,4
6440	Morotssås (beräknat)	Zink	0,23	0,23
6440	Morotssås (beräknat)	Natrium	143	143
6440	Morotssås (beräknat)	Vitamin A	213	212
6440	Morotssås (beräknat)	Fritt socker	1	1
6440	Morotssås (beräknat)	Salt	0	0
6440	Morotssås (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,1	1,1

6440	Morotssås (beräknat)	Vitamin C	8	8
6440	Morotssås (beräknat)	Niacin	0,8	0,8
6440	Morotssås (beräknat)	Tiamin	0,0	0,0
6440	Morotssås (beräknat)	Riboflavin	0,0	0,0
6441	Ajvar- och spenatsås (beräknat)	Kolesterol	21	20
6441	Ajvar- och spenatsås (beräknat)	Disackarider	2	2
6441	Ajvar- och spenatsås (beräknat)	Monosackarider	0	0
6441	Ajvar- och spenatsås (beräknat)	Energi (kJ)	552	549
6441	Ajvar- och spenatsås (beräknat)	Summa mättade fettsyror	5	5
6441	Ajvar- och spenatsås (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
6441	Ajvar- och spenatsås (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
6441	Ajvar- och spenatsås (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,6	0,6
6441	Ajvar- och spenatsås (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,7	0,7
6441	Ajvar- och spenatsås (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,2	0,2
6441	Ajvar- och spenatsås (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	2,2	2,2
6441	Ajvar- och spenatsås (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,8	0,8
6441	Ajvar- och spenatsås (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
6441	Ajvar- och spenatsås (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
6441	Ajvar- och spenatsås (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
6441	Ajvar- och spenatsås (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
6441	Ajvar- och spenatsås (beräknat)	Vitamin B12	0,4	0,4
6441	Ajvar- och spenatsås (beräknat)	Folat	27	27
6441	Ajvar- och spenatsås (beräknat)	Socker totalt	3	3
6441	Ajvar- och spenatsås (beräknat)	Jod	14,6	14,6
6441	Ajvar- och spenatsås (beräknat)	Fosfor	137	137
6441	Ajvar- och spenatsås (beräknat)	Kalcium	147,5	147,6
6441	Ajvar- och spenatsås (beräknat)	Järn	0,7	0,7
6479	Taco tortilla m. köttfärs grönsaker ost (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
6479	Taco tortilla m. köttfärs grönsaker ost (beräknat)	Summa mättade fettsyror	4	4
6479	Taco tortilla m. köttfärs grönsaker ost (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,9	0,9
6479	Taco tortilla m. köttfärs grönsaker ost (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,4	0,4
6479	Taco tortilla m. köttfärs grönsaker ost (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,9	1,9
6479	Taco tortilla m. köttfärs grönsaker ost (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,3	0,3
6479	Taco tortilla m. köttfärs grönsaker ost (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,1	0,1
6479	Taco tortilla m. köttfärs grönsaker ost (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
6479	Taco tortilla m. köttfärs grönsaker ost (beräknat)	EPA (C20:5)	0,0	0,0
6479	Taco tortilla m. köttfärs grönsaker ost (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
6479	Taco tortilla m. köttfärs grönsaker ost (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,2	0,2
6479	Taco tortilla m. köttfärs grönsaker ost (beräknat)	Socker totalt	2	2
6479	Taco tortilla m. köttfärs grönsaker ost (beräknat)	Folat	22	22
6479	Taco tortilla m. köttfärs grönsaker ost (beräknat)	Vitamin B12	0,3	0,3
6479	Taco tortilla m. köttfärs grönsaker ost (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
6479	Taco tortilla m. köttfärs grönsaker ost (beräknat)	Kalium	179	179
6479	Taco tortilla m. köttfärs grönsaker ost (beräknat)	Järn	0,8	0,8
6479	Taco tortilla m. köttfärs grönsaker ost (beräknat)	Kalcium	53,5	53,5
6479	Taco tortilla m. köttfärs grönsaker ost (beräknat)	Fosfor	105	105
6479	Taco tortilla m. köttfärs grönsaker ost (beräknat)	Jod	21,3	21,3
6479	Taco tortilla m. köttfärs grönsaker ost (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,5	0,5
6479	Taco tortilla m. köttfärs grönsaker ost (beräknat)	Oljesyra C18:1	2,7	2,7
6479	Taco tortilla m. köttfärs grönsaker ost (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,2	0,2

6479	Taco tortilla m. köttfärs grönsaker ost (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
6479	Taco tortilla m. köttfärs grönsaker ost (beräknat)	Fett	8,0	8,1
6479	Taco tortilla m. köttfärs grönsaker ost (beräknat)	Protein	8	8
6479	Taco tortilla m. köttfärs grönsaker ost (beräknat)	Kolhydrater	11	11
6479	Taco tortilla m. köttfärs grönsaker ost (beräknat)	Vitamin E	1,0	1,0
6479	Taco tortilla m. köttfärs grönsaker ost (beräknat)	β-Karoten	196	195
6479	Taco tortilla m. köttfärs grönsaker ost (beräknat)	Retinol	34	33
6479	Taco tortilla m. köttfärs grönsaker ost (beräknat)	Vitamin D	0,1	0,1
6479	Taco tortilla m. köttfärs grönsaker ost (beräknat)	Vatten	71	71
6479	Taco tortilla m. köttfärs grönsaker ost (beräknat)	Energi (kcal)	151	151
6479	Taco tortilla m. köttfärs grönsaker ost (beräknat)	Aska	1	2
6479	Taco tortilla m. köttfärs grönsaker ost (beräknat)	Selen	2,3	2,3
6479	Taco tortilla m. köttfärs grönsaker ost (beräknat)	Zink	1,58	1,58
6479	Taco tortilla m. köttfärs grönsaker ost (beräknat)	Natrium	395	394
6479	Taco tortilla m. köttfärs grönsaker ost (beräknat)	Magnesium	16,1	16,1
6479	Taco tortilla m. köttfärs grönsaker ost (beräknat)	Vitamin A	51	50
6479	Taco tortilla m. köttfärs grönsaker ost (beräknat)	Fritt socker	0	0
6479	Taco tortilla m. köttfärs grönsaker ost (beräknat)	Tillsatt socker	0	0
6479	Taco tortilla m. köttfärs grönsaker ost (beräknat)	Salt	1	1
6479	Taco tortilla m. köttfärs grönsaker ost (beräknat)	Niacinekvivalenter	2,9	2,9
6479	Taco tortilla m. köttfärs grönsaker ost (beräknat)	Vitamin C	15	15
6479	Taco tortilla m. köttfärs grönsaker ost (beräknat)	Niacin	1,5	1,5
6479	Taco tortilla m. köttfärs grönsaker ost (beräknat)	Tiamin	0,0	0,0
6479	Taco tortilla m. köttfärs grönsaker ost (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
6480	Kornflingor ångprep. fullkorn	Salt	0	0
6481	Rågflingor ångprep. fullkorn	Salt	0	0
6482	Veteflingor ångprep. fullkorn	Kolhydrater	61	61
6482	Veteflingor ångprep. fullkorn	Salt	0	0
6494	Dinkelmjöl	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6494	Dinkelmjöl	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
6494	Dinkelmjöl	Summa mättade fettsyror	0	0
6494	Dinkelmjöl	Protein	12	12
6494	Dinkelmjöl	Vitamin K	1,6	1,6
6506	Grönsaksbiff jordnötsbiff tillagad veg. (beräknat)	Disackarider	1	1
6506	Grönsaksbiff jordnötsbiff tillagad veg. (beräknat)	Monosackarider	1	1
6506	Grönsaksbiff jordnötsbiff tillagad veg. (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
6506	Grönsaksbiff jordnötsbiff tillagad veg. (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	7	7
6506	Grönsaksbiff jordnötsbiff tillagad veg. (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	4	4
6506	Grönsaksbiff jordnötsbiff tillagad veg. (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,1	1,2
6506	Grönsaksbiff jordnötsbiff tillagad veg. (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,0	0,0
6506	Grönsaksbiff jordnötsbiff tillagad veg. (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,3	0,3
6506	Grönsaksbiff jordnötsbiff tillagad veg. (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,5	0,4
6506	Grönsaksbiff jordnötsbiff tillagad veg. (beräknat)	Jod	1,6	1,9
6506	Grönsaksbiff jordnötsbiff tillagad veg. (beräknat)	Fosfor	124	124
6506	Grönsaksbiff jordnötsbiff tillagad veg. (beräknat)	Järn	1,4	1,4
6506	Grönsaksbiff jordnötsbiff tillagad veg. (beräknat)	Kalium	260	261
6506	Grönsaksbiff jordnötsbiff tillagad veg. (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
6506	Grönsaksbiff jordnötsbiff tillagad veg. (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
6506	Grönsaksbiff jordnötsbiff tillagad veg. (beräknat)	Oljesyra C18:1	7,1	7,0
6506	Grönsaksbiff jordnötsbiff tillagad veg. (beräknat)	Linolsyra C18:2	3,9	4,1

6506	Grönsaksbiff jordnötsbiff tillagad veg. (beräknat)	Protein	8	8
6506	Grönsaksbiff jordnötsbiff tillagad veg. (beräknat)	β-Karoten	1335	1335
6506	Grönsaksbiff jordnötsbiff tillagad veg. (beräknat)	Vitamin E	3,6	3,7
6506	Grönsaksbiff jordnötsbiff tillagad veg. (beräknat)	Aska	2	2
6506	Grönsaksbiff jordnötsbiff tillagad veg. (beräknat)	Vatten	54	53
6506	Grönsaksbiff jordnötsbiff tillagad veg. (beräknat)	Vitamin A	132	132
6506	Grönsaksbiff jordnötsbiff tillagad veg. (beräknat)	Magnesium	48,7	49,1
6506	Grönsaksbiff jordnötsbiff tillagad veg. (beräknat)	Natrium	519	538
6506	Grönsaksbiff jordnötsbiff tillagad veg. (beräknat)	Salt	1	1
6506	Grönsaksbiff jordnötsbiff tillagad veg. (beräknat)	Riboflavin	0,0	0,0
6542	Vetemjöl durum	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6542	Vetemjöl durum	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
6542	Vetemjöl durum	Summa mättade fettsyror	0	0
6574	Mjölblandning vete korn råg havre (beräknat)	Disackarider	1	1
6574	Mjölblandning vete korn råg havre (beräknat)	Monosackarider	0	0
6574	Mjölblandning vete korn råg havre (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
6574	Mjölblandning vete korn råg havre (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
6574	Mjölblandning vete korn råg havre (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6574	Mjölblandning vete korn råg havre (beräknat)	Socker totalt	1	2
6574	Mjölblandning vete korn råg havre (beräknat)	Protein	9	9
6574	Mjölblandning vete korn råg havre (beräknat)	Salt	0	0
6769	Pepparkaksdeg kylvara	Vitamin B6	0,0	0,0
6770	butiksbakad	Vitamin B6	0,0	0,1
6786	Nudlar äggnudlar kokta u. salt	Vitamin B6	0,0	0,0
6790	Havregurt hallon berikad	Disackarider	6	6
6790	Havregurt hallon berikad	Monosackarider	2	2
6790	Havregurt hallon berikad	Summa mättade fettsyror	0	0
6790	Havregurt hallon berikad	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
6790	Havregurt hallon berikad	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6790	Havregurt hallon berikad	Protein	1	1
6791	Havregurt blåbär hallon berikad	Monosackarider	1	1
6791	Havregurt blåbär hallon berikad	Disackarider	7	7
6791	Havregurt blåbär hallon berikad	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6791	Havregurt blåbär hallon berikad	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
6791	Havregurt blåbär hallon berikad	Summa mättade fettsyror	0	0
6791	Havregurt blåbär hallon berikad	Protein	1	1
6869	Teffmjöl	Energi (kJ)	1480	1437
6869	Teffmjöl	Monosackarider	2	0
6869	Teffmjöl	Summa enkelomättade fettsyror	0	1
6869	Teffmjöl	Summa fleromättade fettsyror	0	1
6869	Teffmjöl	Summa mättade fettsyror	0	0
6869	Teffmjöl	Palmitinsyra C16:0	0,1	0,3
6869	Teffmjöl	Linolensyra C18:3	0,0	0,1
6869	Teffmjöl	Socker totalt	3	1
6869	Teffmjöl	Folat	0	34
6869	Teffmjöl	Vitamin B6	0,5	0,2
6869	Teffmjöl	Kalium	356	420
6869	Teffmjöl	Järn	7,1	6,8
6869	Teffmjöl	Kalcium	145,0	170,0
6869	Teffmjöl	Fosfor	352	440

6869	Teffmjöl	Jod	0,0	1,2
6869	Teffmjöl	Linolsyra C18:2	0,2	0,6
6869	Teffmjöl	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
6869	Teffmjöl	Oljesyra C18:1	0,1	0,4
6869	Teffmjöl	Stearinsyra C18:0	0,0	0,1
6869	Teffmjöl	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
6869	Teffmjöl	Fett	0,6	2,3
6869	Teffmjöl	Fibrer	7	8
6869	Teffmjöl	Protein	11	10
6869	Teffmjöl	Kolhydrater	72	65
6869	Teffmjöl	Vitamin K	1,9	1,3
6869	Teffmjöl	Vitamin E	0,1	0,1
6869	Teffmjöl	β-Karoten	5	0
6869	Teffmjöl	Vatten	8	12
6869	Teffmjöl	Energi (kcal)	354	344
6869	Teffmjöl	Aska	2	2
6869	Teffmjöl	Zink	2,83	2,96
6869	Teffmjöl	Natrium	2	17
6869	Teffmjöl	Magnesium	162,0	190,0
6869	Teffmjöl	Vitamin A	0	0
6869	Teffmjöl	Niacin	3,4	1,8
6869	Teffmjöl	Tiamin	0,4	0,5
6869	Teffmjöl	Riboflavin	0,3	0,1
6869	Teffmjöl	Niacinekvivalenter	5,2	3,5
6871	Våffla glutenfri (beräknat)	Energi (kJ)	902	903
6871	Våffla glutenfri (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
6871	Våffla glutenfri (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
6871	Våffla glutenfri (beräknat)	Summa mättade fettsyror	4	4
6871	Våffla glutenfri (beräknat)	Energi (kcal)	216	216
6901	Ärtprotein färs kylvara el. frysvara (beräknat)	Summa mättade fettsyror	4	4
6901	Ärtprotein färs kylvara el. frysvara (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6901	Ärtprotein färs kylvara el. frysvara (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
6901	Ärtprotein färs kylvara el. frysvara (beräknat)	Vitamin K	9,6	9,6
6901	Ärtprotein färs kylvara el. frysvara (beräknat)	Salt	1	1
6959	Yoghurtdryck typ ayran (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
6959	Yoghurtdryck typ ayran (beräknat)	Protein	2	2
6959	Yoghurtdryck typ ayran (beräknat)	Salt	0	0
6966	Bröd vitt mjukt typ chapati (beräknat)	Monosackarider	0	0
6966	Bröd vitt mjukt typ chapati (beräknat)	Disackarider	6	6
6966	Bröd vitt mjukt typ chapati (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	4	4
6966	Bröd vitt mjukt typ chapati (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
6966	Bröd vitt mjukt typ chapati (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
6966	Bröd vitt mjukt typ chapati (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,0	0,0
6966	Bröd vitt mjukt typ chapati (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,4	0,5
6966	Bröd vitt mjukt typ chapati (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,6	0,4
6966	Bröd vitt mjukt typ chapati (beräknat)	Socker totalt	6	6
6966	Bröd vitt mjukt typ chapati (beräknat)	Kalium	85	86
6966	Bröd vitt mjukt typ chapati (beräknat)	Järn	0,4	0,4
6966	Bröd vitt mjukt typ chapati (beräknat)	Fosfor	57	57
6966	Bröd vitt mjukt typ chapati (beräknat)	Jod	1,6	1,8

6966	Bröd vitt mjukt typ chapati (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,6	1,9
6966	Bröd vitt mjukt typ chapati (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
6966	Bröd vitt mjukt typ chapati (beräknat)	Oljesyra C18:1	4,0	3,8
6966	Bröd vitt mjukt typ chapati (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,1	0,1
6966	Bröd vitt mjukt typ chapati (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
6966	Bröd vitt mjukt typ chapati (beräknat)	Protein	4	4
6966	Bröd vitt mjukt typ chapati (beräknat)	Vitamin E	1,9	2,1
6966	Bröd vitt mjukt typ chapati (beräknat)	β-Karoten	4	4
6966	Bröd vitt mjukt typ chapati (beräknat)	Vatten	44	44
6966	Bröd vitt mjukt typ chapati (beräknat)	Aska	1	1
6966	Bröd vitt mjukt typ chapati (beräknat)	Natrium	225	236
6966	Bröd vitt mjukt typ chapati (beräknat)	Magnesium	11,5	11,7
6966	Bröd vitt mjukt typ chapati (beräknat)	Vitamin A	0	0
6966	Bröd vitt mjukt typ chapati (beräknat)	Salt	1	1
6966	Bröd vitt mjukt typ chapati (beräknat)	Riboflavin	0,0	0,0
6971	Gryta köttgryta typ suqaar (beräknat)	Disackarider		0
6971	Gryta köttgryta typ suqaar (beräknat)	Monosackarider		2
6971	Gryta köttgryta typ suqaar (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
6971	Gryta köttgryta typ suqaar (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6971	Gryta köttgryta typ suqaar (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
6971	Gryta köttgryta typ suqaar (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,6	0,6
6971	Gryta köttgryta typ suqaar (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,1	0,1
6971	Gryta köttgryta typ suqaar (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,3	0,2
6971	Gryta köttgryta typ suqaar (beräknat)	Fosfor	76	76
6971	Gryta köttgryta typ suqaar (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,4	0,4
6971	Gryta köttgryta typ suqaar (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
6971	Gryta köttgryta typ suqaar (beräknat)	Oljesyra C18:1	2,6	2,5
6971	Gryta köttgryta typ suqaar (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
6971	Gryta köttgryta typ suqaar (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,7	0,8
6971	Gryta köttgryta typ suqaar (beräknat)	Kolhydrater	3	3
6971	Gryta köttgryta typ suqaar (beräknat)	Protein	7	7
6971	Gryta köttgryta typ suqaar (beräknat)	β-Karoten	712	712
6971	Gryta köttgryta typ suqaar (beräknat)	Vitamin E	1,6	1,7
6971	Gryta köttgryta typ suqaar (beräknat)	Avfall (skal etc.)		4
6971	Gryta köttgryta typ suqaar (beräknat)	Vitamin A	71	71
6971	Gryta köttgryta typ suqaar (beräknat)	Salt	1	1
6972	Kebab m. lamm hemlagad (beräknat)	Energi (kJ)	877	870
6972	Kebab m. lamm hemlagad (beräknat)	Monosackarider	1	1
6972	Kebab m. lamm hemlagad (beräknat)	Disackarider	0	0
6972	Kebab m. lamm hemlagad (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	6	6
6972	Kebab m. lamm hemlagad (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6972	Kebab m. lamm hemlagad (beräknat)	Summa mättade fettsyror	7	7
6972	Kebab m. lamm hemlagad (beräknat)	Protein	17	17
6972	Kebab m. lamm hemlagad (beräknat)	Avfall (skal etc.)		1
6972	Kebab m. lamm hemlagad (beräknat)	Energi (kcal)	210	208
6972	Kebab m. lamm hemlagad (beräknat)	Salt	2	2
6984	(beräknat)	Disackarider	1	1
6984	(beräknat)	Monosackarider	3	3
6984	(beräknat)	Energi (kJ)	700	701
6984	(beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1

6984	(beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6984	(beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
6984	(beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
6984	(beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
6984	(beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,5	0,5
6984	(beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,0	0,0
6984	(beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
6984	(beräknat)	Socker totalt	3	3
6984	(beräknat)	Niacinekvivalenter	3,6	3,6
6984	(beräknat)	Jod		26,9
6984	(beräknat)	Fosfor	107	107
6984	(beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,2	0,2
6984	(beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
6984	(beräknat)	Oljesyra C18:1	3,2	3,2
6984	(beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
6984	(beräknat)	Linolsyra C18:2	1,1	1,1
6984	(beräknat)	Kolhydrater	20	20
6984	(beräknat)	Protein	8	8
6984	(beräknat)	Fett	5,6	5,7
6984	(beräknat)	Vitamin D	0,0	0,0
6984	(beräknat)	Retinol	2	2
6984	(beräknat)	β-Karoten	449	449
6984	(beräknat)	Vitamin E	2,1	2,1
6984	(beräknat)	Aska	2	2
6984	(beräknat)	Energi (kcal)	167	167
6984	(beräknat)	Avfall (skal etc.)		6
6984	(beräknat)	Vatten	63	63
6984	(beräknat)	Vitamin A	46	46
6984	(beräknat)	Natrium	303	303
6984	(beräknat)	Salt	1	1
6986	Yoghurtsås m. tahini citron (beräknat)	Monosackarider	0	0
6986	Yoghurtsås m. tahini citron (beräknat)	Disackarider	2	2
6986	Yoghurtsås m. tahini citron (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
6986	Yoghurtsås m. tahini citron (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
6986	Yoghurtsås m. tahini citron (beräknat)	Summa mättade fettsyror	3	3
6986	Yoghurtsås m. tahini citron (beräknat)	Protein	4	4
6986	Yoghurtsås m. tahini citron (beräknat)	Salt	1	1
6425	Gryta indisk lammgryta (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
6425	Gryta indisk lammgryta (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,2	0,2
6425	Gryta indisk lammgryta (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
6425	Gryta indisk lammgryta (beräknat)	EPA (C20:5)	0,0	0,0
6425	Gryta indisk lammgryta (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
6425	Gryta indisk lammgryta (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,3	0,3
6425	Gryta indisk lammgryta (beräknat)	Socker totalt	3	3
6425	Gryta indisk lammgryta (beräknat)	Folat	3	3
6425	Gryta indisk lammgryta (beräknat)	Vitamin B12	0,3	0,3
6425	Gryta indisk lammgryta (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
6425	Gryta indisk lammgryta (beräknat)	Kalium	126	117
6425	Gryta indisk lammgryta (beräknat)	Järn	0,9	0,9
6425	Gryta indisk lammgryta (beräknat)	Kalcium	14,5	16,1

6425	Gryta indisk lammgryta (beräknat)	Fosfor	99	97
6425	Gryta indisk lammgryta (beräknat)	Jod	26,1	26,2
6425	Gryta indisk lammgryta (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,8	0,8
6425	Gryta indisk lammgryta (beräknat)	Oljesyra C18:1	3,5	3,2
6425	Gryta indisk lammgryta (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
6425	Gryta indisk lammgryta (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
6425	Gryta indisk lammgryta (beräknat)	Fett	7,6	6,8
6425	Gryta indisk lammgryta (beräknat)	Fibrer	1	1
6425	Gryta indisk lammgryta (beräknat)	Protein	9	9
6425	Gryta indisk lammgryta (beräknat)	Vitamin E	1,2	1,2
6425	Gryta indisk lammgryta (beräknat)	β-Karoten	46	47
6425	Gryta indisk lammgryta (beräknat)	Retinol	5	13
6425	Gryta indisk lammgryta (beräknat)	Vitamin D	0,0	0,1
6425	Gryta indisk lammgryta (beräknat)	Kolhydrater	4	4
6425	Gryta indisk lammgryta (beräknat)	Vatten	77	78
6425	Gryta indisk lammgryta (beräknat)	Avfall (skal etc.)	2	17
6425	Gryta indisk lammgryta (beräknat)	Energi (kcal)	122	115
6425	Gryta indisk lammgryta (beräknat)	Aska	2	2
6425	Gryta indisk lammgryta (beräknat)	Selen	3,5	2,5
6425	Gryta indisk lammgryta (beräknat)	Zink	1,38	1,39
6425	Gryta indisk lammgryta (beräknat)	Magnesium	15,4	14,3
6425	Gryta indisk lammgryta (beräknat)	Natrium	365	365
6425	Gryta indisk lammgryta (beräknat)	Vitamin A	9	17
6425	Gryta indisk lammgryta (beräknat)	Fritt socker	1	1
6425	Gryta indisk lammgryta (beräknat)	Tillsatt socker	1	1
6425	Gryta indisk lammgryta (beräknat)	Salt	1	1
6425	Gryta indisk lammgryta (beräknat)	Niacinekvivalenter	4,8	4,8
6425	Gryta indisk lammgryta (beräknat)	Vitamin C	2	2
6425	Gryta indisk lammgryta (beräknat)	Niacin	3,0	3,1
6425	Gryta indisk lammgryta (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
6425	Gryta indisk lammgryta (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
6426	Sojafärssås veg. (beräknat)	Disackarider	0	0
6426	Sojafärssås veg. (beräknat)	Monosackarider	3	3
6426	Sojafärssås veg. (beräknat)	Energi (kJ)	487	489
6426	Sojafärssås veg. (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
6426	Sojafärssås veg. (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
6426	Sojafärssås veg. (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6426	Sojafärssås veg. (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
6426	Sojafärssås veg. (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,1	0,1
6426	Sojafärssås veg. (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,1	0,1
6426	Sojafärssås veg. (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,4	0,4
6426	Sojafärssås veg. (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,1	0,1
6426	Sojafärssås veg. (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,4	0,4
6426	Sojafärssås veg. (beräknat)	Socker totalt	4	4
6426	Sojafärssås veg. (beräknat)	Jod	27,3	27,3
6426	Sojafärssås veg. (beräknat)	Fosfor	110	110
6426	Sojafärssås veg. (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
6426	Sojafärssås veg. (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
6426	Sojafärssås veg. (beräknat)	Oljesyra C18:1	3,1	3,1
6426	Sojafärssås veg. (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,1	1,1

6426	Sojafärssås veg. (beräknat)	Protein	8	8
6426	Sojafärssås veg. (beräknat)	Fett	5,7	5,8
6426	Sojafärssås veg. (beräknat)	Vitamin D	0,1	0,1
6426	Sojafärssås veg. (beräknat)	Retinol	5	3
6426	Sojafärssås veg. (beräknat)	β-Karoten	313	311
6426	Sojafärssås veg. (beräknat)	Vitamin E	2,8	2,8
6426	Sojafärssås veg. (beräknat)	Aska	3	3
6426	Sojafärssås veg. (beräknat)	Energi (kcal)	116	117
6426	Sojafärssås veg. (beräknat)	Avfall (skal etc.)	1	1
6426	Sojafärssås veg. (beräknat)	Vatten	73	73
6426	Sojafärssås veg. (beräknat)	Kolhydrater	7	7
6426	Sojafärssås veg. (beräknat)	Vitamin A	32	30
6426	Sojafärssås veg. (beräknat)	Natrium	839	837
6426	Sojafärssås veg. (beräknat)	Salt	2	2
6426	Sojafärssås veg. (beräknat)	Niacinekvivalenter	2,2	2,2
6427	Sojafärssås m. linser veg. (beräknat)	Energi (kJ)	469	471
6427	Sojafärssås m. linser veg. (beräknat)	Monosackarider	3	3
6427	Sojafärssås m. linser veg. (beräknat)	Disackarider	0	0
6427	Sojafärssås m. linser veg. (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
6427	Sojafärssås m. linser veg. (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6427	Sojafärssås m. linser veg. (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
6427	Sojafärssås m. linser veg. (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
6427	Sojafärssås m. linser veg. (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,1	0,1
6427	Sojafärssås m. linser veg. (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,3	0,3
6427	Sojafärssås m. linser veg. (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,1	0,1
6427	Sojafärssås m. linser veg. (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,1	0,1
6427	Sojafärssås m. linser veg. (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,4	0,4
6427	Sojafärssås m. linser veg. (beräknat)	Socker totalt	3	3
6427	Sojafärssås m. linser veg. (beräknat)	Fosfor	104	104
6427	Sojafärssås m. linser veg. (beräknat)	Jod	23,3	23,3
6427	Sojafärssås m. linser veg. (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,9	1,0
6427	Sojafärssås m. linser veg. (beräknat)	Oljesyra C18:1	2,6	2,6
6427	Sojafärssås m. linser veg. (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
6427	Sojafärssås m. linser veg. (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
6427	Sojafärssås m. linser veg. (beräknat)	Fett	4,9	4,9
6427	Sojafärssås m. linser veg. (beräknat)	Protein	8	8
6427	Sojafärssås m. linser veg. (beräknat)	Vitamin E	2,4	2,4
6427	Sojafärssås m. linser veg. (beräknat)	β-Karoten	263	262
6427	Sojafärssås m. linser veg. (beräknat)	Retinol	4	2
6427	Sojafärssås m. linser veg. (beräknat)	Vitamin D	0,1	0,1
6427	Sojafärssås m. linser veg. (beräknat)	Kolhydrater	8	8
6427	Sojafärssås m. linser veg. (beräknat)	Vatten	73	73
6427	Sojafärssås m. linser veg. (beräknat)	Avfall (skal etc.)	1	1
6427	Sojafärssås m. linser veg. (beräknat)	Energi (kcal)	112	112
6427	Sojafärssås m. linser veg. (beräknat)	Aska	3	3
6427	Sojafärssås m. linser veg. (beräknat)	Natrium	746	745
6427	Sojafärssås m. linser veg. (beräknat)	Vitamin A	27	25
6427	Sojafärssås m. linser veg. (beräknat)	Salt	2	2
6427	Sojafärssås m. linser veg. (beräknat)	Niacinekvivalenter	2,1	2,1
6429	Tikka masala m. potatis grönsaker veg. (beräknat)	Kolesterol	10	9

6429	Tikka masala m. potatis grönsaker veg. (beräknat)	Disackarider	2	2
6429	Tikka masala m. potatis grönsaker veg. (beräknat)	Monosackarider	2	2
6429	Tikka masala m. potatis grönsaker veg. (beräknat)	Energi (kJ)	444	448
6429	Tikka masala m. potatis grönsaker veg. (beräknat)	Summa mättade fettsyror	3	3
6429	Tikka masala m. potatis grönsaker veg. (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
6429	Tikka masala m. potatis grönsaker veg. (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6429	Tikka masala m. potatis grönsaker veg. (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,3	0,2
6429	Tikka masala m. potatis grönsaker veg. (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,4	0,3
6429	Tikka masala m. potatis grönsaker veg. (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,1	0,1
6429	Tikka masala m. potatis grönsaker veg. (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,3	1,3
6429	Tikka masala m. potatis grönsaker veg. (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,4	0,4
6429	Tikka masala m. potatis grönsaker veg. (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,2	0,2
6429	Tikka masala m. potatis grönsaker veg. (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
6429	Tikka masala m. potatis grönsaker veg. (beräknat)	Socker totalt	4	4
6429	Tikka masala m. potatis grönsaker veg. (beräknat)	Jod	6,9	6,9
6429	Tikka masala m. potatis grönsaker veg. (beräknat)	Fosfor	69	69
6429	Tikka masala m. potatis grönsaker veg. (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
6429	Tikka masala m. potatis grönsaker veg. (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,0
6429	Tikka masala m. potatis grönsaker veg. (beräknat)	Oljesyra C18:1	2,1	2,2
6429	Tikka masala m. potatis grönsaker veg. (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,6	0,8
6429	Tikka masala m. potatis grönsaker veg. (beräknat)	Protein	3	3
6429	Tikka masala m. potatis grönsaker veg. (beräknat)	Fett	6,2	6,2
6429	Tikka masala m. potatis grönsaker veg. (beräknat)	Vitamin D	0,3	0,3
6429	Tikka masala m. potatis grönsaker veg. (beräknat)	Retinol	46	42
6429	Tikka masala m. potatis grönsaker veg. (beräknat)	β-Karoten	1092	1090
6429	Tikka masala m. potatis grönsaker veg. (beräknat)	Vitamin E	1,2	1,3
6429	Tikka masala m. potatis grönsaker veg. (beräknat)	Aska	1	1
6429	Tikka masala m. potatis grönsaker veg. (beräknat)	Energi (kcal)	106	107
6429	Tikka masala m. potatis grönsaker veg. (beräknat)	Avfall (skal etc.)		4
6429	Tikka masala m. potatis grönsaker veg. (beräknat)	Vatten	79	79
6429	Tikka masala m. potatis grönsaker veg. (beräknat)	Kolhydrater	9	9
6429	Tikka masala m. potatis grönsaker veg. (beräknat)	Vitamin A	152	149
6429	Tikka masala m. potatis grönsaker veg. (beräknat)	Natrium	54	52
6429	Tikka masala m. potatis grönsaker veg. (beräknat)	Salt	0	0
6429	Tikka masala m. potatis grönsaker veg. (beräknat)	Niacinekvivalenter	1,4	1,4
6430	(beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6430	(beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	7	7
6430	(beräknat)	Summa mättade fettsyror	17	17
6430	(beräknat)	Jod	111,5	111,6
6430	(beräknat)	Protein	4	4
6430	(beräknat)	Salt	4	4
6431	(beräknat)	Kolesterol	30	30
6431	(beräknat)	Disackarider	3	3
6431	(beräknat)	Monosackarider	4	4
6431	(beräknat)	Energi (kJ)	838	828
6431	(beräknat)	Summa mättade fettsyror	7	7
6431	(beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	6	6
6431	(beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
6431	(beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,8	0,7
6431	(beräknat)	Myristinsyra C14:0	1,1	1,1

6431	(beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,3	0,3
6431	(beräknat)	Palmitinsyra C16:0	3,6	3,6
6431	(beräknat)	Stearinsyra C18:0	1,2	1,2
6431	(beräknat)	Linolensyra C18:3	0,5	0,4
6431	(beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
6431	(beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
6431	(beräknat)	Vitamin B6	0,2	0,2
6431	(beräknat)	Vitamin B12	0,3	0,3
6431	(beräknat)	Folat	19	19
6431	(beräknat)	Socker totalt	7	7
6431	(beräknat)	Jod	81,0	81,2
6431	(beräknat)	Fosfor	106	106
6431	(beräknat)	Kalcium	100,3	100,7
6431	(beräknat)	Järn	0,8	0,8
6431	(beräknat)	Kalium	371	371
6431	(beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,1	0,0
6431	(beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,2	0,3
6431	(beräknat)	Oljesyra C18:1	5,7	5,4
6431	(beräknat)	Linolsyra C18:2	1,3	1,5
6431	(beräknat)	Protein	4	4
6431	(beräknat)	Fibrer	2	2
6431	(beräknat)	Fett	16,4	16,1
6431	(beräknat)	Vitamin D	0,0	0,0
6431	(beräknat)	Retinol	89	87
6431	(beräknat)	β-Karoten	403	401
6431	(beräknat)	Vitamin E	2,8	2,9
6431	(beräknat)	Aska	7	7
6431	(beräknat)	Energi (kcal)	201	198
6431	(beräknat)	Avfall (skal etc.)	1	1
6431	(beräknat)	Vatten	62	63
6431	(beräknat)	Kolhydrater	8	8
6431	(beräknat)	Vitamin A	123	120
6431	(beräknat)	Magnesium	31,3	31,3
6431	(beräknat)	Natrium	2039	2040
6431	(beräknat)	Zink	0,47	0,47
6431	(beräknat)	Selen	1,4	1,4
6431	(beräknat)	Salt	5	5
6431	(beräknat)	Tillsatt socker	1	1
6431	(beräknat)	Fritt socker	1	1
6431	(beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
6431	(beräknat)	Tiamin	0,0	0,0
6431	(beräknat)	Niacin	0,8	0,8
6431	(beräknat)	Vitamin C	2	2
6431	(beräknat)	Niacinekvivalenter	1,7	1,7
6433	Gryta currygryta m. grönsaker veg. (beräknat)	Energi (kJ)	478	436
6433	Gryta currygryta m. grönsaker veg. (beräknat)	Monosackarider	2	3
6433	Gryta currygryta m. grönsaker veg. (beräknat)	Disackarider	1	1
6433	Gryta currygryta m. grönsaker veg. (beräknat)	Kolesterol	24	21
6458	Pastagrätäng Rossini m. kycklingfärs ananas paprika squash tomat purjolök (beräknat)	Summa mättade fettsyror	3	7

6458	Pastagratäng Rossini m. kycklingfärs ananas paprika squash tomat purjolök (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	3
6458	Pastagratäng Rossini m. kycklingfärs ananas paprika squash tomat purjolök (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	1
6458	Pastagratäng Rossini m. kycklingfärs ananas paprika squash tomat purjolök (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,1	0,3
6458	Pastagratäng Rossini m. kycklingfärs ananas paprika squash tomat purjolök (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,4	1,0
6458	Pastagratäng Rossini m. kycklingfärs ananas paprika squash tomat purjolök (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,2	3,1
6458	Pastagratäng Rossini m. kycklingfärs ananas paprika squash tomat purjolök (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,4	1,0
6458	Pastagratäng Rossini m. kycklingfärs ananas paprika squash tomat purjolök (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,5	1,2
6458	Pastagratäng Rossini m. kycklingfärs ananas paprika squash tomat purjolök (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,0	0,1
6458	Pastagratäng Rossini m. kycklingfärs ananas paprika squash tomat purjolök (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
6458	Pastagratäng Rossini m. kycklingfärs ananas paprika squash tomat purjolök (beräknat)	EPA (C20:5)	0,0	0,0
6458	Pastagratäng Rossini m. kycklingfärs ananas paprika squash tomat purjolök (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
6458	Pastagratäng Rossini m. kycklingfärs ananas paprika squash tomat purjolök (beräknat)	Vitamin B6	0,2	0,2
6458	Pastagratäng Rossini m. kycklingfärs ananas paprika squash tomat purjolök (beräknat)	Vitamin B12	0,1	0,2
6458	Pastagratäng Rossini m. kycklingfärs ananas paprika squash tomat purjolök (beräknat)	Folat	28	14
6458	Pastagratäng Rossini m. kycklingfärs ananas paprika squash tomat purjolök (beräknat)	Socker totalt	5	3
6458	Pastagratäng Rossini m. kycklingfärs ananas paprika squash tomat purjolök (beräknat)	Jod	4,3	11,0
6458	Pastagratäng Rossini m. kycklingfärs ananas paprika squash tomat purjolök (beräknat)	Fosfor	59	116
6458	Pastagratäng Rossini m. kycklingfärs ananas paprika squash tomat purjolök (beräknat)	Kalcium	32,2	66,5
6458	Pastagratäng Rossini m. kycklingfärs ananas paprika squash tomat purjolök (beräknat)	Järn	0,4	0,5
6458	Pastagratäng Rossini m. kycklingfärs ananas paprika squash tomat purjolök (beräknat)	Kalium	176	184
6458	Pastagratäng Rossini m. kycklingfärs ananas paprika squash tomat purjolök (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
6458	Pastagratäng Rossini m. kycklingfärs ananas paprika squash tomat purjolök (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,2
6458	Pastagratäng Rossini m. kycklingfärs ananas paprika squash tomat purjolök (beräknat)	Oljesyra C18:1	1,1	2,7
6458	Pastagratäng Rossini m. kycklingfärs ananas paprika squash tomat purjolök (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,2	0,4
6458	Pastagratäng Rossini m. kycklingfärs ananas paprika squash tomat purjolök (beräknat)	Kolhydrater	8	10
6458	Pastagratäng Rossini m. kycklingfärs ananas paprika squash tomat purjolök (beräknat)	Protein	4	8
6458	Pastagratäng Rossini m. kycklingfärs ananas paprika squash tomat purjolök (beräknat)	Fibrer	2	1
6458	Pastagratäng Rossini m. kycklingfärs ananas paprika squash tomat purjolök (beräknat)	Fett	4,5	11,3
6458	Pastagratäng Rossini m. kycklingfärs ananas paprika squash tomat purjolök (beräknat)	Vitamin D	0,1	0,3
6458	Pastagratäng Rossini m. kycklingfärs ananas paprika squash tomat purjolök (beräknat)	Retinol	33	85

6458	Pastagrätäng Rossini m. kycklingfärs ananas paprika squash tomat purjolök (beräknat)	β-Karoten	202	228
6458	Pastagrätäng Rossini m. kycklingfärs ananas paprika squash tomat purjolök (beräknat)	Vitamin E	2,1	0,8
6458	Pastagrätäng Rossini m. kycklingfärs ananas paprika squash tomat purjolök (beräknat)	Aska	1	2
6458	Pastagrätäng Rossini m. kycklingfärs ananas paprika squash tomat purjolök (beräknat)	Energi (kcal)	89	176
6458	Pastagrätäng Rossini m. kycklingfärs ananas paprika squash tomat purjolök (beräknat)	Avfall (skal etc.)	13	3
6458	Pastagrätäng Rossini m. kycklingfärs ananas paprika squash tomat purjolök (beräknat)	Vatten	82	68
6458	Pastagrätäng Rossini m. kycklingfärs ananas paprika squash tomat purjolök (beräknat)	Vitamin A	55	104
6458	Pastagrätäng Rossini m. kycklingfärs ananas paprika squash tomat purjolök (beräknat)	Magnesium	14,5	19,8
6458	Pastagrätäng Rossini m. kycklingfärs ananas paprika squash tomat purjolök (beräknat)	Natrium	148	380
6458	Pastagrätäng Rossini m. kycklingfärs ananas paprika squash tomat purjolök (beräknat)	Zink	0,36	0,63
6458	Pastagrätäng Rossini m. kycklingfärs ananas paprika squash tomat purjolök (beräknat)	Selen	1,9	4,8
6458	Pastagrätäng Rossini m. kycklingfärs ananas paprika squash tomat purjolök (beräknat)	Salt	0	1
6458	Pastagrätäng Rossini m. kycklingfärs ananas paprika squash tomat purjolök (beräknat)	Tillsatt socker	0	0
6458	Pastagrätäng Rossini m. kycklingfärs ananas paprika squash tomat purjolök (beräknat)	Fritt socker	0	1
6458	Pastagrätäng Rossini m. kycklingfärs ananas paprika squash tomat purjolök (beräknat)	Riboflavin	0,0	0,1
6458	Pastagrätäng Rossini m. kycklingfärs ananas paprika squash tomat purjolök (beräknat)	Tiamin	0,0	0,1
6458	Pastagrätäng Rossini m. kycklingfärs ananas paprika squash tomat purjolök (beräknat)	Niacin	1,9	3,0
6458	Pastagrätäng Rossini m. kycklingfärs ananas paprika squash tomat purjolök (beräknat)	Vitamin C	93	9
6458	Pastagrätäng Rossini m. kycklingfärs ananas paprika squash tomat purjolök (beräknat)	Niacinekvivalenter	2,6	4,6
6459	rödlök ost (beräknat)	Energi (kJ)	454	457
6459	rödlök ost (beräknat)	Monosackarider	3	3
6459	rödlök ost (beräknat)	Disackarider	1	1
6459	rödlök ost (beräknat)	Kolesterol	20	20
6459	rödlök ost (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6459	rödlök ost (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	3
6459	rödlök ost (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
6459	rödlök ost (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,6	0,6
6459	rödlök ost (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,2	0,2
6459	rödlök ost (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,2	1,2
6459	rödlök ost (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,1	0,1
6459	rödlök ost (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
6459	rödlök ost (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
6459	rödlök ost (beräknat)	EPA (C20:5)	0,0	0,0
6459	rödlök ost (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
6459	rödlök ost (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
6459	rödlök ost (beräknat)	Socker totalt	4	4
6459	rödlök ost (beräknat)	Folat	15	15
6459	rödlök ost (beräknat)	Vitamin B12	0,3	0,3

6459	rödlök ost (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
6459	rödlök ost (beräknat)	Kalium	199	199
6459	rödlök ost (beräknat)	Järn	1,0	1,0
6459	rödlök ost (beräknat)	Kalcium	45,6	45,6
6459	rödlök ost (beräknat)	Fosfor	94	94
6459	rödlök ost (beräknat)	Jod	20,4	20,4
6459	rödlök ost (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,4	0,5
6459	rödlök ost (beräknat)	Oljesyra C18:1	2,2	2,3
6459	rödlök ost (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,2	0,2
6459	rödlök ost (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
6459	rödlök ost (beräknat)	Fett	5,8	5,9
6459	rödlök ost (beräknat)	Fibrer	1	1
6459	rödlök ost (beräknat)	Protein	8	8
6459	rödlök ost (beräknat)	Kolhydrater	5	5
6459	rödlök ost (beräknat)	Vitamin E	1,4	1,4
6459	rödlök ost (beräknat)	β-Karoten	226	225
6459	rödlök ost (beräknat)	Retinol	16	14
6459	rödlök ost (beräknat)	Vitamin D	0,1	0,1
6459	rödlök ost (beräknat)	Vatten	77	77
6459	rödlök ost (beräknat)	Energi (kcal)	108	109
6459	rödlök ost (beräknat)	Aska	2	2
6459	rödlök ost (beräknat)	Selen	2,3	2,3
6459	rödlök ost (beräknat)	Zink	1,71	1,71
6459	rödlök ost (beräknat)	Natrium	560	559
6459	rödlök ost (beräknat)	Magnesium	19,2	19,2
6459	rödlök ost (beräknat)	Vitamin A	36	34
6459	rödlök ost (beräknat)	Fritt socker	1	1
6459	rödlök ost (beräknat)	Tillsatt socker	0	0
6459	rödlök ost (beräknat)	Fullkorn totalt	7	7
6459	rödlök ost (beräknat)	Salt	1	1
6459	rödlök ost (beräknat)	Niacinekvivalenter	3,4	3,4
6459	rödlök ost (beräknat)	Vitamin C	10	10
6459	rödlök ost (beräknat)	Niacin	1,9	1,9
6459	rödlök ost (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
6459	rödlök ost (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
6461	Chiapudding (beräknat)	Disackarider	6	6
6461	Chiapudding (beräknat)	Monosackarider	0	0
6461	Chiapudding (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
6461	Chiapudding (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	1	1
6461	Chiapudding (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	3	3
6461	Chiapudding (beräknat)	Protein	3	3
6461	Chiapudding (beräknat)	Salt	0	0
6462	Korv stroganoff hemlagad (beräknat)	Energi (kJ)	1094	1057
6462	Korv stroganoff hemlagad (beräknat)	Monosackarider	1	1
6462	Korv stroganoff hemlagad (beräknat)	Disackarider	1	1
6462	Korv stroganoff hemlagad (beräknat)	Kolesterol	45	42
6462	Korv stroganoff hemlagad (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
6462	Korv stroganoff hemlagad (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	10	9
6462	Korv stroganoff hemlagad (beräknat)	Summa mättade fettsyror	11	10
6462	Korv stroganoff hemlagad (beräknat)	Stearinsyra C18:0	2,7	2,5

6462	Korv stroganoff hemlagad (beräknat)	Myristinsyra C14:0	1,0	0,9
6462	Korv stroganoff hemlagad (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	5,9	5,5
6462	Korv stroganoff hemlagad (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,6	0,5
6462	Korv stroganoff hemlagad (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,3	0,2
6462	Korv stroganoff hemlagad (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
6462	Korv stroganoff hemlagad (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,1	0,0
6462	Korv stroganoff hemlagad (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,3	0,3
6462	Korv stroganoff hemlagad (beräknat)	Socker totalt	2	2
6462	Korv stroganoff hemlagad (beräknat)	Folat	6	6
6462	Korv stroganoff hemlagad (beräknat)	Vitamin B12	0,4	0,4
6462	Korv stroganoff hemlagad (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
6462	Korv stroganoff hemlagad (beräknat)	Kalium	210	212
6462	Korv stroganoff hemlagad (beräknat)	Järn	0,5	0,5
6462	Korv stroganoff hemlagad (beräknat)	Kalcium	36,6	38,0
6462	Korv stroganoff hemlagad (beräknat)	Fosfor	89	90
6462	Korv stroganoff hemlagad (beräknat)	Jod	35,2	35,4
6462	Korv stroganoff hemlagad (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,7	1,7
6462	Korv stroganoff hemlagad (beräknat)	Oljesyra C18:1	8,9	8,6
6462	Korv stroganoff hemlagad (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,5	0,5
6462	Korv stroganoff hemlagad (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,1	0,1
6462	Korv stroganoff hemlagad (beräknat)	Fett	24,0	23,0
6462	Korv stroganoff hemlagad (beräknat)	Fibrer	0	0
6462	Korv stroganoff hemlagad (beräknat)	Protein	6	6
6462	Korv stroganoff hemlagad (beräknat)	Kolhydrater	6	6
6462	Korv stroganoff hemlagad (beräknat)	Vitamin E	1,3	1,3
6462	Korv stroganoff hemlagad (beräknat)	β-Karoten	164	152
6462	Korv stroganoff hemlagad (beräknat)	Retinol	76	65
6462	Korv stroganoff hemlagad (beräknat)	Vitamin D	0,3	0,3
6462	Korv stroganoff hemlagad (beräknat)	Vatten	61	62
6462	Korv stroganoff hemlagad (beräknat)	Avfall (skal etc.)	1	1
6462	Korv stroganoff hemlagad (beräknat)	Energi (kcal)	261	253
6462	Korv stroganoff hemlagad (beräknat)	Aska	3	3
6462	Korv stroganoff hemlagad (beräknat)	Selen	4,2	4,3
6462	Korv stroganoff hemlagad (beräknat)	Zink	0,80	0,81
6462	Korv stroganoff hemlagad (beräknat)	Natrium	810	811
6462	Korv stroganoff hemlagad (beräknat)	Magnesium	13,9	14,0
6462	Korv stroganoff hemlagad (beräknat)	Vitamin A	91	78
6462	Korv stroganoff hemlagad (beräknat)	Salt	2	2
6462	Korv stroganoff hemlagad (beräknat)	Niacinekvivalenter	3,0	3,0
6462	Korv stroganoff hemlagad (beräknat)	Vitamin C	3	3
6462	Korv stroganoff hemlagad (beräknat)	Niacin	1,9	1,9
6462	Korv stroganoff hemlagad (beräknat)	Tiamin	0,2	0,2
6462	Korv stroganoff hemlagad (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
6463	Lasagne hemlagad (beräknat)	Kolesterol	13	14
6463	Lasagne hemlagad (beräknat)	Disackarider	2	2
6463	Lasagne hemlagad (beräknat)	Monosackarider	1	1
6463	Lasagne hemlagad (beräknat)	Energi (kJ)	518	519
6463	Lasagne hemlagad (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
6463	Lasagne hemlagad (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
6463	Lasagne hemlagad (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0

6463	Lasagne hemlagad (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,1	0,1
6463	Lasagne hemlagad (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,2	0,2
6463	Lasagne hemlagad (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,1	1,1
6463	Lasagne hemlagad (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,3	0,3
6463	Lasagne hemlagad (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,5	0,5
6463	Lasagne hemlagad (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,1	0,1
6463	Lasagne hemlagad (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
6463	Lasagne hemlagad (beräknat)	EPA (C20:5)	0,0	0,0
6463	Lasagne hemlagad (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
6463	Lasagne hemlagad (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
6463	Lasagne hemlagad (beräknat)	Vitamin B12	0,4	0,4
6463	Lasagne hemlagad (beräknat)	Folat	10	10
6463	Lasagne hemlagad (beräknat)	Socker totalt	3	3
6463	Lasagne hemlagad (beräknat)	Jod	24,7	24,7
6463	Lasagne hemlagad (beräknat)	Fosfor	113	113
6463	Lasagne hemlagad (beräknat)	Kalcium	92,8	92,8
6463	Lasagne hemlagad (beräknat)	Järn	0,6	0,6
6463	Lasagne hemlagad (beräknat)	Kalium	187	187
6463	Lasagne hemlagad (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
6463	Lasagne hemlagad (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
6463	Lasagne hemlagad (beräknat)	Oljesyra C18:1	1,5	1,5
6463	Lasagne hemlagad (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,4	0,4
6463	Lasagne hemlagad (beräknat)	Kolhydrater	13	13
6463	Lasagne hemlagad (beräknat)	Protein	7	7
6463	Lasagne hemlagad (beräknat)	Fibrer	1	1
6463	Lasagne hemlagad (beräknat)	Fett	4,7	4,7
6463	Lasagne hemlagad (beräknat)	Vitamin D	0,4	0,4
6463	Lasagne hemlagad (beräknat)	Retinol	23	23
6463	Lasagne hemlagad (beräknat)	β-Karoten	99	99
6463	Lasagne hemlagad (beräknat)	Vitamin E	0,7	0,7
6463	Lasagne hemlagad (beräknat)	Aska	2	2
6463	Lasagne hemlagad (beräknat)	Energi (kcal)	124	124
6463	Lasagne hemlagad (beräknat)	Vatten	73	73
6463	Lasagne hemlagad (beräknat)	Vitamin A	32	31
6463	Lasagne hemlagad (beräknat)	Magnesium	18,6	18,6
6463	Lasagne hemlagad (beräknat)	Natrium	435	434
6463	Lasagne hemlagad (beräknat)	Zink	1,08	1,08
6463	Lasagne hemlagad (beräknat)	Selen	2,4	2,4
6463	Lasagne hemlagad (beräknat)	Salt	1	1
6463	Lasagne hemlagad (beräknat)	Tillsatt socker	0	0
6463	Lasagne hemlagad (beräknat)	Fritt socker	0	0
6463	Lasagne hemlagad (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
6463	Lasagne hemlagad (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
6463	Lasagne hemlagad (beräknat)	Niacin	1,2	1,2
6463	Lasagne hemlagad (beräknat)	Vitamin C	3	3
6463	Lasagne hemlagad (beräknat)	Niacinekvivalenter	2,6	2,6
6478	Öring Sverige höst rå	Summa mättade fettsyror	2	2
6478	Öring Sverige höst rå	Summa enkelomättade fettsyror	3	3
6478	Öring Sverige höst rå	Summa fleromättade fettsyror	3	3
6478	Öring Sverige höst rå	Protein	21	21

6478	Öring Sverige höst rå	Salt	0	0
6479	Taco tortilla m. köttfärs grönsaker ost (beräknat)	Energi (kJ)	633	630
6479	Taco tortilla m. köttfärs grönsaker ost (beräknat)	Monosackarider	1	1
6479	Taco tortilla m. köttfärs grönsaker ost (beräknat)	Disackarider	1	1
6479	Taco tortilla m. köttfärs grönsaker ost (beräknat)	Kolesterol	24	24
6479	Taco tortilla m. köttfärs grönsaker ost (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6765	Frukostflingor granola m. kakao hallon	Vitamin B6	0,0	0,1
6768	Kex bokstavskek fullkorn	Vitamin B6	0,0	0,1
6833	Sött vetebröd saffransbröd (beräknat)	Energi (kJ)	1328	1328
6833	Sött vetebröd saffransbröd (beräknat)	Vitamin B6	0,0	0,1
6833	Sött vetebröd saffransbröd (beräknat)	Protein	7	8
6833	Sött vetebröd saffransbröd (beräknat)	Energi (kcal)	317	317
6833	Sött vetebröd saffransbröd (beräknat)	Salt	0	0
6855	Rismål u. sylt	Vitamin B6	0,0	0,0
6856	Rismål u. sylt u. socker m. sötningsmedel	Vitamin B6	0,0	0,0
6950	Pizza orientalisk (beräknat)	Järn	1,2	1,2
6950	Pizza orientalisk (beräknat)	Kalcium	26,3	26,3
6950	Pizza orientalisk (beräknat)	Fosfor	101	101
6950	Pizza orientalisk (beräknat)	Jod	48,0	48,0
6950	Pizza orientalisk (beräknat)	Linolsyra C18:2	0,9	0,9
6950	Pizza orientalisk (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
6950	Pizza orientalisk (beräknat)	Oljesyra C18:1	2,9	2,9
6950	Pizza orientalisk (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,5	0,5
6950	Pizza orientalisk (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
6950	Pizza orientalisk (beräknat)	Fett	6,6	6,6
6950	Pizza orientalisk (beräknat)	Fibrer	2	2
6950	Pizza orientalisk (beräknat)	Protein	9	9
6950	Pizza orientalisk (beräknat)	Kolhydrater	26	26
6950	Pizza orientalisk (beräknat)	Vitamin E	1,3	1,3
6950	Pizza orientalisk (beräknat)	β-Karoten	219	219
6950	Pizza orientalisk (beräknat)	Retinol	3	3
6950	Pizza orientalisk (beräknat)	Vitamin D	0,0	0,0
6950	Pizza orientalisk (beräknat)	Vatten	54	54
6950	Pizza orientalisk (beräknat)	Avfall (skal etc.)		1
6950	Pizza orientalisk (beräknat)	Energi (kcal)	207	207
6950	Pizza orientalisk (beräknat)	Aska	2	2
6950	Pizza orientalisk (beräknat)	Selen	5,1	5,1
6950	Pizza orientalisk (beräknat)	Zink	1,77	1,77
6950	Pizza orientalisk (beräknat)	Natrium	388	388
6950	Pizza orientalisk (beräknat)	Magnesium	18,5	18,5
6950	Pizza orientalisk (beräknat)	Vitamin A	22	22
6950	Pizza orientalisk (beräknat)	Fritt socker	0	0
6950	Pizza orientalisk (beräknat)	Tillsatt socker	0	0
6950	Pizza orientalisk (beräknat)	Salt	1	1
6950	Pizza orientalisk (beräknat)	Vitamin C	8	8
6950	Pizza orientalisk (beräknat)	Niacin	1,9	1,9
6950	Pizza orientalisk (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
6950	Pizza orientalisk (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
6950	Pizza orientalisk (beräknat)	Niacinekvivalenter	3,5	3,5
6951	Pirog m. kött ugnsstekt typ sambusa (beräknat)	Kolesterol	24	23

6951	Pirog m. kött ugnsstekt typ sambusa (beräknat)	DHA (C22:6)	0,0	0,0
6951	Pirog m. kött ugnsstekt typ sambusa (beräknat)	Disackarider	1	1
6951	Pirog m. kött ugnsstekt typ sambusa (beräknat)	Monosackarider	1	1
6951	Pirog m. kött ugnsstekt typ sambusa (beräknat)	Energi (kJ)	935	957
6951	Pirog m. kött ugnsstekt typ sambusa (beräknat)	Summa mättade fettsyror	2	2
6951	Pirog m. kött ugnsstekt typ sambusa (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	3
6951	Pirog m. kött ugnsstekt typ sambusa (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
6951	Pirog m. kött ugnsstekt typ sambusa (beräknat)	Laurinsyra C12:0	0,0	0,0
6951	Pirog m. kött ugnsstekt typ sambusa (beräknat)	Fettsyra 4:0-10:0	0,0	0,0
6951	Pirog m. kött ugnsstekt typ sambusa (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	1,0	1,0
6951	Pirog m. kött ugnsstekt typ sambusa (beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,1	0,1
6951	Pirog m. kött ugnsstekt typ sambusa (beräknat)	Linolensyra C18:3	0,5	0,6
6951	Pirog m. kött ugnsstekt typ sambusa (beräknat)	Arakidonsyra C20:4	0,0	0,0
6951	Pirog m. kött ugnsstekt typ sambusa (beräknat)	EPA (C20:5)	0,0	0,0
6951	Pirog m. kött ugnsstekt typ sambusa (beräknat)	DPA (C22:5)	0,0	0,0
6951	Pirog m. kött ugnsstekt typ sambusa (beräknat)	Vitamin B12	0,3	0,3
6951	Pirog m. kött ugnsstekt typ sambusa (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
6951	Pirog m. kött ugnsstekt typ sambusa (beräknat)	Socker totalt	3	3
6951	Pirog m. kött ugnsstekt typ sambusa (beräknat)	Folat	26	27
6951	Pirog m. kött ugnsstekt typ sambusa (beräknat)	Jod		74,2
6951	Pirog m. kött ugnsstekt typ sambusa (beräknat)	Fosfor	104	107
6951	Pirog m. kött ugnsstekt typ sambusa (beräknat)	Kalcium	39,2	39,9
6951	Pirog m. kött ugnsstekt typ sambusa (beräknat)	Järn	1,1	1,1
6951	Pirog m. kött ugnsstekt typ sambusa (beräknat)	Kalium	204	207
6951	Pirog m. kött ugnsstekt typ sambusa (beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,0	0,0
6951	Pirog m. kött ugnsstekt typ sambusa (beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,5	0,5
6951	Pirog m. kött ugnsstekt typ sambusa (beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,1	0,1
6951	Pirog m. kött ugnsstekt typ sambusa (beräknat)	Oljesyra C18:1	4,7	4,8
6951	Pirog m. kött ugnsstekt typ sambusa (beräknat)	Linolsyra C18:2	1,9	2,3
6951	Pirog m. kött ugnsstekt typ sambusa (beräknat)	Kolhydrater	25	25
6951	Pirog m. kött ugnsstekt typ sambusa (beräknat)	Protein	8	8
6951	Pirog m. kött ugnsstekt typ sambusa (beräknat)	Fibrer	2	2
6951	Pirog m. kött ugnsstekt typ sambusa (beräknat)	Fett	9,8	10,5
6951	Pirog m. kött ugnsstekt typ sambusa (beräknat)	Vitamin D	0,1	0,1
6951	Pirog m. kött ugnsstekt typ sambusa (beräknat)	Retinol	11	11
6951	Pirog m. kött ugnsstekt typ sambusa (beräknat)	β-Karoten	263	260
6951	Pirog m. kött ugnsstekt typ sambusa (beräknat)	Vitamin E	2,4	2,4
6951	Pirog m. kött ugnsstekt typ sambusa (beräknat)	Aska	2	2
6951	Pirog m. kött ugnsstekt typ sambusa (beräknat)	Energi (kcal)	224	229
6951	Pirog m. kött ugnsstekt typ sambusa (beräknat)	Avfall (skal etc.)		3
6951	Pirog m. kött ugnsstekt typ sambusa (beräknat)	Vatten	53	53
6951	Pirog m. kött ugnsstekt typ sambusa (beräknat)	Vitamin A	33	32
6951	Pirog m. kött ugnsstekt typ sambusa (beräknat)	Magnesium	22,2	23,6
6951	Pirog m. kött ugnsstekt typ sambusa (beräknat)	Natrium	581	574
6951	Pirog m. kött ugnsstekt typ sambusa (beräknat)	Zink	1,35	1,37
6951	Pirog m. kött ugnsstekt typ sambusa (beräknat)	Selen	5,2	5,1
6951	Pirog m. kött ugnsstekt typ sambusa (beräknat)	Salt	1	1
6951	Pirog m. kött ugnsstekt typ sambusa (beräknat)	Tillsatt socker	0	0
6951	Pirog m. kött ugnsstekt typ sambusa (beräknat)	Fritt socker	0	0
6951	Pirog m. kött ugnsstekt typ sambusa (beräknat)	Niacinekvivalenter	2,9	2,9

6951	Pirog m. kött ugnsstekt typ sambusa (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
6951	Pirog m. kött ugnsstekt typ sambusa (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
6951	Pirog m. kött ugnsstekt typ sambusa (beräknat)	Niacin	1,6	1,5
6951	Pirog m. kött ugnsstekt typ sambusa (beräknat)	Vitamin C	7	7
6952	(beräknat)	Monosackarider	1	1
6952	(beräknat)	Disackarider	1	1
6952	(beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	6	6
6952	(beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
6952	(beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
6952	(beräknat)	Socker totalt	2	2
6952	(beräknat)	Jod		56,0
6952	(beräknat)	Protein	4	4
6952	(beräknat)	Avfall (skal etc.)		2
6952	(beräknat)	Salt	1	1
6953	Pirog m. ost ugnsstekt typ sambusa (beräknat)	Disackarider	1	1
6953	Pirog m. ost ugnsstekt typ sambusa (beräknat)	Monosackarider	0	0
6953	Pirog m. ost ugnsstekt typ sambusa (beräknat)	Energi (kJ)	1176	1176
6953	Pirog m. ost ugnsstekt typ sambusa (beräknat)	Summa mättade fettsyror	5	5
6953	Pirog m. ost ugnsstekt typ sambusa (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	2	2
6953	Pirog m. ost ugnsstekt typ sambusa (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	5	5
6953	Pirog m. ost ugnsstekt typ sambusa (beräknat)	Palmitinsyra C16:0	2,4	2,4
6953	Pirog m. ost ugnsstekt typ sambusa (beräknat)	Vitamin B6	0,0	0,0
6953	Pirog m. ost ugnsstekt typ sambusa (beräknat)	Socker totalt	1	1
6953	Pirog m. ost ugnsstekt typ sambusa (beräknat)	Jod		49,2
6953	Pirog m. ost ugnsstekt typ sambusa (beräknat)	Protein	10	10
6953	Pirog m. ost ugnsstekt typ sambusa (beräknat)	Energi (kcal)	281	281
6953	Pirog m. ost ugnsstekt typ sambusa (beräknat)	Salt	1	1
6955	(beräknat)	Monosackarider	1	1
6955	(beräknat)	Disackarider	1	1
6955	(beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	6	6
6955	(beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	3	3
6955	(beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1
6955	(beräknat)	Myristinsyra C14:0	0,0	0,0
6955	(beräknat)	Palmitinsyra C16:0	0,5	0,7
6955	(beräknat)	Linolensyra C18:3	0,9	0,7
6955	(beräknat)	Socker totalt	2	2
6955	(beräknat)	Fosfor	62	62
6955	(beräknat)	Linolsyra C18:2	2,2	2,6
6955	(beräknat)	Palmitoljesyra C16:1	0,0	0,0
6955	(beräknat)	Oljesyra C18:1	6,2	5,9
6955	(beräknat)	Stearinsyra C18:0	0,2	0,2
6955	(beräknat)	Arakidinsyra C20:0	0,1	0,1
6955	(beräknat)	Protein	4	4
6955	(beräknat)	Kolhydrater	27	27
6955	(beräknat)	Vitamin E	3,0	3,2
6955	(beräknat)	β-Karoten	721	721
6955	(beräknat)	Vitamin A	71	71
6955	(beräknat)	Salt	1	1
6956	Dolma veg. (beräknat)	Disackarider	1	1
6956	Dolma veg. (beräknat)	Monosackarider	2	2

6956	Dolma veg. (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
6956	Dolma veg. (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	1	1
6956	Dolma veg. (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	2	2
6956	Dolma veg. (beräknat)	Socker totalt	3	3
6956	Dolma veg. (beräknat)	Jod		33,5
6956	Dolma veg. (beräknat)	Kolhydrater	12	12
6956	Dolma veg. (beräknat)	Protein	2	2
6956	Dolma veg. (beräknat)	Energi (kcal)	91	91
6956	Dolma veg. (beräknat)	Avfall (skal etc.)		5
6956	Dolma veg. (beräknat)	Salt	1	1
6958	Grön chilisås typ basbaas cagaar (beräknat)	Monosackarider	3	3
6958	Grön chilisås typ basbaas cagaar (beräknat)	Summa enkelomättade fettsyror	0	0
6958	Grön chilisås typ basbaas cagaar (beräknat)	Summa fleromättade fettsyror	0	0
6958	Grön chilisås typ basbaas cagaar (beräknat)	Summa mättade fettsyror	0	0
6958	Grön chilisås typ basbaas cagaar (beräknat)	Protein	1	1
6958	Grön chilisås typ basbaas cagaar (beräknat)	Kolhydrater	9	9
6958	Grön chilisås typ basbaas cagaar (beräknat)	Salt	0	0
6959	Yoghurtdryck typ ayran (beräknat)	Monosackarider	0	0
6959	Yoghurtdryck typ ayran (beräknat)	Summa mättade fettsyror	1	1