

Version 20071128

Nya livsmedel tex margariner, flera sorter okokt ris och en hel del beräknade maträtter. En del margariner som gått ur sortimentet och ris har tagits bort. Flera av våra livsmedel har dessutom fått en förbättrad information varifrån näringsvärden kommer ifrån.

Version 20070625

Denna version innehåller en förbättring av detaljinformation för några livsmedel samt en justering av transfettsyror i fisk.

Version 20070620

Denna versionen innehåller en ny näringsberäkning av matjessill och en förbättring av detaljinformation för några livsmedel.

Version 20070619

Version innehåller 5 nya livsmedel varav alla är drickbara aloe vera produkter. Det finns även cirka 80 förändrade beräknade livsmedel och cirka 100 uppdaterade livsmedel.

Version 20070601

Den nya versionen innehåller:

34 nya livsmedel bland annat mörk choklad, mejeriprodukter och vegariska rätter

50 nya beräknade livsmedel framförallt kötträtter. De beräknade livsmedlen har funnits i versionen 04.1.1 men på grund av en ordentlig genomgång har de varit avpublicerade fram till nu. De är beräknade enligt ny metod med något förändrade retentionsfaktorer

Version 20070504

I uppdateringen 20070504 har drygt 900 livsmedel ändrats och det är i de flesta fall LanguaL klassificeringen som har kompletterats. Läs mer om LanguaL på deras hemsida.

Det är tolv nya beräknade livsmedel. Livsmedlen har funnits i versionen 04.1.1 men på grund av en ordentlig genomgång har de varit avpublicerade fram till nu. De är beräknade enligt ny metod med något förändrade retentionsfaktorer.

Version 20070411

I uppdateringen 20070411 har 900 livsmedel ändrats och det är i de flesta fall LanguaL klassificeringen som har ändrats. Läs mer om LanguaL på deras hemsida. De nya livsmedel som har lagts ut är beräknade livsmedel. Det är livsmedel som har funnits med i versionen 04.1.1 men har varit avpublicerade fram till nu på grund av ordentlig genomgång och beräkning enligt ny metod med något förändrade retentionsfaktorer.

Nya livsmedel

- 6 Bordsmargarin matfettsblandning 60% fett berik Bregott mellan
- 25 Remouladsås (beräknat)
- 160 Smoothie m bär youghurt banan juice (beräknat)
- 277 Potatisgratäng vispgräddad hårdost 28% fett (beräknat)
- 279 Potatisgratäng lättmjölk hårdost 17% fett (beräknat)
- 313 Rotsakssallad u dressing (beräknat)
- 314 Rotsaksgryta rötter brynta (beräknat)
- 461 Tomatröra italiensk (beräknat)
- 468 Vitkålssallad m lingonsylt (beräknat)
- 514 Kycklingsallad u dressing (beräknat)
- 586 Svarta vinbär
- 857 Pastasallad kött korv m vinägrettsås (beräknat)
- 916 Sojakorv konserv stekt (beräknat)
- 1020 Rimmat sidfläsk gris stekt (beräknat)
- 1043 Oxrulad nöt stekt (beräknat)
- 1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)
- 1075 Lammköttgryta lök tomat (beräknat)
- 1081 Renskavsgryta (beräknat)
- 1121 Köttfärssås grisfärs (beräknat)
- 1129 Pannbiff stekt (beräknat)
- 1130 Parisersmörgås u stekt ägg (beräknat)
- 1132 Köttfärssås älgfärs (beräknat)
- 1182 Kyckling m skinn stekt (beräknat)
- 1188 Kycklingbröst m skinn stekt (beräknat)
- 1198 Ostsufflé (beräknat)
- 1204 Kyckling m grönsaker sås mandel kinesisk rätt (beräknat)
- 1409 Hummersås (beräknat)
- 1457 Kycklinglever stekt (beräknat)
- 1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)
- 1464 Kycklinglever stuvad (beräknat)
- 1466 Njurstuvning (beräknat)
- 1528 Falukorv i skivor kokt (beräknat)
- 1529 Falukorv stekt (beräknat)
- 1530 Frukostkorv stekt (beräknat)
- 1531 Isterband stekt (beräknat)
- 1532 Stångkorv stekt (beräknat)
- 1533 Korv ca 11% fett stekt (beräknat)
- 1534 Varmkorv kokt (beräknat)
- 1536 Wienerkorv stekt (beräknat)
- 1540 Wienerkorv kokt (beräknat)
- 1542 Korvpålägg ospec (beräknat)
- 1545 Korvgryta potatis o grönsaker (beräknat)
- 1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)
- 1728 Gräddfils- o crème fraichesås 15% fett (beräknat)
- 1761 Marängsviss hovdessert (beräknat)
- 1983 Ljus stuvning (beräknat)
- 1984 Ljus stuvning lättmjölk (beräknat)
- 1987 Ljus sås buljong (beräknat)
- 1990 Ostsås till moussaka (beräknat)
- 2000 Tomatsås (beräknat)
- 2002 Äggsås m persilja (beräknat)
- 2003 Pestosås basilika parmesan valnöt (beräknat)
- 2073 Jordnötssås (beräknat)
- 2075 Kall sås skola cole slow (beräknat)

2078 Löksås med grädde (beräknat)
 2097 Prinskorv stekt (beräknat)
 2142 Ost- o skinksås (beräknat)
 2197 Äggröra u mjöl (Fin äggröra) (beräknat)
 2205 Kokt ägg (beräknat)

Version 070504

Nr	Namn	Ämne	Gammalt	Nytt	Decimaler
21	Majonnäs 90% fett (beräknat)	Enkelomäti	52.366950	52.366950	1
21	Majonnäs 90% fett (beräknat)	Fleromätta	26.726191	26.726191	1
21	Majonnäs 90% fett (beräknat)	Fettsyra C2	0.0001702	0.0001702	1
21	Majonnäs 90% fett (beräknat)	Fettsyra C2	0.4997081	0.4997081	1
21	Majonnäs 90% fett (beräknat)	Kolesterol	88.521400	88.521400	1
21	Majonnäs 90% fett (beräknat)	Energi (kJ)	3357.7731	3357.7731	0
21	Majonnäs 90% fett (beräknat)	Energi (kcal)	802.51264	802.51264	0
21	Majonnäs 90% fett (beräknat)	Aska	0.4571984	0.4571984	1
21	Majonnäs 90% fett (beräknat)	Vatten	7.7816147	7.7816147	1
21	Majonnäs 90% fett (beräknat)	Kolhydrat	0.5992217	0.5992217	1
21	Majonnäs 90% fett (beräknat)	Fett	89.904669	89.904669	1
21	Majonnäs 90% fett (beräknat)	Järn	0.4257295	0.4257295	2
21	Majonnäs 90% fett (beräknat)	Magnesium	3.8438715	3.8438715	0
21	Majonnäs 90% fett (beräknat)	Natrium	132.56809	132.56809	0
21	Majonnäs 90% fett (beräknat)	Selen	2.1449416	2.1449416	1
21	Majonnäs 90% fett (beräknat)	Retinolekvi	41.557392	41.557392	0
21	Majonnäs 90% fett (beräknat)	Retinol	40.856031	40.856031	0
21	Majonnäs 90% fett (beräknat)	Vitamin B1	0.2315175	0.2315175	2
21	Majonnäs 90% fett (beräknat)	Vitamin B6	0.0205982	0.0205982	2
21	Majonnäs 90% fett (beräknat)	Folat	9.9416342	9.9416342	0
23	Gravlaxsås M (beräknat)	Fettsyra C1	0.6814634	0.6814634	1
23	Gravlaxsås M (beräknat)	Fettsyra C1	0.1331707	0.1331707	1
23	Gravlaxsås M (beräknat)	Fettsyra C1	8.7487804	8.7487804	1
23	Gravlaxsås M (beräknat)	Monosackarid	1.1048780	1.1048780	1
23	Gravlaxsås M (beräknat)	Disackarid	9.4414634	9.4414634	1
23	Gravlaxsås M (beräknat)	Sackaros	9.4414634	9.4414634	1
23	Gravlaxsås M (beräknat)	Aska	1.6097560	1.6097560	1
23	Gravlaxsås M (beräknat)	Vatten	36.341951	36.341951	1
23	Gravlaxsås M (beräknat)	Kolhydrat	13.504390	13.504390	1
23	Gravlaxsås M (beräknat)	Fibrer	0.8926829	0.8926829	1
23	Gravlaxsås M (beräknat)	Järn	1.0258536	1.0258536	2
23	Gravlaxsås M (beräknat)	Kalcium	83.629268	83.629268	0
23	Gravlaxsås M (beräknat)	Kalium	175.12195	175.12195	0
23	Gravlaxsås M (beräknat)	Selen	1.5487804	1.5487804	1
23	Gravlaxsås M (beräknat)	Zink	0.4858536	0.4858536	2
23	Gravlaxsås M (beräknat)	Retinolekvi	64.024390	64.024390	0
23	Gravlaxsås M (beräknat)	Karoten	768.29268	768.29268	0
23	Gravlaxsås M (beräknat)	Riboflavin	0.1221951	0.1221951	2
23	Gravlaxsås M (beräknat)	Niacin	0.4097560	0.4097560	1
23	Gravlaxsås M (beräknat)	Vitamin B6	0.0536585	0.0536585	2
26	Dressing vinägreTT m vatten ca 42% fett (ber	Mättade fet	5.2750239	5.2750239	1
26	Dressing vinägreTT m vatten ca 42% fett (ber	Enkelomäti	11.550813	11.550813	1
26	Dressing vinägreTT m vatten ca 42% fett (ber	Fleromätta	24.661052	24.661052	1
26	Dressing vinägreTT m vatten ca 42% fett (ber	Fettsyra C1	0.8255502	0.8255502	1
26	Dressing vinägreTT m vatten ca 42% fett (ber	Fettsyra C1	11.160382	11.160382	1
26	Dressing vinägreTT m vatten ca 42% fett (ber	Fettsyra C1	24.048421	24.048421	1
26	Dressing vinägreTT m vatten ca 42% fett (ber	Monosackarid	0.4497607	0.4497607	1

26	Dressing vinäggrett m vatten ca 42% fett (ber Energi (kJ)	1676.2736	1676.2736	0	
26	Dressing vinäggrett m vatten ca 42% fett (ber Energi (kcal)	400.63923	400.63923	0	
26	Dressing vinäggrett m vatten ca 42% fett (ber Aska	1.6578947	1.6578947	1	
26	Dressing vinäggrett m vatten ca 42% fett (ber Kolhydrat	3.2210526	3.2210526	1	
26	Dressing vinäggrett m vatten ca 42% fett (ber Fibrer	0.1301435	0.1301435	1	
26	Dressing vinäggrett m vatten ca 42% fett (ber Fett	43.552153	43.552153	1	
26	Dressing vinäggrett m vatten ca 42% fett (ber Fosfor	21.674641	21.674641	0	
26	Dressing vinäggrett m vatten ca 42% fett (ber Kalcium	20.430622	20.430622	0	
26	Dressing vinäggrett m vatten ca 42% fett (ber Kalium	35.004784	35.004784	0	
26	Dressing vinäggrett m vatten ca 42% fett (ber Natrium	632.29665	632.29665	0	
26	Dressing vinäggrett m vatten ca 42% fett (ber Selen	0.4593301	0.4593301	1	
26	Dressing vinäggrett m vatten ca 42% fett (ber Riboflavin	0.0153110	0.0153110	2	
26	Dressing vinäggrett m vatten ca 42% fett (ber Niacinekviv	0.0894736	0.0894736	1	
186	Grahamsscones (beräknat)	Mättade fet	2.0006514	2.0006514	1
186	Grahamsscones (beräknat)	Enkelomät	7.7684039	7.7684039	1
186	Grahamsscones (beräknat)	Fleromätta	4.3022801	4.3022801	1
186	Grahamsscones (beräknat)	Fettsyra C1	0.0358306	0.0358306	1
186	Grahamsscones (beräknat)	Fettsyra C1	0.1205211	0.1205211	1
186	Grahamsscones (beräknat)	Fettsyra C1	1.0703583	1.0703583	1
186	Grahamsscones (beräknat)	Fettsyra C1	0.4195439	0.4195439	1
186	Grahamsscones (beräknat)	Fettsyra C2	0.1009771	0.1009771	1
186	Grahamsscones (beräknat)	Fettsyra C1	0.0472312	0.0472312	1
186	Grahamsscones (beräknat)	Disackarid	1.9638436	1.9638436	1
186	Grahamsscones (beräknat)	Sackaros	0.2123778	0.2123778	1
186	Grahamsscones (beräknat)	Energi (kcal)	318.26492	318.26492	0
186	Grahamsscones (beräknat)	Aska	2.8735070	2.8735070	1
186	Grahamsscones (beräknat)	Vatten	34.601520	34.601520	1
186	Grahamsscones (beräknat)	Kolhydrat	37.428555	37.428555	1
186	Grahamsscones (beräknat)	Protein	6.4015200	6.4015200	1
186	Grahamsscones (beräknat)	Fibrer	3.6382193	3.6382193	1
186	Grahamsscones (beräknat)	Fosfor	336.42128	336.42128	0
186	Grahamsscones (beräknat)	Kalcium	297.82193	297.82193	0
186	Grahamsscones (beräknat)	Natrium	668.60152	668.60152	0
186	Grahamsscones (beräknat)	Zink	0.9915309	0.9915309	2
186	Grahamsscones (beräknat)	Retinolekvi	154.79153	154.79153	0
186	Grahamsscones (beräknat)	Retinol	154.39739	154.39739	0
186	Grahamsscones (beräknat)	E vitamin	3.3462540	3.3462540	2
186	Grahamsscones (beräknat)	α-Tokofero	3.3462540	3.3462540	2
186	Grahamsscones (beräknat)	Karoten	4.9511400	4.9511400	0
186	Grahamsscones (beräknat)	Riboflavin	0.1145114	0.1145114	2
186	Grahamsscones (beräknat)	Askorbinsy	0.3127035	0.3127035	0
186	Grahamsscones (beräknat)	Niacinekviv	3.2304017	3.2304017	1
253	Pitepalt (beräknat)	Enkelomät	1.8472469	1.8472469	1
253	Pitepalt (beräknat)	Fettsyra C1	0.0813374	0.0813374	1
253	Pitepalt (beräknat)	Fettsyra C1	0.6657823	0.6657823	1
253	Pitepalt (beräknat)	Fettsyra C1	0.1462838	0.1462838	1
253	Pitepalt (beräknat)	Fettsyra C2	0.0165364	0.0165364	1
253	Pitepalt (beräknat)	Monosacke	0.5639832	0.5639832	1
253	Pitepalt (beräknat)	Avfall	15.991277	15.991277	0
253	Pitepalt (beräknat)	Kolhydrat	24.251862	24.251862	1
253	Pitepalt (beräknat)	Fett	4.9357804	4.9357804	1
253	Pitepalt (beräknat)	Fosfor	86.573868	86.573868	0
253	Pitepalt (beräknat)	Järn	0.9127385	0.9127385	2
253	Pitepalt (beräknat)	Magnesium	31.910957	31.910957	0
253	Pitepalt (beräknat)	Natrium	284.09740	284.09740	0
253	Pitepalt (beräknat)	Zink	1.0891877	1.0891877	2

253 Pitepalt (beräknat)	Retinolekvi	1.1579138	1.1579138	0
253 Pitepalt (beräknat)	D vitamin	0.0610576	0.0610576	2
253 Pitepalt (beräknat)	Karoten	7.3668907	7.3668907	0
253 Pitepalt (beräknat)	Tiamin	0.1306447	0.1306447	2
253 Pitepalt (beräknat)	Riboflavin	0.0524804	0.0524804	2
253 Pitepalt (beräknat)	Niacin	2.4339451	2.4339451	1
253 Pitepalt (beräknat)	Niacinekvi	3.2143921	3.2143921	1
253 Pitepalt (beräknat)	Vitamin B1	0.0375475	0.0375475	2
253 Pitepalt (beräknat)	Folat	12.533345	12.533345	0
279 Potatisgratäng lättmjölk hårdost 17% fett (beräknat)	Mättade fettsyror	1.0417424	1.0417424	1
279 Potatisgratäng lättmjölk hårdost 17% fett (beräknat)	Fleromättade fettsyror	0.0708037	0.0708037	1
279 Potatisgratäng lättmjölk hårdost 17% fett (beräknat)	Fettsyra C12	0.0560089	0.0560089	1
279 Potatisgratäng lättmjölk hårdost 17% fett (beräknat)	Fettsyra C16	0.1642693	0.1642693	1
279 Potatisgratäng lättmjölk hårdost 17% fett (beräknat)	Fettsyra C18	0.0226618	0.0226618	1
279 Potatisgratäng lättmjölk hårdost 17% fett (beräknat)	Sackaros	0.6692890	0.6692890	1
279 Potatisgratäng lättmjölk hårdost 17% fett (beräknat)	Energi (kJ)	347.55122	347.55122	0
279 Potatisgratäng lättmjölk hårdost 17% fett (beräknat)	Energi (kcal)	83.079903	83.079903	0
279 Potatisgratäng lättmjölk hårdost 17% fett (beräknat)	Aska	1.8439206	1.8439206	1
279 Potatisgratäng lättmjölk hårdost 17% fett (beräknat)	Vatten	79.103651	79.103651	1
279 Potatisgratäng lättmjölk hårdost 17% fett (beräknat)	Avfall	13.738037	13.738037	0
279 Potatisgratäng lättmjölk hårdost 17% fett (beräknat)	Kolhydrat	11.753654	11.753654	1
279 Potatisgratäng lättmjölk hårdost 17% fett (beräknat)	Protein	4.7214231	4.7214231	1
279 Potatisgratäng lättmjölk hårdost 17% fett (beräknat)	Fett	1.6145130	1.6145130	1
279 Potatisgratäng lättmjölk hårdost 17% fett (beräknat)	Fosfor	99.944225	99.944225	0
279 Potatisgratäng lättmjölk hårdost 17% fett (beräknat)	Järn	0.3618857	0.3618857	2
279 Potatisgratäng lättmjölk hårdost 17% fett (beräknat)	Kalcium	113.58832	113.58832	0
279 Potatisgratäng lättmjölk hårdost 17% fett (beräknat)	Kalium	354.10585	354.10585	0
279 Potatisgratäng lättmjölk hårdost 17% fett (beräknat)	Natrium	293.43039	293.43039	0
279 Potatisgratäng lättmjölk hårdost 17% fett (beräknat)	Zink	0.6951505	0.6951505	2
279 Potatisgratäng lättmjölk hårdost 17% fett (beräknat)	Retinolekvi	19.673574	19.673574	0
279 Potatisgratäng lättmjölk hårdost 17% fett (beräknat)	E vitamin	0.0898256	0.0898256	2
279 Potatisgratäng lättmjölk hårdost 17% fett (beräknat)	α-Tokoferol	0.0877355	0.0877355	2
279 Potatisgratäng lättmjölk hårdost 17% fett (beräknat)	Niacinekvi	2.0470850	2.0470850	1
279 Potatisgratäng lättmjölk hårdost 17% fett (beräknat)	Vitamin B6	0.0943028	0.0943028	2
440 Grönsallat m vinägretsås (beräknat)	Mättade fettsyror	0.6365610	0.6365610	1
440 Grönsallat m vinägretsås (beräknat)	Fettsyra C12	0.0193075	0.0193075	1
440 Grönsallat m vinägretsås (beräknat)	Fettsyra C16	0.1107981	0.1107981	1
440 Grönsallat m vinägretsås (beräknat)	Monosackaros	1.7077464	1.7077464	1
440 Grönsallat m vinägretsås (beräknat)	Disackarid	0.2596830	0.2596830	1
440 Grönsallat m vinägretsås (beräknat)	Sackaros	0.2596830	0.2596830	1
440 Grönsallat m vinägretsås (beräknat)	Energi (kJ)	253.86179	253.86179	0
440 Grönsallat m vinägretsås (beräknat)	Energi (kcal)	60.690727	60.690727	0
440 Grönsallat m vinägretsås (beräknat)	Aska	0.8356807	0.8356807	1
440 Grönsallat m vinägretsås (beräknat)	Vatten	89.675469	89.675469	1
440 Grönsallat m vinägretsås (beräknat)	Avfall	6.7781690	6.7781690	0
440 Grönsallat m vinägretsås (beräknat)	Fibrer	1.2174295	1.2174295	1
440 Grönsallat m vinägretsås (beräknat)	Fosfor	28.981807	28.981807	0
440 Grönsallat m vinägretsås (beräknat)	Kalium	202.63086	202.63086	0
440 Grönsallat m vinägretsås (beräknat)	Selen	0.4577464	0.4577464	1
440 Grönsallat m vinägretsås (beräknat)	Retinolekvi	33.257042	33.257042	0
440 Grönsallat m vinägretsås (beräknat)	E vitamin	0.8813086	0.8813086	2
440 Grönsallat m vinägretsås (beräknat)	α-Tokoferol	0.8813086	0.8813086	2
440 Grönsallat m vinägretsås (beräknat)	Tiamin	0.0527288	0.0527288	2
440 Grönsallat m vinägretsås (beräknat)	Folat	78.257042	78.257042	0
461 Tomatröra italiensk (beräknat)	Mättade fettsyror	0.3929518	0.3929518	1
461 Tomatröra italiensk (beräknat)	Enkelomättade fettsyror	3.0585548	3.0585548	1

461 Tomatröra italiensk (beräknat)	Fettsyra C1	0.2505334	0.2505334	1
461 Tomatröra italiensk (beräknat)	Fettsyra C1	0.0881514	0.0881514	1
461 Tomatröra italiensk (beräknat)	Fettsyra C2	0.0295566	0.0295566	1
461 Tomatröra italiensk (beräknat)	Energi (kJ)	296.23601	296.23601	0
461 Tomatröra italiensk (beräknat)	Aska	1.5106200	1.5106200	1
461 Tomatröra italiensk (beräknat)	Vatten	86.329550	86.329550	1
461 Tomatröra italiensk (beräknat)	Fibrer	2.0215592	2.0215592	1
461 Tomatröra italiensk (beräknat)	Magnesium	13.787120	13.787120	0
461 Tomatröra italiensk (beräknat)	Natrium	369.27663	369.27663	0
461 Tomatröra italiensk (beräknat)	Selen	0.5538780	0.5538780	1
461 Tomatröra italiensk (beräknat)	Zink	0.3087293	0.3087293	2
461 Tomatröra italiensk (beräknat)	Retinolekvi	13.956043	13.956043	0
461 Tomatröra italiensk (beräknat)	E vitamin	2.0191460	2.0191460	2
461 Tomatröra italiensk (beräknat)	α-Tokofero	2.0191460	2.0191460	2
461 Tomatröra italiensk (beräknat)	Karoten	166.95319	166.95319	0
461 Tomatröra italiensk (beräknat)	Askorbinsy	7.3368101	7.3368101	0
461 Tomatröra italiensk (beräknat)	Niacinekvi	0.9371372	0.9371372	1
461 Tomatröra italiensk (beräknat)	Folat	16.807203	16.807203	0
512 Kålpudding (beräknat)	Enkelomäti	1.5767599	1.5767599	1
512 Kålpudding (beräknat)	Fleromätta	0.3244480	0.3244480	1
512 Kålpudding (beräknat)	Fettsyra C1	0.1385209	0.1385209	1
512 Kålpudding (beräknat)	Fettsyra C1	1.0419158	1.0419158	1
512 Kålpudding (beräknat)	Fettsyra C2	0.0097887	0.0097887	1
512 Kålpudding (beräknat)	Fettsyra C1	0.1104532	0.1104532	1
512 Kålpudding (beräknat)	Fettsyra C1	1.4256659	1.4256659	1
512 Kålpudding (beräknat)	Fettsyra C1	0.2189076	0.2189076	1
512 Kålpudding (beräknat)	Fettsyra C1	0.0499820	0.0499820	1
512 Kålpudding (beräknat)	Fettsyra C2	0.0129519	0.0129519	1
512 Kålpudding (beräknat)	Fettsyra C2	0.0069975	0.0069975	1
512 Kålpudding (beräknat)	Monosacke	2.3415899	2.3415899	1
512 Kålpudding (beräknat)	Sackaros	0.5047440	0.5047440	1
512 Kålpudding (beräknat)	Energi (kce	89.459660	89.459660	0
512 Kålpudding (beräknat)	Avfall	11.504104	11.504104	0
512 Kålpudding (beräknat)	Kolhydrat	6.1287208	6.1287208	1
512 Kålpudding (beräknat)	Protein	6.3421692	6.3421692	1
512 Kålpudding (beräknat)	Fett	4.1439893	4.1439893	1
512 Kålpudding (beräknat)	Järn	0.7794432	0.7794432	2
512 Kålpudding (beräknat)	Kalcium	53.223400	53.223400	0
512 Kålpudding (beräknat)	Natrium	297.88891	297.88891	0
512 Kålpudding (beräknat)	Zink	1.2995893	1.2995893	2
512 Kålpudding (beräknat)	Retinolekvi	19.246264	19.246264	0
512 Kålpudding (beräknat)	D vitamin	0.1800636	0.1800636	2
512 Kålpudding (beräknat)	Tiamin	0.0683615	0.0683615	2
512 Kålpudding (beräknat)	Askorbinsy	8.9882752	8.9882752	0
512 Kålpudding (beräknat)	Folat	27.839172	27.839172	0
514 Kycklingsallad u dressing (beräknat)	Mättade fet	0.9172697	0.9172697	1
514 Kycklingsallad u dressing (beräknat)	Enkelomäti	1.0919472	1.0919472	1
514 Kycklingsallad u dressing (beräknat)	Fettsyra C1	0.0338541	0.0338541	1
514 Kycklingsallad u dressing (beräknat)	Fettsyra C1	0.6193069	0.6193069	1
514 Kycklingsallad u dressing (beräknat)	Fettsyra C2	0.0027322	0.0027322	1
514 Kycklingsallad u dressing (beräknat)	Fettsyra C1	0.9419249	0.9419249	1
514 Kycklingsallad u dressing (beräknat)	Fettsyra C1	0.0421687	0.0421687	1
514 Kycklingsallad u dressing (beräknat)	Fettsyra C2	0.0067127	0.0067127	1
514 Kycklingsallad u dressing (beräknat)	Monosacke	2.8377049	2.8377049	1
514 Kycklingsallad u dressing (beräknat)	Sackaros	0.1000000	0.0999999	1
514 Kycklingsallad u dressing (beräknat)	Energi (kJ)	351.64482	351.64482	0

514 Kycklingsallad u dressing (beräknat)	Aska	1.5100042	1.5100042	1
514 Kycklingsallad u dressing (beräknat)	Fett	2.7026002	2.7026002	1
514 Kycklingsallad u dressing (beräknat)	Fosfor	105.75855	105.75855	0
514 Kycklingsallad u dressing (beräknat)	Järn	0.7645486	0.7645486	2
514 Kycklingsallad u dressing (beräknat)	Natrium	220.67493	220.67493	0
514 Kycklingsallad u dressing (beräknat)	Selen	5.2909880	5.2909880	1
514 Kycklingsallad u dressing (beräknat)	D vitamin	0.1903690	0.1903690	2
514 Kycklingsallad u dressing (beräknat)	Karoten	374.90163	374.90163	0
514 Kycklingsallad u dressing (beräknat)	Riboflavin	0.1026366	0.1026366	2
514 Kycklingsallad u dressing (beräknat)	Niacin	4.0116904	4.0116904	1
514 Kycklingsallad u dressing (beräknat)	Vitamin B1	0.1991223	0.1991223	2
529 Grekisk sallad (beräknat)	Enkelomät	4.3991891	4.3991891	1
529 Grekisk sallad (beräknat)	Fleromätta	0.6209043	0.6209043	1
529 Grekisk sallad (beräknat)	Fettsyra C4	0.1869158	0.1869158	1
529 Grekisk sallad (beräknat)	Fettsyra C1	0.0714678	0.0714678	1
529 Grekisk sallad (beräknat)	Fettsyra C1	0.2308960	0.2308960	1
529 Grekisk sallad (beräknat)	Fettsyra C1	0.0830538	0.0830538	1
529 Grekisk sallad (beräknat)	Fettsyra C1	4.2617509	4.2617509	1
529 Grekisk sallad (beräknat)	Fettsyra C1	0.5692688	0.5692688	1
529 Grekisk sallad (beräknat)	Fettsyra C1	0.0558960	0.0558960	1
529 Grekisk sallad (beräknat)	Kolesterol	12.231995	12.231995	1
529 Grekisk sallad (beräknat)	Disackarid	0.4336173	0.4336173	1
529 Grekisk sallad (beräknat)	Energi (kcal)	96.123041	96.123041	0
529 Grekisk sallad (beräknat)	Aska	1.9547072	1.9547072	1
529 Grekisk sallad (beräknat)	Vatten	82.712101	82.712101	1
529 Grekisk sallad (beräknat)	Kolhydrat	3.2496014	3.2496014	1
529 Grekisk sallad (beräknat)	Fibrer	1.2771440	1.2771440	1
529 Grekisk sallad (beräknat)	Fosfor	72.470450	72.470450	0
529 Grekisk sallad (beräknat)	Kalcium	98.834455	98.834455	0
529 Grekisk sallad (beräknat)	Magnesium	11.722168	11.722168	0
529 Grekisk sallad (beräknat)	Natrium	485.90654	485.90654	0
529 Grekisk sallad (beräknat)	Selen	0.6070643	0.6070643	1
529 Grekisk sallad (beräknat)	Zink	0.5660527	0.5660527	2
529 Grekisk sallad (beräknat)	Retinolekvi	33.969213	33.969213	0
529 Grekisk sallad (beräknat)	α-Tokofero	0.8334455	0.8334455	2
529 Grekisk sallad (beräknat)	Karoten	221.23419	221.23419	0
529 Grekisk sallad (beräknat)	Riboflavin	0.0576003	0.0576003	2
529 Grekisk sallad (beräknat)	Askorbinsy	22.764912	22.764912	0
529 Grekisk sallad (beräknat)	Niacin	0.3537383	0.3537383	1
529 Grekisk sallad (beräknat)	Niacinekvi	1.0366925	1.0366925	1
529 Grekisk sallad (beräknat)	Vitamin B6	0.1035046	0.1035046	2
529 Grekisk sallad (beräknat)	Folat	15.989554	15.989554	0
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Enkelomät	2.6252862	2.6252862	1
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Fettsyra C4	0.0538201	0.0538201	1
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Fettsyra C1	0.0627902	0.0627902	1
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Fettsyra C1	0.8283907	0.8283907	1
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Fettsyra C1	0.2787885	0.2787885	1
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Fettsyra C1	2.4648071	2.4648071	1
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Fettsyra C2	0.0303925	0.0303925	1
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Fettsyra C2	0.0303925	0.0303925	1
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Monosackar	0.9351565	0.9351565	1
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Energi (kJ)	438.39284	438.39284	0
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Energi (kcal)	104.77533	104.77533	0
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Aska	1.4854934	1.4854934	1
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Avfall	9.0283753	9.0283753	0
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Fett	5.6212707	5.6212707	1

530 Grönsakssufflé (beräknat)	Kalcium	44.614332; 44.614332;	0
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Kalium	193.16054; 193.16054;	0
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Magnesium	14.848135; 14.848135;	0
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Retinolekvi	114.40182; 114.40182;	0
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Retinol	81.901646; 81.901646;	0
530 Grönsakssufflé (beräknat)	D vitamin	0.5793583; 0.5793583;	2
530 Grönsakssufflé (beräknat)	E vitamin	1.1500141; 1.1500141;	2
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Tiamin	0.0769976; 0.0769976;	2
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Riboflavin	0.1492508; 0.1492508;	2
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Askorbinsy	4.3427901; 4.3427901;	0
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Vitamin B1	0.3815367; 0.3815367;	2
676 Grahamsgröt (beräknat)	Mättade fet	0.0613775; 0.0613775;	1
676 Grahamsgröt (beräknat)	Fleromätta	0.2250511; 0.2250511;	1
676 Grahamsgröt (beräknat)	Fettsyra C1	0.0613775; 0.0613775;	1
676 Grahamsgröt (beräknat)	Fettsyra C1	0.2045919; 0.2045919;	1
676 Grahamsgröt (beräknat)	Monosacke	0.0409183; 0.0409183;	1
676 Grahamsgröt (beräknat)	Energi (kJ)	283.27801; 283.27801;	0
676 Grahamsgröt (beräknat)	Aska	0.8723573; 0.8723573;	1
676 Grahamsgröt (beräknat)	Kolhydrat	12.414639; 12.414639;	1
676 Grahamsgröt (beräknat)	Fibrer	2.3159809; 2.3159809;	1
676 Grahamsgröt (beräknat)	Fett	0.5114798; 0.5114798;	1
676 Grahamsgröt (beräknat)	Fosfor	72.005001; 72.005001;	0
676 Grahamsgröt (beräknat)	Järn	1.0275062; 1.0275062;	2
676 Grahamsgröt (beräknat)	Kalium	78.466696; 78.466696;	0
676 Grahamsgröt (beräknat)	Natrium	227.71084; 227.71084;	0
676 Grahamsgröt (beräknat)	Zink	0.4711298; 0.4711298;	2
676 Grahamsgröt (beräknat)	E vitamin	0.2864287; 0.2864287;	2
676 Grahamsgröt (beräknat)	α-Tokofero	0.2864287; 0.2864287;	2
676 Grahamsgröt (beräknat)	Tiamin	0.0695612; 0.0695612;	2
676 Grahamsgröt (beräknat)	Niacin	0.8183678; 0.8183678;	1
676 Grahamsgröt (beräknat)	Niacinekvi	1.1600363; 1.1600363;	1
676 Grahamsgröt (beräknat)	Folat	6.1582177; 6.1582177;	0
677 Havregrynsgröt (beräknat)	Mättade fet	0.1867687; 0.1867687;	1
677 Havregrynsgröt (beräknat)	Enkelomät	0.3888463; 0.3888463;	1
677 Havregrynsgröt (beräknat)	Fettsyra C1	0.1714598; 0.1714598;	1
677 Havregrynsgröt (beräknat)	Fettsyra C1	0.0107162; 0.0107162;	1
677 Havregrynsgröt (beräknat)	Fettsyra C2	0.0045926; 0.0045926;	1
677 Havregrynsgröt (beräknat)	Fettsyra C1	0.0015308; 0.0015308;	1
677 Havregrynsgröt (beräknat)	Fettsyra C1	0.0214324; 0.0214324;	1
677 Havregrynsgröt (beräknat)	Disackarid	0.1377802; 0.1377802;	1
677 Havregrynsgröt (beräknat)	Sackaros	0.1377802; 0.1377802;	1
677 Havregrynsgröt (beräknat)	Energi (kJ)	236.41552; 236.41552;	0
677 Havregrynsgröt (beräknat)	Aska	0.8348824; 0.8348824;	1
677 Havregrynsgröt (beräknat)	Vatten	85.708583; 85.708583;	1
677 Havregrynsgröt (beräknat)	Protein	2.0360852; 2.0360852;	1
677 Havregrynsgröt (beräknat)	Fibrer	1.5308911; 1.5308911;	1
677 Havregrynsgröt (beräknat)	Fosfor	65.445598; 65.445598;	0
677 Havregrynsgröt (beräknat)	Kalium	61.957353; 61.957353;	0
677 Havregrynsgröt (beräknat)	Tiamin	0.0897867; 0.0897867;	2
677 Havregrynsgröt (beräknat)	Niacin	0.1377802; 0.1377802;	1
677 Havregrynsgröt (beräknat)	Vitamin B6	0.0165336; 0.0165336;	2
681 Kornmjölsgröt (beräknat)	Enkelomät	0.0476137; 0.0476137;	1
681 Kornmjölsgröt (beräknat)	Fettsyra C1	0.0018312; 0.0018312;	1
681 Kornmjölsgröt (beräknat)	Fettsyra C1	0.0036625; 0.0036625;	1
681 Kornmjölsgröt (beräknat)	Fettsyra C1	0.0457824; 0.0457824;	1
681 Kornmjölsgröt (beräknat)	Monosacke	0.0732519; 0.0732519;	1

681	Kornmjölsgröt (beräknat)	Disackarid	0.0915649	0.0915649	1
681	Kornmjölsgröt (beräknat)	Sackaros	0.0915649	0.0915649	1
681	Kornmjölsgröt (beräknat)	Energi (kJ)	261.52774	261.52774	0
681	Kornmjölsgröt (beräknat)	Energi (kcal)	62.502219	62.502219	0
681	Kornmjölsgröt (beräknat)	Aska	1.0477247	1.0477247	1
681	Kornmjölsgröt (beräknat)	Vatten	83.477802	83.477802	1
681	Kornmjölsgröt (beräknat)	Protein	1.6847946	1.6847946	1
681	Kornmjölsgröt (beräknat)	Fosfor	46.326304	46.326304	0
681	Kornmjölsgröt (beräknat)	Magnesium	17.354051	17.354051	0
681	Kornmjölsgröt (beräknat)	E vitamin	0.0457824	0.0457824	2
681	Kornmjölsgröt (beräknat)	α-Tokoferol	0.0457824	0.0457824	2
681	Kornmjölsgröt (beräknat)	Niacin	1.0438401	1.0438401	1
681	Kornmjölsgröt (beräknat)	Niacinekviv	1.3240288	1.3240288	1
681	Kornmjölsgröt (beräknat)	Folat	2.5638179	2.5638179	0
683	Kruskagröt russin havre- veteflingor, vetekli	Fettsyra C1	0.0950646	0.0950646	1
683	Kruskagröt russin havre- veteflingor, vetekli	Fettsyra C1	0.0063630	0.0063630	1
683	Kruskagröt russin havre- veteflingor, vetekli	Fettsyra C2	0.0012923	0.0012923	1
683	Kruskagröt russin havre- veteflingor, vetekli	Fettsyra C1	0.2464123	0.2464123	1
683	Kruskagröt russin havre- veteflingor, vetekli	Aska	0.9132923	0.9132923	1
683	Kruskagröt russin havre- veteflingor, vetekli	Vatten	82.397723	82.397723	1
683	Kruskagröt russin havre- veteflingor, vetekli	Kolhydrat	11.440861	11.440861	1
683	Kruskagröt russin havre- veteflingor, vetekli	Magnesium	31.243692	31.243692	0
683	Kruskagröt russin havre- veteflingor, vetekli	Natrium	173.78092	173.78092	0
683	Kruskagröt russin havre- veteflingor, vetekli	Selen	0.3009230	0.3009230	1
683	Kruskagröt russin havre- veteflingor, vetekli	Zink	0.5509538	0.5509538	2
683	Kruskagröt russin havre- veteflingor, vetekli	Tiamin	0.0696338	0.0696338	2
683	Kruskagröt russin havre- veteflingor, vetekli	Vitamin B6	0.0509907	0.0509907	2
683	Kruskagröt russin havre- veteflingor, vetekli	Folat	9.7724307	9.7724307	0
695	Havrevälling (beräknat)	Mättade fet	1.0440061	1.0440061	1
695	Havrevälling (beräknat)	Fleromätta	0.1596007	0.1596007	1
695	Havrevälling (beräknat)	Fettsyra C4	0.1669412	0.1669412	1
695	Havrevälling (beräknat)	Fettsyra C1	0.1662366	0.1662366	1
695	Havrevälling (beräknat)	Disackarid	3.5164449	3.5164449	1
695	Havrevälling (beräknat)	Energi (kJ)	287.27640	287.27640	0
695	Havrevälling (beräknat)	Vatten	83.666618	83.666618	1
695	Havrevälling (beräknat)	Kolhydrat	10.064787	10.064787	1
695	Havrevälling (beräknat)	Protein	2.4325054	2.4325054	1
695	Havrevälling (beräknat)	Fibrer	1.0106817	1.0106817	1
695	Havrevälling (beräknat)	Fosfor	69.585764	69.585764	0
695	Havrevälling (beräknat)	Järn	0.4244971	0.4244971	2
695	Havrevälling (beräknat)	Magnesium	13.338112	13.338112	0
695	Havrevälling (beräknat)	Natrium	213.91062	213.91062	0
695	Havrevälling (beräknat)	Selen	0.6130179	0.6130179	1
695	Havrevälling (beräknat)	Retinolekvi	11.764936	11.764936	0
695	Havrevälling (beräknat)	Karoten	7.2334648	7.2334648	0
695	Havrevälling (beräknat)	Askorbinsy	0.0898536	0.0898536	0
695	Havrevälling (beräknat)	Niacin	0.1356888	0.1356888	1
695	Havrevälling (beräknat)	Niacinekviv	0.6507074	0.6507074	1
695	Havrevälling (beräknat)	Folat	3.5284499	3.5284499	0
857	Pastasallad kött korv m vinäggretsås (beräkr	Fleromätta	2.9979262	2.9979262	1
857	Pastasallad kött korv m vinäggretsås (beräkr	Fettsyra C1	0.0706605	0.0706605	1
857	Pastasallad kött korv m vinäggretsås (beräkr	Fettsyra C1	1.3502457	1.3502457	1
857	Pastasallad kött korv m vinäggretsås (beräkr	Fettsyra C1	0.1848694	0.1848694	1
857	Pastasallad kött korv m vinäggretsås (beräkr	Fettsyra C1	6.3269431	6.3269431	1
857	Pastasallad kött korv m vinäggretsås (beräkr	Fettsyra C1	2.0166205	2.0166205	1
857	Pastasallad kött korv m vinäggretsås (beräkr	Fettsyra C1	0.9017665	0.9017665	1

857	Pastasallad kött korv m vinägrettsås (beräkr Fettsyra C2	0.0138248	0.0138248	1	
857	Pastasallad kött korv m vinägrettsås (beräkr Kolesterol	29.493087	29.493087	1	
857	Pastasallad kött korv m vinägrettsås (beräkr Energi (kJ)	823.14193	823.14193	0	
857	Pastasallad kött korv m vinägrettsås (beräkr Fett	12.707834	12.707834	1	
857	Pastasallad kött korv m vinägrettsås (beräkr Fosfor	104.66820	104.66820	0	
857	Pastasallad kött korv m vinägrettsås (beräkr Järn	0.7302611	0.7302611	2	
857	Pastasallad kött korv m vinägrettsås (beräkr Kalium	136.23963	136.23963	0	
857	Pastasallad kött korv m vinägrettsås (beräkr Natrium	1174.1382	1174.1382	0	
857	Pastasallad kött korv m vinägrettsås (beräkr Zink	1.5078341	1.5078341	2	
857	Pastasallad kött korv m vinägrettsås (beräkr E vitamin	2.1277265	2.1277265	2	
857	Pastasallad kött korv m vinägrettsås (beräkr α-Tokofero	2.1277265	2.1277265	2	
857	Pastasallad kött korv m vinägrettsås (beräkr Karoten	101.53609	101.53609	0	
857	Pastasallad kött korv m vinägrettsås (beräkr Askorbinsy	1.5253456	1.5253456	0	
857	Pastasallad kött korv m vinägrettsås (beräkr Niacin	1.9453149	1.9453149	1	
857	Pastasallad kött korv m vinägrettsås (beräkr Niacinekvi	3.7578341	3.7578341	1	
857	Pastasallad kött korv m vinägrettsås (beräkr Vitamin B1	0.4454685	0.4454685	2	
857	Pastasallad kött korv m vinägrettsås (beräkr Vitamin B6	0.2032104	0.2032104	2	
857	Pastasallad kött korv m vinägrettsås (beräkr Folat	4.4946236	4.4946236	0	
903	Linssoppa (beräknat)	Fettsyra C1	0.0544565	0.0544565	1
903	Linssoppa (beräknat)	Fettsyra C1	0.0142524	0.0142524	1
903	Linssoppa (beräknat)	Fettsyra C1	0.0022491	0.0022491	1
903	Linssoppa (beräknat)	Fettsyra C1	0.4549039	0.4549039	1
903	Linssoppa (beräknat)	Fettsyra C1	0.0948753	0.0948753	1
903	Linssoppa (beräknat)	Energi (kJ)	186.68446	186.68446	0
903	Linssoppa (beräknat)	Energi (kcal)	44.616036	44.616036	0
903	Linssoppa (beräknat)	Aska	0.9384321	0.9384321	1
903	Linssoppa (beräknat)	Vatten	88.308674	88.308674	1
903	Linssoppa (beräknat)	Avfall	0.8322395	0.8322395	0
903	Linssoppa (beräknat)	Kolhydrat	5.7141152	5.7141152	1
903	Linssoppa (beräknat)	Protein	2.5110368	2.5110368	1
903	Linssoppa (beräknat)	Järn	0.7501193	0.7501193	2
903	Linssoppa (beräknat)	Kalcium	18.986397	18.986397	0
903	Linssoppa (beräknat)	Kalium	144.56299	144.56299	0
903	Linssoppa (beräknat)	Magnesium	11.437179	11.437179	0
903	Linssoppa (beräknat)	Selen	1.0022670	1.0022670	1
903	Linssoppa (beräknat)	Zink	0.3722407	0.3722407	2
903	Linssoppa (beräknat)	Retinolekvi	4.2321918	4.2321918	0
903	Linssoppa (beräknat)	E vitamin	0.4093485	0.4093485	2
903	Linssoppa (beräknat)	α-Tokofero	0.4093485	0.4093485	2
903	Linssoppa (beräknat)	Karoten	50.620451	50.620451	0
903	Linssoppa (beräknat)	Tiamin	0.0253907	0.0253907	2
903	Linssoppa (beräknat)	Askorbinsy	1.9584476	1.9584476	0
903	Linssoppa (beräknat)	Niacinekvi	0.7749821	0.7749821	1
903	Linssoppa (beräknat)	Vitamin B6	0.0421131	0.0421131	2
903	Linssoppa (beräknat)	Folat	40.372568	40.372568	0
1043	Oxrulad nöt stekt (beräknat)	Fettsyra C1	1.7472473	1.7472473	1
1043	Oxrulad nöt stekt (beräknat)	Fettsyra C2	0.0502138	0.0502138	1
1043	Oxrulad nöt stekt (beräknat)	Fettsyra C1	7.0730766	7.0730766	1
1043	Oxrulad nöt stekt (beräknat)	Fettsyra C1	1.5782312	1.5782312	1
1043	Oxrulad nöt stekt (beräknat)	Fettsyra C2	0.0322603	0.0322603	1
1043	Oxrulad nöt stekt (beräknat)	Fettsyra C2	0.0077144	0.0077144	1
1043	Oxrulad nöt stekt (beräknat)	Sackaros	0.1311452	0.1311452	1
1043	Oxrulad nöt stekt (beräknat)	Energi (kJ)	985.00610	985.00610	0
1043	Oxrulad nöt stekt (beräknat)	Vatten	58.434658	58.434658	1
1043	Oxrulad nöt stekt (beräknat)	Protein	21.020548	21.020548	1
1043	Oxrulad nöt stekt (beräknat)	Fett	16.376323	16.376323	1

1043 Oxrulad nöt stekt (beräknat)	Fosfor	211.60109	211.60109	0
1043 Oxrulad nöt stekt (beräknat)	Järn	2.0896276	2.0896276	2
1043 Oxrulad nöt stekt (beräknat)	Kalcium	24.628655	24.628655	0
1043 Oxrulad nöt stekt (beräknat)	Kalium	371.45872	371.45872	0
1043 Oxrulad nöt stekt (beräknat)	Magnesium	25.167964	25.167964	0
1043 Oxrulad nöt stekt (beräknat)	Natrium	576.00813	576.00813	0
1043 Oxrulad nöt stekt (beräknat)	Selen	8.4437898	8.4437898	1
1043 Oxrulad nöt stekt (beräknat)	Riboflavin	0.1808436	0.1808436	2
1043 Oxrulad nöt stekt (beräknat)	Askorbinsy	0.2082895	0.2082895	0
1043 Oxrulad nöt stekt (beräknat)	Niacin	4.7997755	4.7997755	1
1043 Oxrulad nöt stekt (beräknat)	Vitamin B6	0.3405007	0.3405007	2
1043 Oxrulad nöt stekt (beräknat)	Folat	9.1072305	9.1072305	0
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Mättade fet	2.3385331	2.3385331	1
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Fettsyra C4	0.0034982	0.0034982	1
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Fettsyra C1	0.0041279	0.0041279	1
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Fettsyra C2	0.0376415	0.0376415	1
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Fettsyra C1	0.2302151	0.2302151	1
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Fettsyra C1	1.2022764	1.2022764	1
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Fettsyra C1	0.4456394	0.4456394	1
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Fettsyra C2	0.0954331	0.0954331	1
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Fettsyra C2	0.0165258	0.0165258	1
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Energi (kcal)	193.22564	193.22564	0
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Aska	3.0321730	3.0321730	1
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Vatten	60.815506	60.815506	1
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Fosfor	167.18693	167.18693	0
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Kalium	320.88335	320.88335	0
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Magnesium	26.841077	26.841077	0
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Natrium	726.06949	726.06949	0
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Selen	12.597462	12.597462	1
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Zink	1.9419956	1.9419956	2
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Retinolekvi	72.354457	72.354457	0
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Retinol	71.734421	71.734421	0
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Karoten	7.3170117	7.3170117	0
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Tiamin	0.4601653	0.4601653	2
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Riboflavin	0.2357399	0.2357399	2
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Niacin	5.6334273	5.6334273	1
1069 Hargryta (beräknat)	Mättade fet	1.1057915	1.1057915	1
1069 Hargryta (beräknat)	Fettsyra C1	0.0591192	0.0591192	1
1069 Hargryta (beräknat)	Fettsyra C1	0.2412064	0.2412064	1
1069 Hargryta (beräknat)	Fettsyra C1	0.8593599	0.8593599	1
1069 Hargryta (beräknat)	Fettsyra C2	0.0354007	0.0354007	1
1069 Hargryta (beräknat)	Kolesterol	42.480883	42.480883	1
1069 Hargryta (beräknat)	Sackaros	0.3996176	0.3996176	1
1069 Hargryta (beräknat)	Energi (kJ)	485.17013	485.17013	0
1069 Hargryta (beräknat)	Energi (kcal)	115.97479	115.97479	0
1069 Hargryta (beräknat)	Aska	1.5470121	1.5470121	1
1069 Hargryta (beräknat)	Avfall	1.6355140	1.6355140	0
1069 Hargryta (beräknat)	Kolhydrat	2.9373760	2.9373760	1
1069 Hargryta (beräknat)	Protein	15.892141	15.892141	1
1069 Hargryta (beräknat)	Fibrer	0.8516001	0.8516001	1
1069 Hargryta (beräknat)	Fett	4.2771736	4.2771736	1
1069 Hargryta (beräknat)	Fosfor	171.84069	171.84069	0
1069 Hargryta (beräknat)	Kalium	335.92027	335.92027	0
1069 Hargryta (beräknat)	Magnesium	24.722883	24.722883	0
1069 Hargryta (beräknat)	Zink	0.8506088	0.8506088	2
1069 Hargryta (beräknat)	Retinolekvi	30.601529	30.601529	0

1069 Hargryta (beräknat)	Retinol	25.842537	25.842537	0
1069 Hargryta (beräknat)	E vitamin	0.7919357	0.7919357	2
1069 Hargryta (beräknat)	α-Tokofero	0.7919357	0.7919357	2
1069 Hargryta (beräknat)	Karoten	56.879779	56.879779	0
1069 Hargryta (beräknat)	Tiamin	0.1605426	0.1605426	2
1069 Hargryta (beräknat)	Riboflavin	0.2601939	0.2601939	2
1069 Hargryta (beräknat)	Askorbinsy	2.5577740	2.5577740	0
1069 Hargryta (beräknat)	Vitamin B1	0.4635593	0.4635593	2
1069 Hargryta (beräknat)	Vitamin B6	0.1466581	0.1466581	2
1075 Lammköttgryta lök tomat (beräknat)	Enkelomäti	3.5169558	3.5169558	1
1075 Lammköttgryta lök tomat (beräknat)	Fleromätta	1.1380877	1.1380877	1
1075 Lammköttgryta lök tomat (beräknat)	Fettsyra C4	0.0375544	0.0375544	1
1075 Lammköttgryta lök tomat (beräknat)	Fettsyra C1	2.0766392	2.0766392	1
1075 Lammköttgryta lök tomat (beräknat)	Fettsyra C1	1.4947423	1.4947423	1
1075 Lammköttgryta lök tomat (beräknat)	Fettsyra C2	0.1301825	0.1301825	1
1075 Lammköttgryta lök tomat (beräknat)	Kolesterol	58.584948	58.584948	1
1075 Lammköttgryta lök tomat (beräknat)	Disackarid	1.3933641	1.3933641	1
1075 Lammköttgryta lök tomat (beräknat)	Sackaros	1.3933641	1.3933641	1
1075 Lammköttgryta lök tomat (beräknat)	Energi (kcal)	165.59711	165.59711	0
1075 Lammköttgryta lök tomat (beräknat)	Protein	14.834103	14.834103	1
1075 Lammköttgryta lök tomat (beräknat)	Fibrer	1.9044802	1.9044802	1
1075 Lammköttgryta lök tomat (beräknat)	Kalcium	28.090731	28.090731	0
1075 Lammköttgryta lök tomat (beräknat)	Magnesium	23.017124	23.017124	0
1075 Lammköttgryta lök tomat (beräknat)	Selen	1.1839041	1.1839041	1
1075 Lammköttgryta lök tomat (beräknat)	Retinolekvi	53.970444	53.970444	0
1075 Lammköttgryta lök tomat (beräknat)	Retinol	45.722547	45.722547	0
1075 Lammköttgryta lök tomat (beräknat)	E vitamin	0.7459535	0.7459535	2
1075 Lammköttgryta lök tomat (beräknat)	α-Tokofero	0.7459535	0.7459535	2
1075 Lammköttgryta lök tomat (beräknat)	Karoten	98.768213	98.768213	0
1075 Lammköttgryta lök tomat (beräknat)	Riboflavin	0.1867648	0.1867648	2
1075 Lammköttgryta lök tomat (beräknat)	Askorbinsy	3.1340130	3.1340130	0
1075 Lammköttgryta lök tomat (beräknat)	Niacinekvi	6.4068180	6.4068180	1
1075 Lammköttgryta lök tomat (beräknat)	Vitamin B1	0.5858494	0.5858494	2
1075 Lammköttgryta lök tomat (beräknat)	Vitamin B6	0.1205347	0.1205347	2
1085 Fläskköttgryta gris grönsaker (beräknat)	Fettsyra C1	0.8962147	0.8962147	1
1085 Fläskköttgryta gris grönsaker (beräknat)	Fettsyra C1	0.2817922	0.2817922	1
1085 Fläskköttgryta gris grönsaker (beräknat)	Monosackar	2.3245870	2.3245870	1
1085 Fläskköttgryta gris grönsaker (beräknat)	Sackaros	0.3860695	0.3860695	1
1085 Fläskköttgryta gris grönsaker (beräknat)	Energi (kcal)	99.107281	99.107281	0
1085 Fläskköttgryta gris grönsaker (beräknat)	Aska	1.5576062	1.5576062	1
1085 Fläskköttgryta gris grönsaker (beräknat)	Vatten	79.695241	79.695241	1
1085 Fläskköttgryta gris grönsaker (beräknat)	Avfall	7.9976444	7.9976444	0
1085 Fläskköttgryta gris grönsaker (beräknat)	Fett	5.5531188	5.5531188	1
1085 Fläskköttgryta gris grönsaker (beräknat)	Fosfor	92.722285	92.722285	0
1085 Fläskköttgryta gris grönsaker (beräknat)	Kalcium	30.366599	30.366599	0
1085 Fläskköttgryta gris grönsaker (beräknat)	Kalium	343.83594	343.83594	0
1085 Fläskköttgryta gris grönsaker (beräknat)	Magnesium	19.584202	19.584202	0
1085 Fläskköttgryta gris grönsaker (beräknat)	Selen	4.1424652	4.1424652	1
1085 Fläskköttgryta gris grönsaker (beräknat)	Zink	1.1362484	1.1362484	2
1085 Fläskköttgryta gris grönsaker (beräknat)	E vitamin	1.0700474	1.0700474	2
1085 Fläskköttgryta gris grönsaker (beräknat)	α-Tokofero	1.0700474	1.0700474	2
1085 Fläskköttgryta gris grönsaker (beräknat)	Karoten	143.28671	143.28671	0
1085 Fläskköttgryta gris grönsaker (beräknat)	Riboflavin	0.1224480	0.1224480	2
1085 Fläskköttgryta gris grönsaker (beräknat)	Niacinekvi	3.7528176	3.7528176	1
1085 Fläskköttgryta gris grönsaker (beräknat)	Vitamin B6	0.1320695	0.1320695	2
1198 Ostsufflé (beräknat)	Fleromätta	0.7895714	0.7895714	1

1198 Ostsufflé (beräknat)	Fettsyra C1	0.4077922	0.4077922	1
1198 Ostsufflé (beräknat)	Fettsyra C1	1.1281818	1.1281818	1
1198 Ostsufflé (beräknat)	Fettsyra C1	4.0241428	4.0241428	1
1198 Ostsufflé (beräknat)	Fettsyra C1	1.3660649	1.3660649	1
1198 Ostsufflé (beräknat)	Fettsyra C2	0.0275324	0.0275324	1
1198 Ostsufflé (beräknat)	Fettsyra C1	4.0291428	4.0291428	1
1198 Ostsufflé (beräknat)	Fettsyra C1	0.1429610	0.1429610	1
1198 Ostsufflé (beräknat)	Fettsyra C2	0.0374025	0.0374025	1
1198 Ostsufflé (beräknat)	Fettsyra C2	0.0374025	0.0374025	1
1198 Ostsufflé (beräknat)	Kolesterol	159.51948	159.51948	1
1198 Ostsufflé (beräknat)	Monosackarid	0.0973636	0.0973636	1
1198 Ostsufflé (beräknat)	Disackarid	1.9280649	1.9280649	1
1198 Ostsufflé (beräknat)	Sackaros	0.0845844	0.0845844	1
1198 Ostsufflé (beräknat)	Energi (kcal)	219.86909	219.86909	0
1198 Ostsufflé (beräknat)	Aska	1.9364935	1.9364935	1
1198 Ostsufflé (beräknat)	Vatten	61.445064	61.445064	1
1198 Ostsufflé (beräknat)	Protein	14.415441	14.415441	1
1198 Ostsufflé (beräknat)	Fibrer	0.1264935	0.1264935	1
1198 Ostsufflé (beräknat)	Fett	14.923532	14.923532	1
1198 Ostsufflé (beräknat)	Fosfor	268.27883	268.27883	0
1198 Ostsufflé (beräknat)	Järn	0.7256233	0.7256233	2
1198 Ostsufflé (beräknat)	Zink	1.3159740	1.3159740	2
1198 Ostsufflé (beräknat)	Retinolekvi	171.00701	171.00701	0
1198 Ostsufflé (beräknat)	Tiamin	0.0558036	0.0558036	2
1198 Ostsufflé (beräknat)	Riboflavin	0.2652594	0.2652594	2
1198 Ostsufflé (beräknat)	Niacin	0.1904545	0.1904545	1
1198 Ostsufflé (beräknat)	Vitamin B1	0.9480444	0.9480444	2
1204 Kyckling m grönsaker sås mandel kinesisk r	Fleromätta	3.7887779	3.7887779	1
1204 Kyckling m grönsaker sås mandel kinesisk r	Fettsyra C1	5.8944150	5.8944150	1
1204 Kyckling m grönsaker sås mandel kinesisk r	Fettsyra C2	0.0373490	0.0373490	1
1204 Kyckling m grönsaker sås mandel kinesisk r	Fettsyra C2	0.0224094	0.0224094	1
1204 Kyckling m grönsaker sås mandel kinesisk r	Fettsyra C2	0.0224094	0.0224094	1
1204 Kyckling m grönsaker sås mandel kinesisk r	Kolesterol	56.023625	56.023625	1
1204 Kyckling m grönsaker sås mandel kinesisk r	Sackaros	0.6195431	0.6195431	1
1204 Kyckling m grönsaker sås mandel kinesisk r	Energi (kcal)	205.79379	205.79379	0
1204 Kyckling m grönsaker sås mandel kinesisk r	Aska	1.2220967	1.2220967	1
1204 Kyckling m grönsaker sås mandel kinesisk r	Vatten	64.863371	64.863371	1
1204 Kyckling m grönsaker sås mandel kinesisk r	Avfall	46.321549	46.321549	0
1204 Kyckling m grönsaker sås mandel kinesisk r	Fibrer	0.8539911	0.8539911	1
1204 Kyckling m grönsaker sås mandel kinesisk r	Järn	1.3456787	1.3456787	2
1204 Kyckling m grönsaker sås mandel kinesisk r	Magnesium	36.856075	36.856075	0
1204 Kyckling m grönsaker sås mandel kinesisk r	Selen	8.1386259	8.1386259	1
1204 Kyckling m grönsaker sås mandel kinesisk r	Zink	1.2965343	1.2965343	2
1204 Kyckling m grönsaker sås mandel kinesisk r	Retinol	68.583340	68.583340	0
1204 Kyckling m grönsaker sås mandel kinesisk r	Riboflavin	0.2081273	0.2081273	2
1204 Kyckling m grönsaker sås mandel kinesisk r	Niacin	6.6180839	6.6180839	1
1204 Kyckling m grönsaker sås mandel kinesisk r	Niacinekvi	9.4051506	9.4051506	1
1204 Kyckling m grönsaker sås mandel kinesisk r	Vitamin B6	0.2235994	0.2235994	2
1204 Kyckling m grönsaker sås mandel kinesisk r	Folat	20.741943	20.741943	0
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Fettsyra C1	0.0501890	0.0501890	1
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Fettsyra C1	0.1110830	0.1110830	1
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Fettsyra C1	0.6818736	0.6818736	1
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Fettsyra C2	0.0071827	0.0071827	1
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Fettsyra C1	0.0480792	0.0480792	1
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Fettsyra C1	0.8404589	0.8404589	1
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Fettsyra C1	0.2151937	0.2151937	1

1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Fettsyra C1	0.0453684	0.0453684	1
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Fettsyra C2	0.0037566	0.0037566	1
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Fettsyra C2	0.0118830	0.0118830	1
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Monosackar	3.0489688	3.0489688	1
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Disackarid	2.1429215	2.1429215	1
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Sackaros	0.7568626	0.7568626	1
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Energi (kJ)	375.74228	375.74228	0
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Energi (kcal)	89.808620	89.808620	0
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Aska	1.4675935	1.4675935	1
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Vatten	79.355807	79.355807	1
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Kolhydrat	10.139315	10.139315	1
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Fibrer	0.6579391	0.6579391	1
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Järn	2.4661749	2.4661749	2
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Kalcium	43.969201	43.969201	0
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Kalium	154.85000	154.85000	0
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Magnesium	13.866298	13.866298	0
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Zink	1.0718514	1.0718514	2
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Retinolekvi	2077.7491	2077.7491	0
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Retinol	2071.1590	2071.1590	0
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	D vitamin	0.1842568	0.1842568	2
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	E vitamin	0.3632243	0.3632243	2
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	α-Tokofero	0.3632243	0.3632243	2
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Askorbinsy	3.5790492	3.5790492	0
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Folat	216.90679	216.90679	0
1764 Chokladpudding (beräknat)	Enkelomät	0.8916375	0.8916375	1
1764 Chokladpudding (beräknat)	Fettsyra C2	0.3003931	0.3003931	1
1764 Chokladpudding (beräknat)	Fettsyra C1	0.2827229	0.2827229	1
1764 Chokladpudding (beräknat)	Fettsyra C2	0.0144012	0.0144012	1
1764 Chokladpudding (beräknat)	Fettsyra C1	0.0441754	0.0441754	1
1764 Chokladpudding (beräknat)	Fettsyra C1	0.8209568	0.8209568	1
1764 Chokladpudding (beräknat)	Fettsyra C1	0.0542032	0.0542032	1
1764 Chokladpudding (beräknat)	Fettsyra C1	0.0176701	0.0176701	1
1764 Chokladpudding (beräknat)	Energi (kJ)	545.28426	545.28426	0
1764 Chokladpudding (beräknat)	Energi (kcal)	130.36989	130.36989	0
1764 Chokladpudding (beräknat)	Aska	0.8500831	0.8500831	1
1764 Chokladpudding (beräknat)	Kolhydrat	20.569568	20.569568	1
1764 Chokladpudding (beräknat)	Natrium	33.174301	33.174301	0
1764 Chokladpudding (beräknat)	Selen	1.0027830	1.0027830	1
1764 Chokladpudding (beräknat)	Zink	0.4931454	0.4931454	2
1764 Chokladpudding (beräknat)	Retinolekvi	21.217917	21.217917	0
1764 Chokladpudding (beräknat)	Retinol	20.320713	20.320713	0
1764 Chokladpudding (beräknat)	D vitamin	0.0176701	0.0176701	2
1764 Chokladpudding (beräknat)	Karoten	13.606043	13.606043	0
1764 Chokladpudding (beräknat)	Tiamin	0.0387418	0.0387418	2
1764 Chokladpudding (beräknat)	Niacin	0.1532888	0.1532888	1
1888 Chokladbullar (beräknat)	Fettsyra C2	1.9871106	1.9871106	1
1888 Chokladbullar (beräknat)	Fettsyra C1	0.6251342	0.6251342	1
1888 Chokladbullar (beräknat)	Fettsyra C1	1.8560687	1.8560687	1
1888 Chokladbullar (beräknat)	Fettsyra C1	5.6057572	5.6057572	1
1888 Chokladbullar (beräknat)	Fettsyra C2	0.0504618	0.0504618	1
1888 Chokladbullar (beräknat)	Kolesterol	54.994629	54.994629	1
1888 Chokladbullar (beräknat)	Aska	1.2973147	1.2973147	1
1888 Chokladbullar (beräknat)	Protein	6.0375939	6.0375939	1
1888 Chokladbullar (beräknat)	Fosfor	190.88077	190.88077	0
1888 Chokladbullar (beräknat)	Kalcium	29.591836	29.591836	0
1888 Chokladbullar (beräknat)	Kalium	289.17024	289.17024	0

1888 Chokladbollar (beräknat)	Natrium	103.52309; 103.52309;	0
1888 Chokladbollar (beräknat)	Selen	0.5220193; 0.5220193;	1
1888 Chokladbollar (beräknat)	Retinolekvi	150.07389; 150.07389;	0
1888 Chokladbollar (beräknat)	Retinol	143.35123; 143.35123;	0
1888 Chokladbollar (beräknat)	D vitamin	0.1203007; 0.1203007;	2
1888 Chokladbollar (beräknat)	Karoten	80.730397; 80.730397;	0
1888 Chokladbollar (beräknat)	Niacin	0.4410311; 0.4410311;	1
1888 Chokladbollar (beräknat)	Niacinekvi	1.4572717; 1.4572717;	1
1888 Chokladbollar (beräknat)	Folat	23.166487; 23.166487;	0
2003 Pestosås basilika parmesan valnöt (beräknat)	Fettsyra C4	0.4370731; 0.4370731;	1
2003 Pestosås basilika parmesan valnöt (beräknat)	Fettsyra C1	6.8791869; 6.8791869;	1
2003 Pestosås basilika parmesan valnöt (beräknat)	Fettsyra C2	0.1858536; 0.1858536;	1
2003 Pestosås basilika parmesan valnöt (beräknat)	Energi (kJ)	2629.2853; 2629.2853;	0
2003 Pestosås basilika parmesan valnöt (beräknat)	Aska	2.8430894; 2.8430894;	1
2003 Pestosås basilika parmesan valnöt (beräknat)	Vatten	14.229268; 14.229268;	1
2003 Pestosås basilika parmesan valnöt (beräknat)	Fibrer	2.1861788; 2.1861788;	1
2003 Pestosås basilika parmesan valnöt (beräknat)	Järn	1.5365853; 1.5365853;	2
2003 Pestosås basilika parmesan valnöt (beräknat)	Kalium	225.07317; 225.07317;	0
2003 Pestosås basilika parmesan valnöt (beräknat)	Magnesium	57.918699; 57.918699;	0
2003 Pestosås basilika parmesan valnöt (beräknat)	Natrium	644.69105; 644.69105;	0
2003 Pestosås basilika parmesan valnöt (beräknat)	Selen	2.1674796; 2.1674796;	1
2003 Pestosås basilika parmesan valnöt (beräknat)	Retinolekvi	49.247154; 49.247154;	0
2003 Pestosås basilika parmesan valnöt (beräknat)	Retinol	40.121951; 40.121951;	0
2003 Pestosås basilika parmesan valnöt (beräknat)	D vitamin	0.0358536; 0.0358536;	2
2003 Pestosås basilika parmesan valnöt (beräknat)	E vitamin	5.3353658; 5.3353658;	2
2003 Pestosås basilika parmesan valnöt (beräknat)	α-Tokoferol	5.3353658; 5.3353658;	2
2003 Pestosås basilika parmesan valnöt (beräknat)	Karoten	109.44715; 109.44715;	0
2003 Pestosås basilika parmesan valnöt (beräknat)	Tiamin	0.1466666; 0.1466666;	2
2003 Pestosås basilika parmesan valnöt (beräknat)	Niacin	0.5000000; 0.4999999;	1
2003 Pestosås basilika parmesan valnöt (beräknat)	Vitamin B1	0.2731707; 0.2731707;	2
2093 Kreolsk festgryta (beräknat)	Enkelomät	8.5756972; 8.5756972;	1
2093 Kreolsk festgryta (beräknat)	Fleromätta	1.3409362; 1.3409362;	1
2093 Kreolsk festgryta (beräknat)	Fettsyra C4	1.3069942; 1.3069942;	1
2093 Kreolsk festgryta (beräknat)	Fettsyra C1	1.3226648; 1.3226648;	1
2093 Kreolsk festgryta (beräknat)	Fettsyra C2	0.0471447; 0.0471447;	1
2093 Kreolsk festgryta (beräknat)	Fettsyra C2	0.0105135; 0.0105135;	1
2093 Kreolsk festgryta (beräknat)	Kolesterol	72.071713; 72.071713;	1
2093 Kreolsk festgryta (beräknat)	Disackarid	2.1661133; 2.1661133;	1
2093 Kreolsk festgryta (beräknat)	Energi (kJ)	282.15814; 282.15814;	0
2093 Kreolsk festgryta (beräknat)	Kolhydrat	5.1090084; 5.1090084;	1
2093 Kreolsk festgryta (beräknat)	Protein	16.077025; 16.077025;	1
2093 Kreolsk festgryta (beräknat)	Fosfor	189.64807; 189.64807;	0
2093 Kreolsk festgryta (beräknat)	Natrium	1044.0216; 1044.0216;	0
2093 Kreolsk festgryta (beräknat)	Zink	1.6788401; 1.6788401;	2
2093 Kreolsk festgryta (beräknat)	Retinolekvi	106.84373; 106.84373;	0
2093 Kreolsk festgryta (beräknat)	Retinol	101.09561; 101.09561;	0
2093 Kreolsk festgryta (beräknat)	E vitamin	0.5418326; 0.5418326;	2
2093 Kreolsk festgryta (beräknat)	Tiamin	0.3699015; 0.3699015;	2
2093 Kreolsk festgryta (beräknat)	Niacin	5.5610889; 5.5610889;	1
2093 Kreolsk festgryta (beräknat)	Niacinekvi	8.5503209; 8.5503209;	1
2093 Kreolsk festgryta (beräknat)	Vitamin B1	0.4863756; 0.4863756;	2

Nya livsmedel

- 736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)
- 737 Våfflor frasvåfflor (beräknat)

- 770 Vol-au-vent m räkstuvning (beräknat)
- 1232 Äggkakaka (beräknat)
- 1234 Äggröra m mjöl (beräknat)
- 1339 Vitlingfilé panerad stekt (beräknat)
- 1360 Laxmousse (beräknat)
- 1431 Blodpudding 13% fett stekt (beräknat)
- 1432 Blodpudding 8% fett stekt (beräknat)
- 1786 Äppelsmulpaj (beräknat)
- 1982 Vit sås béchamelsås på lättmjölk (beräknat)
- 1985 Vit sås béchamelsås standardmjölk (beräknat)

Version 070601

Nr	Livsmedelsnamn	Näringsäm	Gammalt v	Nytt värde	Antal decir
1311	Gädda panerad stekt (beräknat)	Enkelomät	3.8858845	3.8858845	1
1311	Gädda panerad stekt (beräknat)	Fleromätta	1.9764239	1.9764239	1
1311	Gädda panerad stekt (beräknat)	Fettsyra C1	0.0133483	0.0133483	1
1311	Gädda panerad stekt (beräknat)	Fettsyra C1	0.6432583	0.6432583	1
1311	Gädda panerad stekt (beräknat)	Fettsyra C2	0.0438905	0.0438905	1
1311	Gädda panerad stekt (beräknat)	Fettsyra C1	3.7342809	3.7342809	1
1311	Gädda panerad stekt (beräknat)	Fettsyra C1	1.2633231	1.2633231	1
1311	Gädda panerad stekt (beräknat)	Fettsyra C2	0.0233948	0.0233948	1
1311	Gädda panerad stekt (beräknat)	Fettsyra C2	0.0110733	0.0110733	1
1311	Gädda panerad stekt (beräknat)	Fettsyra C2	0.0010267	0.0010267	1
1311	Gädda panerad stekt (beräknat)	Fettsyra C2	0.0787614	0.0787614	1
1311	Gädda panerad stekt (beräknat)	Sackaros	0.0322132	0.0322132	1
1311	Gädda panerad stekt (beräknat)	Energi (kca	191.00887	191.00887	0
1311	Gädda panerad stekt (beräknat)	Avfall	53.276691	53.276691	0
1311	Gädda panerad stekt (beräknat)	Fett	7.5733354	7.5733354	1
1311	Gädda panerad stekt (beräknat)	Järn	0.5706980	0.5706980	2
1311	Gädda panerad stekt (beräknat)	Kalcium	63.923171	63.923171	0
1311	Gädda panerad stekt (beräknat)	Kalium	548.88360	548.88360	0
1311	Gädda panerad stekt (beräknat)	Natrium	694.08886	694.08886	0
1311	Gädda panerad stekt (beräknat)	Selen	24.414020	24.414020	1
1311	Gädda panerad stekt (beräknat)	Zink	1.0137912	1.0137912	2
1311	Gädda panerad stekt (beräknat)	Retinolekvi	84.725885	84.725885	0
1311	Gädda panerad stekt (beräknat)	Retinol	84.366506	84.366506	0
1311	Gädda panerad stekt (beräknat)	E vitamin	2.0722180	2.0722180	2
1311	Gädda panerad stekt (beräknat)	α-Tokofero	2.0722180	2.0722180	2
1311	Gädda panerad stekt (beräknat)	Karoten	4.3125490	4.3125490	0

Nya livsmedel

Nr	Livsmedelsnamn
205	Vitt bröd vete scones (beräknat)
206	Vitt bröd vete ojäst 3,5% fibrer chapati (beräknat)
259	Sillpudding (beräknat)
508	Vitkålssoppa m frikadeller (beräknat)
511	Kåldolmar stekta (beräknat)
513	Kycklingsallad m dressing (beräknat)
655	Risgrynsgröt (beräknat)
678	Molinogröt grahamsmjöl torkad frukt linfrö (beräknat)
684	Rågmjölgröt (beräknat)
755	Smulpajdeg gräddad (beräknat)
796	Ost- o skinkpaj (beräknat)
853	Stuvade makaroner (beräknat)
1014	Biff ryggbiff nöt stekt (beräknat)
1016	Kassler rökt kotlettrad gris stekt el värmd (beräknat)
1017	Entrecôte nöt stekt (beräknat)

1031 Harstek hare (beräknat)
1032 Kalvfilé stekt (beräknat)
1033 Kalvkotlett stekt (beräknat)
1034 Kalvkött kokt (beräknat)
1035 Kalvstek (beräknat)
1036 Lammkotlett stekt (beräknat)
1037 Lammstek (beräknat)
1038 Högrek kokt (beräknat)
1039 Stek el grytstek nöt (beräknat)
1042 Rimmad oxbringa nöt kokt (beräknat)
1044 Rostbiff nöt ugnstek (beräknat)
1047 Rådjurskött ugnstek (beräknat)
1048 Renkött kokt (beräknat)
1049 Renkött ugnstek (beräknat)
1050 Älgstek (beräknat)
1070 Kalvköttgryta lök tomat morötter rotselleri (beräknat)
1082 Skinksås gris mjölk (beräknat)
1109 Pannbiff gris stekt (beräknat)
1114 Kalvfärsbiffar (beräknat)
1119 Köttbullar nötfärs stekta (beräknat)
1120 Köttbullar grisfärs stekta (beräknat)
1125 Lammfärsbiffar stekta (beräknat)
1126 Köttfärslimpa grisfärs (beräknat)
1128 Pannbiff nötfärs stekt (beräknat)
1131 Älgfärsbiffar (beräknat)
1185 Höns kokt (beräknat)
1186 Kalkon m skinn stekt (beräknat)
1189 Ripa stekt med salt (beräknat)
1222 Köttbuljong tärning äf (beräknat)
1326 Sik panerad stekt (beräknat)
1328 Sill panerad stekt (beräknat)
1361 Sillbullar (beräknat)
1362 Sillsallad (beräknat)
1412 Räksoppa (beräknat)
1523 Bacon magert gris rökt stekt (beräknat)
1639 Mördeg gräddad (beräknat)
1640 Smördeg gräddad (beräknat)
1668 Semla (beräknat)
1671 Toscakaka (beräknat)
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)
1683 Mjuk nötkaka (beräknat)
1685 Sockerkaka, saftig (beräknat)
1746 Saftkräm (beräknat)
1747 Saftsoppa (beräknat)
1748 Saftsås (beräknat)
1760 Ostkaka färskost (beräknat)
1785 Mannagrynskaka el mannagrynspudding (beräknat)
1813 Sylt mos marmelad lättsockrade ospec (beräknat)
1992 Sky (beräknat)
2036 Milda mat 15% fett
2037 Milda Minimat 7% fett
2038 Milda Fraiche 24% fett
2039 Milda Visp 20% fett
2040 Milda kaffe 10% fett
2041 Milda Vaniljvisp 12% fett

2042 Creme Fraiche Blue Cheese 15% fett
 2043 Creme Fraiche 13% fett, olika smaker
 2044 Creme Fraiche 28% fett smaksatt
 2045 Frukostost 13% (Kavli berikad +ABCDE)
 2046 Mini Fraiche 5% fett
 2047 Milko greve 13% fett smältost
 2048 Fjällfil 4,2% fett naturell
 2049 Fjällyoghurt 3,6 % fett, olika smaksättningar
 2050 Fettfri majonnäs < 0.5% fett
 2051 Vit choklad
 2052 Mörk choklad, >70 % kakao
 2053 Mörk choklad <70% kakao
 2054 Mörk blockchoklad
 2055 Mjolkchoklad, genomsnittsvärde
 2056 Kebabkött, djupfrost, stekfärdigt, genomsnitt
 2057 Avorio ris
 2058 Rostad lök
 2059 Glasspinne, Hallon o mjölk, fett 5,5g SIA
 2060 Glasspinne, fett 10g genomsnitt
 2061 All-Bran FiberBar Naturell
 2062 Wasa Sandwich, vete olika fyllningar
 2063 Wasa Sandwich, råg, olika fyllningar
 2064 Falafel, kikärtskroketter frysta
 2065 Pytt i panna, vegetarisk
 2066 Sojakorv
 2067 Gourmetbullar, vegetariska, djupfrysta (Hälsans kök)
 2068 Vegetarisk färs, sojaprotein, fryst
 2069 Vegebitar, grytbitar av veteprotein
 2070 Alpro soja
 2071 Special K Bar, red fruit, berikad
 2072 Special K Bar, Chocolate, berikade
 2087 Crème Fraiche Smaksatt Blue cheese Franska örter Paprika&chili Tomat&basilika fett 13 %
 2103 Kött_stekt_nöt_gris ospec. (beräknat)
 2219 Toscaglasyr (beräknat)

Verison 0700619

Nr	Livsmedelsnamn	Näringsäm	Gammalt v	Nytt värde	Antal decir
186	Grahamsscones (beräknat)	Mättade fet	2.0006514	2.0006514	1
186	Grahamsscones (beräknat)	Enkelomät	7.7684039	7.7684039	1
186	Grahamsscones (beräknat)	Fleromätta	4.3022801	4.3022801	1
186	Grahamsscones (beräknat)	Fettsyra C	0.0358306	0.0358306	1
186	Grahamsscones (beräknat)	Fettsyra C	0.1205211	0.1205211	1
186	Grahamsscones (beräknat)	Fettsyra C	1.0703583	1.0703583	1
186	Grahamsscones (beräknat)	Fettsyra C	0.4195439	0.4195439	1
186	Grahamsscones (beräknat)	Fettsyra C	0.1009771	0.1009771	1
186	Grahamsscones (beräknat)	Fettsyra C	0.0472312	0.0472312	1
186	Grahamsscones (beräknat)	Disackarid	1.9638436	1.9638436	1
186	Grahamsscones (beräknat)	Sackaros	0.2123778	0.2123778	1
186	Grahamsscones (beräknat)	Energi (kca	318.26492	318.26492	0
186	Grahamsscones (beräknat)	Aska	2.8735070	2.8735070	1
186	Grahamsscones (beräknat)	Vatten	34.601520	34.601520	1
186	Grahamsscones (beräknat)	Kolhydrat	37.428555	37.428555	1
186	Grahamsscones (beräknat)	Protein	6.4015200	6.4015200	1
186	Grahamsscones (beräknat)	Fibrer	3.6382193	3.6382193	1
186	Grahamsscones (beräknat)	Fosfor	336.42128	336.42128	0
186	Grahamsscones (beräknat)	Kalcium	297.82193	297.82193	0

186 Grahamsscones (beräknat)	Natrium	668.60152	668.60152	0
186 Grahamsscones (beräknat)	Zink	0.9915309	0.9915309	2
186 Grahamsscones (beräknat)	Retinolekvi	154.79153	154.79153	0
186 Grahamsscones (beräknat)	Retinol	154.39739	154.39739	0
186 Grahamsscones (beräknat)	E vitamin	3.3462540	3.3462540	2
186 Grahamsscones (beräknat)	α-Tokofero	3.3462540	3.3462540	2
186 Grahamsscones (beräknat)	Karoten	4.9511400	4.9511400	0
186 Grahamsscones (beräknat)	Riboflavin	0.1145114	0.1145114	2
186 Grahamsscones (beräknat)	Askorbinsy	0.3127035	0.3127035	0
186 Grahamsscones (beräknat)	Niacinekvi	3.2304017	3.2304017	1
205 Vitt bröd vete scones (beräknat)	Fibrer	1.4443168	1.4443168	1
205 Vitt bröd vete scones (beräknat)	Fosfor	290.87026	290.87026	0
205 Vitt bröd vete scones (beräknat)	Kalcium	309.80252	309.80252	0
205 Vitt bröd vete scones (beräknat)	Magnesium	18.435132	18.435132	0
205 Vitt bröd vete scones (beräknat)	Natrium	672.07118	672.07118	0
205 Vitt bröd vete scones (beräknat)	Zink	0.6351320	0.6351320	2
205 Vitt bröd vete scones (beräknat)	Retinolekvi	112.06773	112.06773	0
205 Vitt bröd vete scones (beräknat)	Retinol	111.59586	111.59586	0
205 Vitt bröd vete scones (beräknat)	D vitamin	0.8679678	0.8679678	2
205 Vitt bröd vete scones (beräknat)	Askorbinsy	0.6613088	0.6613088	0
205 Vitt bröd vete scones (beräknat)	Vitamin B1	0.1451584	0.1451584	2
205 Vitt bröd vete scones (beräknat)	Vitamin B6	0.1498909	0.1498909	2
205 Vitt bröd vete scones (beräknat)	Folat	11.713547	11.713547	0
206 Vitt bröd vete ojäst 3,5% fibrer chapati (berä	Fettsyra C	0.1560597	0.1560597	1
206 Vitt bröd vete ojäst 3,5% fibrer chapati (berä	Fettsyra C	0.0033204	0.0033204	1
206 Vitt bröd vete ojäst 3,5% fibrer chapati (berä	Fettsyra C	0.1726618	0.1726618	1
206 Vitt bröd vete ojäst 3,5% fibrer chapati (berä	Fettsyra C	0.5545102	0.5545102	1
206 Vitt bröd vete ojäst 3,5% fibrer chapati (berä	Fettsyra C	0.0464858	0.0464858	1
206 Vitt bröd vete ojäst 3,5% fibrer chapati (berä	Monosacke	0.1029330	0.1029330	1
206 Vitt bröd vete ojäst 3,5% fibrer chapati (berä	Sackaros	0.2291090	0.2291090	1
206 Vitt bröd vete ojäst 3,5% fibrer chapati (berä	Vatten	41.872440	41.872440	1
206 Vitt bröd vete ojäst 3,5% fibrer chapati (berä	Kolhydrat	44.420586	44.420586	1
206 Vitt bröd vete ojäst 3,5% fibrer chapati (berä	Fosfor	155.36801	155.36801	0
206 Vitt bröd vete ojäst 3,5% fibrer chapati (berä	Kalcium	19.872717	19.872717	0
206 Vitt bröd vete ojäst 3,5% fibrer chapati (berä	Kalium	167.73325	167.73325	0
206 Vitt bröd vete ojäst 3,5% fibrer chapati (berä	Selen	1.9590481	1.9590481	1
206 Vitt bröd vete ojäst 3,5% fibrer chapati (berä	Zink	1.0297177	1.0297177	2
206 Vitt bröd vete ojäst 3,5% fibrer chapati (berä	Karoten	0.4980630	0.4980630	0
206 Vitt bröd vete ojäst 3,5% fibrer chapati (berä	Askorbinsy	0.3984504	0.3984504	0
206 Vitt bröd vete ojäst 3,5% fibrer chapati (berä	Niacinekvi	3.7421140	3.7421140	1
206 Vitt bröd vete ojäst 3,5% fibrer chapati (berä	Vitamin B1	0.0214499	0.0214499	2
206 Vitt bröd vete ojäst 3,5% fibrer chapati (berä	Vitamin B6	0.1344770	0.1344770	2
253 Pitepalt (beräknat)	Enkelomät	1.8472469	1.8472469	1
253 Pitepalt (beräknat)	Fettsyra C	0.0813374	0.0813374	1
253 Pitepalt (beräknat)	Fettsyra C	0.6657823	0.6657823	1
253 Pitepalt (beräknat)	Fettsyra C	0.1462838	0.1462838	1
253 Pitepalt (beräknat)	Fettsyra C	0.0165364	0.0165364	1
253 Pitepalt (beräknat)	Monosacke	0.5639832	0.5639832	1
253 Pitepalt (beräknat)	Avfall	15.991277	15.991277	0
253 Pitepalt (beräknat)	Kolhydrat	24.251862	24.251862	1
253 Pitepalt (beräknat)	Fett	4.9357804	4.9357804	1
253 Pitepalt (beräknat)	Fosfor	86.573868	86.573868	0
253 Pitepalt (beräknat)	Järn	0.9127385	0.9127385	2
253 Pitepalt (beräknat)	Magnesium	31.910957	31.910957	0
253 Pitepalt (beräknat)	Natrium	284.09740	284.09740	0

253 Pitepalt (beräknat)	Zink	1.0891877	1.0891877	2
253 Pitepalt (beräknat)	Retinolekvi	1.1579138	1.1579138	0
253 Pitepalt (beräknat)	D vitamin	0.0610576	0.0610576	2
253 Pitepalt (beräknat)	Karoten	7.3668907	7.3668907	0
253 Pitepalt (beräknat)	Tiamin	0.1306447	0.1306447	2
253 Pitepalt (beräknat)	Riboflavin	0.0524804	0.0524804	2
253 Pitepalt (beräknat)	Niacin	2.4339451	2.4339451	1
253 Pitepalt (beräknat)	Niacinekvi	3.2143921	3.2143921	1
253 Pitepalt (beräknat)	Vitamin B1	0.0375475	0.0375475	2
253 Pitepalt (beräknat)	Folat	12.533345	12.533345	0
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Mättade fet	0.9109160	0.9109160	1
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Fleromätta	0.0646769	0.0646769	1
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Fettsyra C1	0.1313381	0.1313381	1
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Fettsyra C1	0.1672775	0.1672775	1
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Fettsyra C2	0.0023344	0.0023344	1
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Fettsyra C2	0.0031048	0.0031048	1
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Fettsyra C2	0.0033499	0.0033499	1
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Monosacke	1.4221682	1.4221682	1
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Disackarid	0.1348165	0.1348165	1
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Sackaros	0.0472733	0.0472733	1
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Energi (kJ)	205.52175	205.52175	0
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Vatten	86.803214	86.803214	1
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Avfall	14.030254	14.030254	0
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Fibrer	1.9656363	1.9656363	1
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Fett	1.5620622	1.5620622	1
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Fosfor	42.529064	42.529064	0
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Magnesium	9.7027033	9.7027033	0
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Zink	0.0849752	0.0849752	2
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Retinolekvi	18.809646	18.809646	0
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	D vitamin	0.0408534	0.0408534	2
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	E vitamin	0.2243440	0.2243440	2
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Karoten	75.891773	75.891773	0
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Tiamin	0.0612382	0.0612382	2
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Riboflavin	0.0471139	0.0471139	2
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Niacin	1.0181272	1.0181272	1
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Vitamin B1	0.0318307	0.0318307	2
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Vitamin B6	0.0394177	0.0394177	2
306 Morötter stuvade (beräknat)	Mättade fet	0.7681995	0.7681995	1
306 Morötter stuvade (beräknat)	Fleromätta	0.7501462	0.7501462	1
306 Morötter stuvade (beräknat)	Fettsyra C4	0.0871549	0.0871549	1
306 Morötter stuvade (beräknat)	Fettsyra C1	0.0281971	0.0281971	1
306 Morötter stuvade (beräknat)	Fettsyra C1	0.0866422	0.0866422	1
306 Morötter stuvade (beräknat)	Fettsyra C1	1.3735100	1.3735100	1
306 Morötter stuvade (beräknat)	Disackarid	3.3914234	3.3914234	1
306 Morötter stuvade (beräknat)	Energi (kJ)	303.91203	303.91203	0
306 Morötter stuvade (beräknat)	Energi (kcal)	72.670494	72.670494	0
306 Morötter stuvade (beräknat)	Aska	1.5605715	1.5605715	1
306 Morötter stuvade (beräknat)	Vatten	83.509420	83.509420	1
306 Morötter stuvade (beräknat)	Avfall	8.8486588	8.8486588	0
306 Morötter stuvade (beräknat)	Kalcium	43.956878	43.956878	0
306 Morötter stuvade (beräknat)	Kalium	161.16238	161.16238	0
306 Morötter stuvade (beräknat)	Selen	0.7028738	0.7028738	1
306 Morötter stuvade (beräknat)	Zink	0.2815577	0.2815577	2
306 Morötter stuvade (beräknat)	Retinolekvi	347.11969	347.11969	0
306 Morötter stuvade (beräknat)	D vitamin	0.2069928	0.2069928	2
306 Morötter stuvade (beräknat)	E vitamin	0.7908886	0.7908886	2

306 Morötter stuvade (beräknat)	α-Tokoferol	0.7881234	0.7881234	2
306 Morötter stuvade (beräknat)	Riboflavin	0.0648503	0.0648503	2
306 Morötter stuvade (beräknat)	Askorbinsyra	2.9382951	2.9382951	0
306 Morötter stuvade (beräknat)	Vitamin B1	0.0973402	0.0973402	2
306 Morötter stuvade (beräknat)	Folat	8.3268041	8.3268041	0
433 Blomkål gratinerad (beräknat)	Fleromätta	0.5973684	0.5973684	1
433 Blomkål gratinerad (beräknat)	Fettsyra C1	0.0660153	0.0660153	1
433 Blomkål gratinerad (beräknat)	Fettsyra C1	0.0482594	0.0482594	1
433 Blomkål gratinerad (beräknat)	Fettsyra C1	1.4151188	1.4151188	1
433 Blomkål gratinerad (beräknat)	Fettsyra C1	0.1953707	0.1953707	1
433 Blomkål gratinerad (beräknat)	Kolesterol	21.989929	21.989929	1
433 Blomkål gratinerad (beräknat)	Monosackarid	0.9726997	0.9726997	1
433 Blomkål gratinerad (beräknat)	Energi (kJ)	298.30753	298.30753	0
433 Blomkål gratinerad (beräknat)	Energi (kcal)	71.285231	71.285231	0
433 Blomkål gratinerad (beräknat)	Vatten	85.119064	85.119064	1
433 Blomkål gratinerad (beräknat)	Järn	0.3490088	0.3490088	2
433 Blomkål gratinerad (beräknat)	Kalium	208.07197	208.07197	0
433 Blomkål gratinerad (beräknat)	Magnesium	11.601722	11.601722	0
433 Blomkål gratinerad (beräknat)	Natrium	194.29749	194.29749	0
433 Blomkål gratinerad (beräknat)	Selen	1.3790371	1.3790371	1
433 Blomkål gratinerad (beräknat)	Retinolekvin	41.914771	41.914771	0
433 Blomkål gratinerad (beräknat)	D vitamin	0.2066962	0.2066962	2
433 Blomkål gratinerad (beräknat)	E vitamin	0.5001211	0.5001211	2
433 Blomkål gratinerad (beräknat)	Niacin	1.2716188	1.2716188	1
433 Blomkål gratinerad (beräknat)	Vitamin B6	0.0892686	0.0892686	2
433 Blomkål gratinerad (beräknat)	Folat	24.434817	24.434817	0
435 Blomkålsstuvning (beräknat)	Enkelomättat	0.8859819	0.8859819	1
435 Blomkålsstuvning (beräknat)	Fleromätta	0.3932882	0.3932882	1
435 Blomkålsstuvning (beräknat)	Fettsyra C4	0.1269189	0.1269189	1
435 Blomkålsstuvning (beräknat)	Fettsyra C1	0.1207596	0.1207596	1
435 Blomkålsstuvning (beräknat)	Fettsyra C1	0.1482599	0.1482599	1
435 Blomkålsstuvning (beräknat)	Fettsyra C2	0.0115720	0.0115720	1
435 Blomkålsstuvning (beräknat)	Fettsyra C1	0.0213149	0.0213149	1
435 Blomkålsstuvning (beräknat)	Fettsyra C1	0.8362334	0.8362334	1
435 Blomkålsstuvning (beräknat)	Fettsyra C1	0.2460883	0.2460883	1
435 Blomkålsstuvning (beräknat)	Disackarid	1.9490495	1.9490495	1
435 Blomkålsstuvning (beräknat)	Sackaros	0.1960636	0.1960636	1
435 Blomkålsstuvning (beräknat)	Kolhydrat	5.9242312	5.9242312	1
435 Blomkålsstuvning (beräknat)	Protein	2.4442685	2.4442685	1
435 Blomkålsstuvning (beräknat)	Fibrer	1.4873594	1.4873594	1
435 Blomkålsstuvning (beräknat)	Fett	2.3043796	2.3043796	1
435 Blomkålsstuvning (beräknat)	Kalcium	51.789071	51.789071	0
435 Blomkålsstuvning (beräknat)	Magnesium	11.934450	11.934450	0
435 Blomkålsstuvning (beräknat)	Selen	0.7666464	0.7666464	1
435 Blomkålsstuvning (beräknat)	Retinolekvin	22.952414	22.952414	0
435 Blomkålsstuvning (beräknat)	Retinol	20.344360	20.344360	0
435 Blomkålsstuvning (beräknat)	D vitamin	0.1054547	0.1054547	2
435 Blomkålsstuvning (beräknat)	E vitamin	0.3043983	0.3043983	2
435 Blomkålsstuvning (beräknat)	Askorbinsyra	19.496066	19.496066	0
435 Blomkålsstuvning (beräknat)	Folat	21.389930	21.389930	0
437 Grönkålsstuvning (beräknat)	Fleromätta	0.4839336	0.4839336	1
437 Grönkålsstuvning (beräknat)	Fettsyra C1	0.1199397	0.1199397	1
437 Grönkålsstuvning (beräknat)	Fettsyra C1	0.1844159	0.1844159	1
437 Grönkålsstuvning (beräknat)	Disackarid	0.1458251	0.1458251	1
437 Grönkålsstuvning (beräknat)	Energi (kJ)	120.55576	120.55576	0
437 Grönkålsstuvning (beräknat)	Energi (kcal)	28.796985	28.796985	0

437 Grönkålssoppa (beräknat)	Aska	1.0569706	1.0569706	1
437 Grönkålssoppa (beräknat)	Protein	1.2564129	1.2564129	1
437 Grönkålssoppa (beräknat)	Fibrer	0.8189902	0.8189902	1
437 Grönkålssoppa (beräknat)	Magnesium	7.6673700	7.6673700	0
437 Grönkålssoppa (beräknat)	Natrium	194.89329	194.89329	0
437 Grönkålssoppa (beräknat)	Retinolekvi	70.763828	70.763828	0
437 Grönkålssoppa (beräknat)	Karoten	678.24189	678.24189	0
437 Grönkålssoppa (beräknat)	Askorbinsy	10.596533	10.596533	0
437 Grönkålssoppa (beräknat)	Niacin	0.7920874	0.7920874	1
437 Grönkålssoppa (beräknat)	Vitamin B1	0.0025103	0.0025103	2
437 Grönkålssoppa (beräknat)	Vitamin B6	0.0266164	0.0266164	2
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Mättade fet	0.6765166	0.6765166	1
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Enkelomät	0.3260644	0.3260644	1
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Fettsyra C	0.1013674	0.1013674	1
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Fettsyra C	0.0324924	0.0324924	1
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Fettsyra C	0.0958940	0.0958940	1
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Fettsyra C	0.1111151	0.1111151	1
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Fettsyra C	0.0025170	0.0025170	1
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Fettsyra C	0.0665135	0.0665135	1
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Fettsyra C	0.0325565	0.0325565	1
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Fettsyra C	0.0001922	0.0001922	1
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Fettsyra C	0.0026268	0.0026268	1
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Kolesterol	11.191605	11.191605	1
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Monosack	1.0140312	1.0140312	1
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Disackarid	1.8007889	1.8007889	1
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Sackaros	0.7425770	0.7425770	1
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Energi (kJ)	157.63550	157.63550	0
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Avfall	7.0678040	7.0678040	0
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Fosfor	45.008100	45.008100	0
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Kalium	171.79093	171.79093	0
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Magnesium	13.011459	13.011459	0
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Natrium	144.38895	144.38895	0
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Retinol	10.871256	10.871256	0
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	D vitamin	0.0315772	0.0315772	2
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	α-Tokofero	0.3210693	0.3210693	2
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Karoten	1114.5442	1114.5442	0
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Niacinekvi	0.7717104	0.7717104	1
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Vitamin B1	0.1021322	0.1021322	2
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Vitamin B6	0.0627727	0.0627727	2
447 Löksås (beräknat)	Mättade fet	1.1210664	1.1210664	1
447 Löksås (beräknat)	Fettsyra C	0.5359761	0.5359761	1
447 Löksås (beräknat)	Fettsyra C	0.2234344	0.2234344	1
447 Löksås (beräknat)	Fettsyra C	0.0329766	0.0329766	1
447 Löksås (beräknat)	Fettsyra C	0.0308717	0.0308717	1
447 Löksås (beräknat)	Fettsyra C	0.8132959	0.8132959	1
447 Löksås (beräknat)	Monosack	1.0366251	1.0366251	1
447 Löksås (beräknat)	Disackarid	2.3138045	2.3138045	1
447 Löksås (beräknat)	Sackaros	0.6427293	0.6427293	1
447 Löksås (beräknat)	Energi (kJ)	334.06139	334.06139	0
447 Löksås (beräknat)	Energi (kc	79.842483	79.842483	0
447 Löksås (beräknat)	Avfall	2.3329240	2.3329240	0
447 Löksås (beräknat)	Kolhydrat	6.1851604	6.1851604	1
447 Löksås (beräknat)	Protein	2.0639536	2.0639536	1
447 Löksås (beräknat)	Fibrer	0.4820206	0.4820206	1
447 Löksås (beräknat)	Järn	0.2410454	0.2410454	2
447 Löksås (beräknat)	Kalcium	48.552534	48.552534	0

447 Löksås (beräknat)	Kalium	123.67268	123.67268	0
447 Löksås (beräknat)	Magnesium	8.9135239	8.9135239	0
447 Löksås (beräknat)	Natrium	127.33450	127.33450	0
447 Löksås (beräknat)	Zink	0.2006665	0.2006665	2
447 Löksås (beräknat)	Retinol	52.271531	52.271531	0
447 Löksås (beräknat)	D vitamin	0.3753727	0.3753727	2
447 Löksås (beräknat)	Riboflavin	0.0825960	0.0825960	2
447 Löksås (beräknat)	Niacin	0.4720224	0.4720224	1
447 Löksås (beräknat)	Vitamin B1	0.1333646	0.1333646	2
447 Löksås (beräknat)	Vitamin B6	0.0579372	0.0579372	2
450 Nässelsoppa (beräknat)	Mättade fet	0.2697550	0.2697550	1
450 Nässelsoppa (beräknat)	Fettsyra C1	0.0104183	0.0104183	1
450 Nässelsoppa (beräknat)	Fettsyra C1	0.1480226	0.1480226	1
450 Nässelsoppa (beräknat)	Fettsyra C2	0.0136741	0.0136741	1
450 Nässelsoppa (beräknat)	Fettsyra C1	1.0624810	1.0624810	1
450 Nässelsoppa (beräknat)	Energi (kJ)	140.84809	140.84809	0
450 Nässelsoppa (beräknat)	Energi (kcal)	33.649954	33.649954	0
450 Nässelsoppa (beräknat)	Aska	1.3949255	1.3949255	1
450 Nässelsoppa (beräknat)	Vatten	92.444253	92.444253	1
450 Nässelsoppa (beräknat)	Kolhydrat	1.8933481	1.8933481	1
450 Nässelsoppa (beräknat)	Fosfor	25.756066	25.756066	0
450 Nässelsoppa (beräknat)	Kalcium	83.469098	83.469098	0
450 Nässelsoppa (beräknat)	Magnesium	16.426555	16.426555	0
450 Nässelsoppa (beräknat)	Selen	0.1180208	0.1180208	1
450 Nässelsoppa (beräknat)	Zink	0.2884593	0.2884593	2
450 Nässelsoppa (beräknat)	D vitamin	0.1709268	0.1709268	2
450 Nässelsoppa (beräknat)	Askorbinsy	20.162526	20.162526	0
450 Nässelsoppa (beräknat)	Niacin	0.7578569	0.7578569	1
450 Nässelsoppa (beräknat)	Niacinekviv	0.9996776	0.9996776	1
450 Nässelsoppa (beräknat)	Vitamin B6	0.0385724	0.0385724	2
450 Nässelsoppa (beräknat)	Folat	25.620952	25.620952	0
458 Champinjonstuvning (beräknat)	Mättade fet	1.8512365	1.8512365	1
458 Champinjonstuvning (beräknat)	Enkelomät	3.8483195	3.8483195	1
458 Champinjonstuvning (beräknat)	Fettsyra C4	0.2155992	0.2155992	1
458 Champinjonstuvning (beräknat)	Fettsyra C1	0.0697526	0.0697526	1
458 Champinjonstuvning (beräknat)	Fettsyra C2	0.0507292	0.0507292	1
458 Champinjonstuvning (beräknat)	Fettsyra C1	0.0465017	0.0465017	1
458 Champinjonstuvning (beräknat)	Fettsyra C1	1.2708941	1.2708941	1
458 Champinjonstuvning (beräknat)	Fettsyra C1	0.6068907	0.6068907	1
458 Champinjonstuvning (beräknat)	Kolesterol	6.3411540	6.3411540	1
458 Champinjonstuvning (beräknat)	Sackaros	0.1380680	0.1380680	1
458 Champinjonstuvning (beräknat)	Vatten	77.181039	77.181039	1
458 Champinjonstuvning (beräknat)	Avfall	1.6909744	1.6909744	0
458 Champinjonstuvning (beräknat)	Kolhydrat	8.6868526	8.6868526	1
458 Champinjonstuvning (beräknat)	Protein	3.8295497	3.8295497	1
458 Champinjonstuvning (beräknat)	Fibrer	0.6949904	0.6949904	1
458 Champinjonstuvning (beräknat)	Fosfor	113.94800	113.94800	0
458 Champinjonstuvning (beräknat)	Järn	0.2784189	0.2784189	2
458 Champinjonstuvning (beräknat)	Kalium	267.54555	267.54555	0
458 Champinjonstuvning (beräknat)	Magnesium	13.822870	13.822870	0
458 Champinjonstuvning (beräknat)	Natrium	320.51659	320.51659	0
458 Champinjonstuvning (beräknat)	Selen	2.1137180	2.1137180	1
458 Champinjonstuvning (beräknat)	Retinol	81.166772	81.166772	0
458 Champinjonstuvning (beräknat)	E vitamin	1.3640456	1.3640456	2
458 Champinjonstuvning (beräknat)	α-Tokofero	1.3640456	1.3640456	2
458 Champinjonstuvning (beräknat)	Karoten	13.193827	13.193827	0

458 Champinjonstuvning (beräknat)	Vitamin B6	0.0682096	0.0682096	2
458 Champinjonstuvning (beräknat)	Folat	9.5641513	9.5641513	0
459 Champinjonsås (beräknat)	Mättade fet	2.9565493	2.9565493	1
459 Champinjonsås (beräknat)	Enkelomät	3.7458586	3.7458586	1
459 Champinjonsås (beräknat)	Fleromätta	1.6155596	1.6155596	1
459 Champinjonsås (beräknat)	Fettsyra C4	0.4216282	0.4216282	1
459 Champinjonsås (beräknat)	Fettsyra C1	0.1340742	0.1340742	1
459 Champinjonsås (beräknat)	Fettsyra C1	0.0723295	0.0723295	1
459 Champinjonsås (beräknat)	Kolesterol	11.484519	11.484519	1
459 Champinjonsås (beräknat)	Monosacke	0.1675575	0.1675575	1
459 Champinjonsås (beräknat)	Disackarid	3.3964717	3.3964717	1
459 Champinjonsås (beräknat)	Sackaros	0.1235247	0.1235247	1
459 Champinjonsås (beräknat)	Energi (kJ)	526.20887	526.20887	0
459 Champinjonsås (beräknat)	Energi (kcal)	125.77330	125.77330	0
459 Champinjonsås (beräknat)	Aska	1.7692511	1.7692511	1
459 Champinjonsås (beräknat)	Vatten	77.248566	77.248566	1
459 Champinjonsås (beräknat)	Fett	8.8155243	8.8155243	1
459 Champinjonsås (beräknat)	Kalcium	77.501631	77.501631	0
459 Champinjonsås (beräknat)	Retinolekvi	87.119343	87.119343	0
459 Champinjonsås (beräknat)	Retinol	85.401781	85.401781	0
459 Champinjonsås (beräknat)	D vitamin	0.4877833	0.4877833	2
459 Champinjonsås (beräknat)	α-Tokofero	1.1804357	1.1804357	2
459 Champinjonsås (beräknat)	Tiamin	0.0653442	0.0653442	2
459 Champinjonsås (beräknat)	Niacin	2.0000000	1.9999999	1
459 Champinjonsås (beräknat)	Niacinekvi	2.8361118	2.8361118	1
459 Champinjonsås (beräknat)	Vitamin B1	0.2592064	0.2592064	2
459 Champinjonsås (beräknat)	Vitamin B6	0.0729117	0.0729117	2
459 Champinjonsås (beräknat)	Folat	11.236305	11.236305	0
470 Aubergine stekt (beräknat)	Mättade fet	0.3744183	0.3744183	1
470 Aubergine stekt (beräknat)	Fettsyra C1	0.0047196	0.0047196	1
470 Aubergine stekt (beräknat)	Fettsyra C1	0.2037829	0.2037829	1
470 Aubergine stekt (beräknat)	Fettsyra C1	0.7622111	0.7622111	1
470 Aubergine stekt (beräknat)	Monosacke	2.8361764	2.8361764	1
470 Aubergine stekt (beräknat)	Sackaros	0.1011345	0.1011345	1
470 Aubergine stekt (beräknat)	Energi (kcal)	59.178584	59.178584	0
470 Aubergine stekt (beräknat)	Aska	1.3653024	1.3653024	1
470 Aubergine stekt (beräknat)	Kolhydrat	3.7836857	3.7836857	1
470 Aubergine stekt (beräknat)	Järn	0.6320368	0.6320368	2
470 Aubergine stekt (beräknat)	Magnesium	16.588973	16.588973	0
470 Aubergine stekt (beräknat)	Natrium	297.52303	297.52303	0
470 Aubergine stekt (beräknat)	Selen	7.0821764	7.0821764	1
470 Aubergine stekt (beräknat)	Zink	0.2112081	0.2112081	2
470 Aubergine stekt (beräknat)	Retinolekvi	48.587681	48.587681	0
470 Aubergine stekt (beräknat)	Karoten	73.331630	73.331630	0
470 Aubergine stekt (beräknat)	Tiamin	0.0648479	0.0648479	2
470 Aubergine stekt (beräknat)	Riboflavin	0.0165229	0.0165229	2
470 Aubergine stekt (beräknat)	Askorbinsy	1.4116067	1.4116067	0
470 Aubergine stekt (beräknat)	Niacinekvi	0.8026149	0.8026149	1
470 Aubergine stekt (beräknat)	Vitamin B1	0.0047196	0.0047196	2
473 Ärtpuré (beräknat)	Mättade fet	0.9681655	0.9681655	1
473 Ärtpuré (beräknat)	Enkelomät	0.3695931	0.3695931	1
473 Ärtpuré (beräknat)	Fettsyra C1	0.1427551	0.1427551	1
473 Ärtpuré (beräknat)	Fettsyra C1	0.1456816	0.1456816	1
473 Ärtpuré (beräknat)	Fettsyra C2	0.0026766	0.0026766	1
473 Ärtpuré (beräknat)	Kolesterol	3.8722341	3.8722341	1
473 Ärtpuré (beräknat)	Monosacke	0.3471448	0.3471448	1

473 Ärtpuré (beräknat)	Sackaros	3.4861884	3.4861884	1
473 Ärtpuré (beräknat)	Energi (kJ)	351.27301	351.27301	0
473 Ärtpuré (beräknat)	Energi (kcal)	83.915774	83.915774	0
473 Ärtpuré (beräknat)	Aska	2.0538900	2.0538900	1
473 Ärtpuré (beräknat)	Avfall	0.3747323	0.3747323	0
473 Ärtpuré (beräknat)	Kolhydrat	8.8622412	8.8622412	1
473 Ärtpuré (beräknat)	Fibrer	5.9286224	5.9286224	1
473 Ärtpuré (beräknat)	Fett	1.7395431	1.7395431	1
473 Ärtpuré (beräknat)	Fosfor	102.08672	102.08672	0
473 Ärtpuré (beräknat)	Kalcium	30.627052	30.627052	0
473 Ärtpuré (beräknat)	Magnesium	28.432905	28.432905	0
473 Ärtpuré (beräknat)	Selen	0.4817987	0.4817987	1
473 Ärtpuré (beräknat)	Zink	0.7814061	0.7814061	2
473 Ärtpuré (beräknat)	Retinolekvi	40.713418	40.713418	0
473 Ärtpuré (beräknat)	Retinol	11.161670	11.161670	0
473 Ärtpuré (beräknat)	E vitamin	0.1651320	0.1651320	2
473 Ärtpuré (beräknat)	Askorbinsy	8.2044967	8.2044967	0
473 Ärtpuré (beräknat)	Niacin	1.6315132	1.6315132	1
473 Ärtpuré (beräknat)	Niacinekvi	2.5212348	2.5212348	1
473 Ärtpuré (beräknat)	Folat	34.546573	34.546573	0
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Mättade fet	2.1685589	2.1685589	1
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Enkelomät	1.9098938	1.9098938	1
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Fleromätta	0.8118448	0.8118448	1
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Fettsyra C	0.1048626	0.1048626	1
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Fettsyra C	1.7878330	1.7878330	1
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Fettsyra C	0.5378042	0.5378042	1
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Fettsyra C	0.2723991	0.2723991	1
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Monosacke	1.1567909	1.1567909	1
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Sackaros	0.7067358	0.7067358	1
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Aska	1.9052559	1.9052559	1
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Vatten	79.251259	79.251259	1
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Kolhydrat	7.1294759	7.1294759	1
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Protein	4.5017883	4.5017883	1
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Fibrer	1.9410435	1.9410435	1
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Fett	5.2722045	5.2722045	1
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Järn	0.9129365	0.9129365	2
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Natrium	334.06368	334.06368	0
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Selen	1.4306517	1.4306517	1
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	D vitamin	0.2195005	0.2195005	2
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Tiamin	0.0558345	0.0558345	2
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Askorbinsy	11.810600	11.810600	0
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Niacinekvi	1.5659075	1.5659075	1
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Vitamin B6	0.0627198	0.0627198	2
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Enkelomät	2.6252862	2.6252862	1
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Fettsyra C	0.0538201	0.0538201	1
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Fettsyra C	0.0627902	0.0627902	1
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Fettsyra C	0.8283907	0.8283907	1
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Fettsyra C	0.2787885	0.2787885	1
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Fettsyra C	2.4648071	2.4648071	1
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Fettsyra C	0.0303925	0.0303925	1
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Fettsyra C	0.0303925	0.0303925	1
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Monosacke	0.9351565	0.9351565	1
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Energi (kJ)	438.39284	438.39284	0
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Energi (kcal)	104.77533	104.77533	0
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Aska	1.4854934	1.4854934	1
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Avfall	9.0283753	9.0283753	0

530 Grönsakssufflé (beräknat)	Fett	5.6212707	5.6212707	1
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Kalcium	44.614332	44.614332	0
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Kalium	193.16054	193.16054	0
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Magnesium	14.848135	14.848135	0
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Retinolekvi	114.40182	114.40182	0
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Retinol	81.901646	81.901646	0
530 Grönsakssufflé (beräknat)	D vitamin	0.5793583	0.5793583	2
530 Grönsakssufflé (beräknat)	E vitamin	1.1500141	1.1500141	2
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Tiamin	0.0769976	0.0769976	2
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Riboflavin	0.1492508	0.1492508	2
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Askorbinsy	4.3427901	4.3427901	0
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Vitamin B1	0.3815367	0.3815367	2
732 Fattiga riddare (beräknat)	Fleromätta	0.9944591	0.9944591	1
732 Fattiga riddare (beräknat)	Fettsyra C1	0.1908661	0.1908661	1
732 Fattiga riddare (beräknat)	Fettsyra C1	0.3306354	0.3306354	1
732 Fattiga riddare (beräknat)	Fettsyra C2	0.0253403	0.0253403	1
732 Fattiga riddare (beräknat)	Fettsyra C1	0.0731278	0.0731278	1
732 Fattiga riddare (beräknat)	Fettsyra C1	2.1480332	2.1480332	1
732 Fattiga riddare (beräknat)	Fettsyra C1	0.2476361	0.2476361	1
732 Fattiga riddare (beräknat)	Fettsyra C2	0.0115733	0.0115733	1
732 Fattiga riddare (beräknat)	Fettsyra C2	0.0115733	0.0115733	1
732 Fattiga riddare (beräknat)	Kolesterol	45.890695	45.890695	1
732 Fattiga riddare (beräknat)	Fibrer	1.5052950	1.5052950	1
732 Fattiga riddare (beräknat)	Kalium	163.38124	163.38124	0
732 Fattiga riddare (beräknat)	Natrium	213.73676	213.73676	0
732 Fattiga riddare (beräknat)	Selen	3.6308623	3.6308623	1
732 Fattiga riddare (beräknat)	Zink	0.5368759	0.5368759	2
732 Fattiga riddare (beräknat)	Retinolekvi	63.397314	63.397314	0
732 Fattiga riddare (beräknat)	D vitamin	0.4001512	0.4001512	2
732 Fattiga riddare (beräknat)	α-Tokofero	0.8928517	0.8928517	2
732 Fattiga riddare (beräknat)	Karoten	12.163388	12.163388	0
732 Fattiga riddare (beräknat)	Vitamin B6	0.1161800	0.1161800	2
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Fleromätta	3.2512774	3.2512774	1
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Fettsyra C1	0.0672322	0.0672322	1
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Fettsyra C1	1.3385326	1.3385326	1
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Fettsyra C1	0.5166858	0.5166858	1
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Fettsyra C2	0.0794562	0.0794562	1
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Fettsyra C1	2.2129917	2.2129917	1
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Fettsyra C1	1.0081167	1.0081167	1
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Fettsyra C2	0.0149622	0.0149622	1
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Fettsyra C2	0.0149622	0.0149622	1
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Disackarid	3.3985282	3.3985282	1
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Energi (kJ)	1036.1463	1036.1463	0
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Avfall	1.4962227	1.4962227	0
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Fibrer	0.7658362	0.7658362	1
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Fett	13.329829	13.329829	1
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Kalcium	147.01733	147.01733	0
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Natrium	353.73444	353.73444	0
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Zink	0.4791213	0.4791213	2
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Retinolekvi	150.55497	150.55497	0
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Karoten	14.233674	14.233674	0
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Tiamin	0.1416204	0.1416204	2
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Niacinekvi	2.5858738	2.5858738	1
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Vitamin B1	0.3886071	0.3886071	2
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Vitamin B6	0.0979047	0.0979047	2
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Folat	11.379972	11.379972	0

737 Våfflor frasvåfflor (beräknat)	Fleromätta	0.6466666	0.6466666	1
737 Våfflor frasvåfflor (beräknat)	Fettsyra C4	2.1761904	2.1761904	1
737 Våfflor frasvåfflor (beräknat)	Fettsyra C1	0.6857142	0.6857142	1
737 Våfflor frasvåfflor (beräknat)	Fettsyra C1	5.5171428	5.5171428	1
737 Våfflor frasvåfflor (beräknat)	Fettsyra C1	2.0752380	2.0752380	1
737 Våfflor frasvåfflor (beräknat)	Fettsyra C2	0.0380952	0.0380952	1
737 Våfflor frasvåfflor (beräknat)	Fettsyra C1	0.5266666	0.5266666	1
737 Våfflor frasvåfflor (beräknat)	Kolesterol	53.619047	53.619047	1
737 Våfflor frasvåfflor (beräknat)	Energi (kcal)	314.41904	314.41904	0
737 Våfflor frasvåfflor (beräknat)	Aska	0.4095238	0.4095238	1
737 Våfflor frasvåfflor (beräknat)	Protein	4.8790476	4.8790476	1
737 Våfflor frasvåfflor (beräknat)	Fosfor	71.276190	71.276190	0
737 Våfflor frasvåfflor (beräknat)	Järn	0.4866666	0.4866666	2
737 Våfflor frasvåfflor (beräknat)	Selen	1.6190476	1.6190476	1
737 Våfflor frasvåfflor (beräknat)	Retinolekvi	166.21904	166.21904	0
737 Våfflor frasvåfflor (beräknat)	Retinol	159.04761	159.04761	0
737 Våfflor frasvåfflor (beräknat)	E vitamin	0.5990476	0.5990476	2
737 Våfflor frasvåfflor (beräknat)	α-Tokofero	0.5995238	0.5995238	2
737 Våfflor frasvåfflor (beräknat)	Tiamin	0.1569142	0.1569142	2
737 Våfflor frasvåfflor (beräknat)	Askorbinsy	0.4571428	0.4571428	0
737 Våfflor frasvåfflor (beräknat)	Niacinekvi	2.3857142	2.3857142	1
737 Våfflor frasvåfflor (beräknat)	Vitamin B1	0.1298476	0.1298476	2
755 Smulpajdeg gräddad (beräknat)	Mättade fet	13.030588	13.030588	1
755 Smulpajdeg gräddad (beräknat)	Fettsyra C4	0.1960784	0.1960784	1
755 Smulpajdeg gräddad (beräknat)	Fettsyra C1	0.7450980	0.7450980	1
755 Smulpajdeg gräddad (beräknat)	Fettsyra C1	0.4705882	0.4705882	1
755 Smulpajdeg gräddad (beräknat)	Fettsyra C1	8.6290196	8.6290196	1
755 Smulpajdeg gräddad (beräknat)	Fettsyra C1	1.0243137	1.0243137	1
755 Smulpajdeg gräddad (beräknat)	Fettsyra C2	0.1490196	0.1490196	1
755 Smulpajdeg gräddad (beräknat)	Fettsyra C1	1.3521568	1.3521568	1
755 Smulpajdeg gräddad (beräknat)	Disackarid	14.555294	14.555294	1
755 Smulpajdeg gräddad (beräknat)	Energi (kcal)	484.33921	484.33921	0
755 Smulpajdeg gräddad (beräknat)	Aska	0.9019607	0.9019607	1
755 Smulpajdeg gräddad (beräknat)	Kolhydrat	48.188235	48.188235	1
755 Smulpajdeg gräddad (beräknat)	Protein	4.8250980	4.8250980	1
755 Smulpajdeg gräddad (beräknat)	Fibrer	1.2235294	1.2235294	1
755 Smulpajdeg gräddad (beräknat)	Fett	30.145882	30.145882	1
755 Smulpajdeg gräddad (beräknat)	Kalcium	11.792156	11.792156	0
755 Smulpajdeg gräddad (beräknat)	Kalium	64.556862	64.556862	0
755 Smulpajdeg gräddad (beräknat)	Retinolekvi	353.03529	353.03529	0
755 Smulpajdeg gräddad (beräknat)	Retinol	352.94117	352.94117	0
755 Smulpajdeg gräddad (beräknat)	D vitamin	2.9411764	2.9411764	2
755 Smulpajdeg gräddad (beräknat)	Karoten	0.7058823	0.7058823	0
755 Smulpajdeg gräddad (beräknat)	Tiamin	0.1801098	0.1801098	2
755 Smulpajdeg gräddad (beräknat)	Riboflavin	0.0670980	0.0670980	2
755 Smulpajdeg gräddad (beräknat)	Vitamin B1	0.0696156	0.0696156	2
755 Smulpajdeg gräddad (beräknat)	Folat	8.5098039	8.5098039	0
756 Köttfärspaj (beräknat)	Mättade fet	3.8804263	3.8804263	1
756 Köttfärspaj (beräknat)	Fleromätta	2.3304581	2.3304581	1
756 Köttfärspaj (beräknat)	Fettsyra C4	0.2371046	0.2371046	1
756 Köttfärspaj (beräknat)	Fettsyra C1	0.1050377	0.1050377	1
756 Köttfärspaj (beräknat)	Fettsyra C1	1.9283913	1.9283913	1
756 Köttfärspaj (beräknat)	Fettsyra C1	0.1385676	0.1385676	1
756 Köttfärspaj (beräknat)	Fettsyra C1	5.3966678	5.3966678	1
756 Köttfärspaj (beräknat)	Fettsyra C2	0.0140278	0.0140278	1
756 Köttfärspaj (beräknat)	Fettsyra C2	0.0075271	0.0075271	1

756 Köttfärs paj (beräknat)	Fettsyra C2	0.0006842	0.0006842	1
756 Köttfärs paj (beräknat)	Sackaros	0.1900087	0.1900087	1
756 Köttfärs paj (beräknat)	Vatten	64.157748	64.157748	1
756 Köttfärs paj (beräknat)	Avfall	2.6413390	2.6413390	0
756 Köttfärs paj (beräknat)	Protein	10.055076	10.055076	1
756 Köttfärs paj (beräknat)	Fosfor	96.742924	96.742924	0
756 Köttfärs paj (beräknat)	Natrium	496.47738	496.47738	0
756 Köttfärs paj (beräknat)	Selen	3.5983625	3.5983625	1
756 Köttfärs paj (beräknat)	Retinol	106.81684	106.81684	0
756 Köttfärs paj (beräknat)	D vitamin	0.8659623	0.8659623	2
756 Köttfärs paj (beräknat)	α-Tokofero	1.9540331	1.9540331	2
756 Köttfärs paj (beräknat)	Karoten	63.737699	63.737699	0
756 Köttfärs paj (beräknat)	Tiamin	0.0942052	0.0942052	2
756 Köttfärs paj (beräknat)	Askorbinsy	10.735529	10.735529	0
756 Köttfärs paj (beräknat)	Niacin	2.2770480	2.2770480	1
756 Köttfärs paj (beräknat)	Niacinekviv	4.1036537	4.1036537	1
756 Köttfärs paj (beräknat)	Vitamin B1	0.4026984	0.4026984	2
756 Köttfärs paj (beräknat)	Vitamin B6	0.2467847	0.2467847	2
756 Köttfärs paj (beräknat)	Folat	11.845823	11.845823	0
757 Kyckling paj (beräknat)	Mättade fet	2.2170683	2.2170683	1
757 Kyckling paj (beräknat)	Fettsyra C4	0.2536645	0.2536645	1
757 Kyckling paj (beräknat)	Fettsyra C1	0.2534763	0.2534763	1
757 Kyckling paj (beräknat)	Fettsyra C1	1.1421663	1.1421663	1
757 Kyckling paj (beräknat)	Fettsyra C1	0.1291158	0.1291158	1
757 Kyckling paj (beräknat)	Fettsyra C1	0.7715599	0.7715599	1
757 Kyckling paj (beräknat)	Fettsyra C1	0.2854559	0.2854559	1
757 Kyckling paj (beräknat)	Fettsyra C2	0.0040734	0.0040734	1
757 Kyckling paj (beräknat)	Fettsyra C2	0.0043326	0.0043326	1
757 Kyckling paj (beräknat)	Monosacke	1.0709767	1.0709767	1
757 Kyckling paj (beräknat)	Aska	1.5064033	1.5064033	1
757 Kyckling paj (beräknat)	Vatten	72.709705	72.709705	1
757 Kyckling paj (beräknat)	Avfall	3.4673661	3.4673661	0
757 Kyckling paj (beräknat)	Kolhydrat	7.0264064	7.0264064	1
757 Kyckling paj (beräknat)	Fibrer	0.7813855	0.7813855	1
757 Kyckling paj (beräknat)	Järn	0.5471871	0.5471871	2
757 Kyckling paj (beräknat)	Kalcium	32.688690	32.688690	0
757 Kyckling paj (beräknat)	Magnesium	20.029316	20.029316	0
757 Kyckling paj (beräknat)	Natrium	281.05770	281.05770	0
757 Kyckling paj (beräknat)	Selen	6.3694182	6.3694182	1
757 Kyckling paj (beräknat)	Zink	0.8103070	0.8103070	2
757 Kyckling paj (beräknat)	D vitamin	0.4895849	0.4895849	2
757 Kyckling paj (beräknat)	E vitamin	1.2732788	1.2732788	2
757 Kyckling paj (beräknat)	Karoten	42.480481	42.480481	0
757 Kyckling paj (beräknat)	Vitamin B6	0.2318821	0.2318821	2
757 Kyckling paj (beräknat)	Folat	19.587687	19.587687	0
770 Vol-au-vent m räkstuvning (beräknat)	Enkelomät	4.6689063	4.6689063	1
770 Vol-au-vent m räkstuvning (beräknat)	Fettsyra C4	0.5223463	0.5223463	1
770 Vol-au-vent m räkstuvning (beräknat)	Fettsyra C1	0.7502574	0.7502574	1
770 Vol-au-vent m räkstuvning (beräknat)	Fettsyra C2	0.0502695	0.0502695	1
770 Vol-au-vent m räkstuvning (beräknat)	Fettsyra C1	4.5905789	4.5905789	1
770 Vol-au-vent m räkstuvning (beräknat)	Fettsyra C1	1.2202564	1.2202564	1
770 Vol-au-vent m räkstuvning (beräknat)	Fettsyra C2	0.0242665	0.0242665	1
770 Vol-au-vent m räkstuvning (beräknat)	Fettsyra C2	0.0171292	0.0171292	1
770 Vol-au-vent m räkstuvning (beräknat)	Kolesterol	42.067923	42.067923	1
770 Vol-au-vent m räkstuvning (beräknat)	Disackarid	0.6932263	0.6932263	1
770 Vol-au-vent m räkstuvning (beräknat)	Sackaros	0.0461553	0.0461553	1

770 Vol-au-vent m räkstuvning (beräknat)	Energi (kJ)	896.68275; 896.68275;	0
770 Vol-au-vent m räkstuvning (beräknat)	Energi (kcal)	214.31610; 214.31610;	0
770 Vol-au-vent m räkstuvning (beräknat)	Avfall	3.3324707; 3.3324707;	0
770 Vol-au-vent m räkstuvning (beräknat)	Protein	6.1853563; 6.1853563;	1
770 Vol-au-vent m räkstuvning (beräknat)	Fibrer	0.6282657; 0.6282657;	1
770 Vol-au-vent m räkstuvning (beräknat)	Fett	12.989742; 12.989742;	1
770 Vol-au-vent m räkstuvning (beräknat)	Zink	0.4129526; 0.4129526;	2
770 Vol-au-vent m räkstuvning (beräknat)	Retinolekvi	139.34423; 139.34423;	0
770 Vol-au-vent m räkstuvning (beräknat)	D vitamin	0.9499937; 0.9499937;	2
770 Vol-au-vent m räkstuvning (beräknat)	Askorbinsy	0.3317081; 0.3317081;	0
770 Vol-au-vent m räkstuvning (beräknat)	Vitamin B6	0.0736816; 0.0736816;	2
770 Vol-au-vent m räkstuvning (beräknat)	Folat	5.8456436; 5.8456436;	0
796 Ost- o skinkpaj (beräknat)	Mättade fet	8.4515493; 8.4515493;	1
796 Ost- o skinkpaj (beräknat)	Enkelomät	6.3361307; 6.3361307;	1
796 Ost- o skinkpaj (beräknat)	Fettsyra C4	0.6685892; 0.6685892;	1
796 Ost- o skinkpaj (beräknat)	Fettsyra C2	0.0031432; 0.0031432;	1
796 Ost- o skinkpaj (beräknat)	Monosackar	0.3689948; 0.3689948;	1
796 Ost- o skinkpaj (beräknat)	Disackarid	1.8645808; 1.8645808;	1
796 Ost- o skinkpaj (beräknat)	Sackaros	0.1495897; 0.1495897;	1
796 Ost- o skinkpaj (beräknat)	Energi (kcal)	272.93805; 272.93805;	0
796 Ost- o skinkpaj (beräknat)	Kolhydrat	16.188989; 16.188989;	1
796 Ost- o skinkpaj (beräknat)	Fibrer	0.7344626; 0.7344626;	1
796 Ost- o skinkpaj (beräknat)	Kalcium	166.54875; 166.54875;	0
796 Ost- o skinkpaj (beräknat)	Magnesium	19.870950; 19.870950;	0
796 Ost- o skinkpaj (beräknat)	Retinol	192.96451; 192.96451;	0
796 Ost- o skinkpaj (beräknat)	E vitamin	1.7206967; 1.7206967;	2
796 Ost- o skinkpaj (beräknat)	Karoten	135.11416; 135.11416;	0
796 Ost- o skinkpaj (beräknat)	Tiamin	0.1455844; 0.1455844;	2
796 Ost- o skinkpaj (beräknat)	Vitamin B1	0.6317395; 0.6317395;	2
796 Ost- o skinkpaj (beräknat)	Vitamin B6	0.1455626; 0.1455626;	2
796 Ost- o skinkpaj (beräknat)	Folat	22.186738; 22.186738;	0
836 Apelsinris (beräknat)	Fleromätta	0.2301554; 0.2301554;	1
836 Apelsinris (beräknat)	Fettsyra C1	0.3535188; 0.3535188;	1
836 Apelsinris (beräknat)	Fettsyra C2	2.2675941; 2.2675941;	1
836 Apelsinris (beräknat)	Fettsyra C1	0.0615793; 0.0615793;	1
836 Apelsinris (beräknat)	Monosackar	2.7107201; 2.7107201;	1
836 Apelsinris (beräknat)	Sackaros	5.2990998; 5.2990998;	1
836 Apelsinris (beräknat)	Vatten	72.524795; 72.524795;	1
836 Apelsinris (beräknat)	Avfall	14.832242; 14.832242;	0
836 Apelsinris (beräknat)	Kolhydrat	14.603027; 14.603027;	1
836 Apelsinris (beräknat)	Fibrer	1.0260229; 1.0260229;	1
836 Apelsinris (beräknat)	Järn	0.1612111; 0.1612111;	2
836 Apelsinris (beräknat)	Kalcium	42.072013; 42.072013;	0
836 Apelsinris (beräknat)	Natrium	6.5891980; 6.5891980;	0
836 Apelsinris (beräknat)	Zink	0.2107201; 0.2107201;	2
836 Apelsinris (beräknat)	Karoten	64.607201; 64.607201;	0
836 Apelsinris (beräknat)	Askorbinsy	20.330400; 20.330400;	0
836 Apelsinris (beräknat)	Niacinekvi	0.4919394; 0.4919394;	1
836 Apelsinris (beräknat)	Vitamin B6	0.0516775; 0.0516775;	2
836 Apelsinris (beräknat)	Folat	17.823240; 17.823240;	0
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Mättade fet	2.3385331; 2.3385331;	1
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Fettsyra C4	0.0034982; 0.0034982;	1
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Fettsyra C1	0.0041279; 0.0041279;	1
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Fettsyra C2	0.0376415; 0.0376415;	1
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Fettsyra C1	0.2302151; 0.2302151;	1
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Fettsyra C1	1.2022764; 1.2022764;	1

1066	Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Fettsyra C1	0.4456394	0.4456394	1
1066	Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Fettsyra C2	0.0954331	0.0954331	1
1066	Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Fettsyra C2	0.0165258	0.0165258	1
1066	Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Energi (kcal)	193.22564	193.22564	0
1066	Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Aska	3.0321730	3.0321730	1
1066	Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Vatten	60.815506	60.815506	1
1066	Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Fosfor	167.18693	167.18693	0
1066	Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Kalium	320.88335	320.88335	0
1066	Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Magnesium	26.841077	26.841077	0
1066	Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Natrium	726.06949	726.06949	0
1066	Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Selen	12.597462	12.597462	1
1066	Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Zink	1.9419956	1.9419956	2
1066	Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Retinolekvi	72.354457	72.354457	0
1066	Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Retinol	71.734421	71.734421	0
1066	Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Karoten	7.3170117	7.3170117	0
1066	Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Tiamin	0.4601653	0.4601653	2
1066	Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Riboflavin	0.2357399	0.2357399	2
1066	Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Niacin	5.6334273	5.6334273	1
1069	Hargryta (beräknat)	Mättade fet	1.1057915	1.1057915	1
1069	Hargryta (beräknat)	Fettsyra C1	0.0591192	0.0591192	1
1069	Hargryta (beräknat)	Fettsyra C1	0.2412064	0.2412064	1
1069	Hargryta (beräknat)	Fettsyra C1	0.8593599	0.8593599	1
1069	Hargryta (beräknat)	Fettsyra C2	0.0354007	0.0354007	1
1069	Hargryta (beräknat)	Kolesterol	42.480883	42.480883	1
1069	Hargryta (beräknat)	Sackaros	0.3996176	0.3996176	1
1069	Hargryta (beräknat)	Energi (kJ)	485.17013	485.17013	0
1069	Hargryta (beräknat)	Energi (kcal)	115.97479	115.97479	0
1069	Hargryta (beräknat)	Aska	1.5470121	1.5470121	1
1069	Hargryta (beräknat)	Avfall	1.6355140	1.6355140	0
1069	Hargryta (beräknat)	Kolhydrat	2.9373760	2.9373760	1
1069	Hargryta (beräknat)	Protein	15.892141	15.892141	1
1069	Hargryta (beräknat)	Fibrer	0.8516001	0.8516001	1
1069	Hargryta (beräknat)	Fett	4.2771736	4.2771736	1
1069	Hargryta (beräknat)	Fosfor	171.84069	171.84069	0
1069	Hargryta (beräknat)	Kalium	335.92027	335.92027	0
1069	Hargryta (beräknat)	Magnesium	24.722883	24.722883	0
1069	Hargryta (beräknat)	Zink	0.8506088	0.8506088	2
1069	Hargryta (beräknat)	Retinolekvi	30.601529	30.601529	0
1069	Hargryta (beräknat)	Retinol	25.842537	25.842537	0
1069	Hargryta (beräknat)	E vitamin	0.7919357	0.7919357	2
1069	Hargryta (beräknat)	α-Tokofero	0.7919357	0.7919357	2
1069	Hargryta (beräknat)	Karoten	56.879779	56.879779	0
1069	Hargryta (beräknat)	Tiamin	0.1605426	0.1605426	2
1069	Hargryta (beräknat)	Riboflavin	0.2601939	0.2601939	2
1069	Hargryta (beräknat)	Askorbinsy	2.5577740	2.5577740	0
1069	Hargryta (beräknat)	Vitamin B1	0.4635593	0.4635593	2
1069	Hargryta (beräknat)	Vitamin B6	0.1466581	0.1466581	2
1072	Kalvläggsgröta typ Osso buco (beräknat)	Mättade fet	0.5956730	0.5956730	1
1072	Kalvläggsgröta typ Osso buco (beräknat)	Enkelomät	1.6922782	1.6922782	1
1072	Kalvläggsgröta typ Osso buco (beräknat)	Fettsyra C1	0.0332482	0.0332482	1
1072	Kalvläggsgröta typ Osso buco (beräknat)	Fettsyra C1	0.1686540	0.1686540	1
1072	Kalvläggsgröta typ Osso buco (beräknat)	Fettsyra C1	0.0510622	0.0510622	1
1072	Kalvläggsgröta typ Osso buco (beräknat)	Fettsyra C1	1.5850310	1.5850310	1
1072	Kalvläggsgröta typ Osso buco (beräknat)	Monosacke	1.4079293	1.4079293	1
1072	Kalvläggsgröta typ Osso buco (beräknat)	Disackarid	0.8032732	0.8032732	1
1072	Kalvläggsgröta typ Osso buco (beräknat)	Sackaros	0.7930013	0.7930013	1

1072 Kalvläggs gryta typ Osso buco (beräknat)	Energi (kJ)	355.24133	355.24133	0
1072 Kalvläggs gryta typ Osso buco (beräknat)	Energi (kcal)	84.930330	84.930330	0
1072 Kalvläggs gryta typ Osso buco (beräknat)	Kolhydrat	2.6290205	2.6290205	1
1072 Kalvläggs gryta typ Osso buco (beräknat)	Fibrer	1.0843700	1.0843700	1
1072 Kalvläggs gryta typ Osso buco (beräknat)	Fett	3.3007019	3.3007019	1
1072 Kalvläggs gryta typ Osso buco (beräknat)	Järn	1.2259561	1.2259561	2
1072 Kalvläggs gryta typ Osso buco (beräknat)	Selen	3.2574065	3.2574065	1
1072 Kalvläggs gryta typ Osso buco (beräknat)	Retinol	39.362531	39.362531	0
1072 Kalvläggs gryta typ Osso buco (beräknat)	D vitamin	0.3569398	0.3569398	2
1072 Kalvläggs gryta typ Osso buco (beräknat)	E vitamin	0.9653570	0.9653570	2
1072 Kalvläggs gryta typ Osso buco (beräknat)	α-Tokoferol	0.9646960	0.9646960	2
1072 Kalvläggs gryta typ Osso buco (beräknat)	Tiamin	0.0460683	0.0460683	2
1072 Kalvläggs gryta typ Osso buco (beräknat)	Niacin	3.4104940	3.4104940	1
1072 Kalvläggs gryta typ Osso buco (beräknat)	Niacinekviv	5.3423383	5.3423383	1
1072 Kalvläggs gryta typ Osso buco (beräknat)	Folat	10.337903	10.337903	0
1081 Renskavsgryta (beräknat)	Fettsyra C4	0.6783625	0.6783625	1
1081 Renskavsgryta (beräknat)	Fettsyra C11	1.2956140	1.2956140	1
1081 Renskavsgryta (beräknat)	Fettsyra C2	0.0194736	0.0194736	1
1081 Renskavsgryta (beräknat)	Fettsyra C10	0.4350877	0.4350877	1
1081 Renskavsgryta (beräknat)	Fettsyra C1	0.1970029	0.1970029	1
1081 Renskavsgryta (beräknat)	Fettsyra C2	0.0210526	0.0210526	1
1081 Renskavsgryta (beräknat)	Fettsyra C2	0.0070175	0.0070175	1
1081 Renskavsgryta (beräknat)	Fettsyra C2	0.0070175	0.0070175	1
1081 Renskavsgryta (beräknat)	Kolesterol	71.198830	71.198830	1
1081 Renskavsgryta (beräknat)	Disackarid	0.6828947	0.6828947	1
1081 Renskavsgryta (beräknat)	Aska	2.1137426	2.1137426	1
1081 Renskavsgryta (beräknat)	Vatten	67.709210	67.709210	1
1081 Renskavsgryta (beräknat)	Protein	14.459649	14.459649	1
1081 Renskavsgryta (beräknat)	Fibrer	0.8391812	0.8391812	1
1081 Renskavsgryta (beräknat)	Fosfor	161.42105	161.42105	0
1081 Renskavsgryta (beräknat)	Kalcium	22.641812	22.641812	0
1081 Renskavsgryta (beräknat)	Zink	3.7349415	3.7349415	2
1081 Renskavsgryta (beräknat)	Retinolekvi	106.79385	106.79385	0
1081 Renskavsgryta (beräknat)	Karoten	407.98976	407.98976	0
1081 Renskavsgryta (beräknat)	Niacinekviv	7.7024561	7.7024561	1
1081 Renskavsgryta (beräknat)	Vitamin B1	2.9099415	2.9099415	2
1081 Renskavsgryta (beräknat)	Folat	9.5482456	9.5482456	0
1082 Skinksås gris mjölk (beräknat)	Mättade fet	2.1608088	2.1608088	1
1082 Skinksås gris mjölk (beräknat)	Fettsyra C4	0.2712188	0.2712188	1
1082 Skinksås gris mjölk (beräknat)	Fettsyra C11	1.0222798	1.0222798	1
1082 Skinksås gris mjölk (beräknat)	Fettsyra C2	0.0308710	0.0308710	1
1082 Skinksås gris mjölk (beräknat)	Fettsyra C10	0.0745532	0.0745532	1
1082 Skinksås gris mjölk (beräknat)	Fettsyra C1	2.3525845	2.3525845	1
1082 Skinksås gris mjölk (beräknat)	Fettsyra C2	0.0027919	0.0027919	1
1082 Skinksås gris mjölk (beräknat)	Fettsyra C2	0.0027919	0.0027919	1
1082 Skinksås gris mjölk (beräknat)	Fettsyra C2	0.0027919	0.0027919	1
1082 Skinksås gris mjölk (beräknat)	Kolesterol	27.520740	27.520740	1
1082 Skinksås gris mjölk (beräknat)	Monosackarid	0.0077776	0.0077776	1
1082 Skinksås gris mjölk (beräknat)	Disackarid	3.8927010	3.8927010	1
1082 Skinksås gris mjölk (beräknat)	Sackaros	0.1663608	0.1663608	1
1082 Skinksås gris mjölk (beräknat)	Energi (kJ)	490.81517	490.81517	0
1082 Skinksås gris mjölk (beräknat)	Aska	2.7847000	2.7847000	1
1082 Skinksås gris mjölk (beräknat)	Vatten	75.309795	75.309795	1
1082 Skinksås gris mjölk (beräknat)	Kolhydrat	6.5662412	6.5662412	1
1082 Skinksås gris mjölk (beräknat)	Fibrer	0.1072112	0.1072112	1
1082 Skinksås gris mjölk (beräknat)	Fosfor	136.35090	136.35090	0

1082 Skinksås gris mjölk (beräknat)	Järn	0.3440890	0.3440890	2
1082 Skinksås gris mjölk (beräknat)	Kalcium	92.127074	92.127074	0
1082 Skinksås gris mjölk (beräknat)	Kalium	215.53964	215.53964	0
1082 Skinksås gris mjölk (beräknat)	Magnesium	16.343331	16.343331	0
1082 Skinksås gris mjölk (beräknat)	Zink	1.1218889	1.1218889	2
1082 Skinksås gris mjölk (beräknat)	D vitamin	0.4431238	0.4431238	2
1082 Skinksås gris mjölk (beräknat)	Niacin	1.1510449	1.1510449	1
1082 Skinksås gris mjölk (beräknat)	Niacinekviv	2.9746490	2.9746490	1
1085 Fläskköttgryta gris grönsaker (beräknat)	Fettsyra C1	0.8962147	0.8962147	1
1085 Fläskköttgryta gris grönsaker (beräknat)	Fettsyra C1	0.2817922	0.2817922	1
1085 Fläskköttgryta gris grönsaker (beräknat)	Monosackarid	2.3245870	2.3245870	1
1085 Fläskköttgryta gris grönsaker (beräknat)	Sackaros	0.3860695	0.3860695	1
1085 Fläskköttgryta gris grönsaker (beräknat)	Energi (kJ)	99.107281	99.107281	0
1085 Fläskköttgryta gris grönsaker (beräknat)	Aska	1.5576062	1.5576062	1
1085 Fläskköttgryta gris grönsaker (beräknat)	Vatten	79.695241	79.695241	1
1085 Fläskköttgryta gris grönsaker (beräknat)	Avfall	7.9976444	7.9976444	0
1085 Fläskköttgryta gris grönsaker (beräknat)	Fett	5.5531188	5.5531188	1
1085 Fläskköttgryta gris grönsaker (beräknat)	Fosfor	92.722285	92.722285	0
1085 Fläskköttgryta gris grönsaker (beräknat)	Kalcium	30.366599	30.366599	0
1085 Fläskköttgryta gris grönsaker (beräknat)	Kalium	343.83594	343.83594	0
1085 Fläskköttgryta gris grönsaker (beräknat)	Magnesium	19.584202	19.584202	0
1085 Fläskköttgryta gris grönsaker (beräknat)	Selen	4.1424652	4.1424652	1
1085 Fläskköttgryta gris grönsaker (beräknat)	Zink	1.1362484	1.1362484	2
1085 Fläskköttgryta gris grönsaker (beräknat)	E vitamin	1.0700474	1.0700474	2
1085 Fläskköttgryta gris grönsaker (beräknat)	α-Tokoferol	1.0700474	1.0700474	2
1085 Fläskköttgryta gris grönsaker (beräknat)	Karoten	143.28671	143.28671	0
1085 Fläskköttgryta gris grönsaker (beräknat)	Riboflavin	0.1224480	0.1224480	2
1085 Fläskköttgryta gris grönsaker (beräknat)	Niacinekviv	3.7528176	3.7528176	1
1085 Fläskköttgryta gris grönsaker (beräknat)	Vitamin B6	0.1320695	0.1320695	2
1121 Köttfärsås grisfärs (beräknat)	Fleromätta	1.7136369	1.7136369	1
1121 Köttfärsås grisfärs (beräknat)	Fettsyra C4	0.0047163	0.0047163	1
1121 Köttfärsås grisfärs (beräknat)	Fettsyra C1	0.0047163	0.0047163	1
1121 Köttfärsås grisfärs (beräknat)	Fettsyra C1	1.9891254	1.9891254	1
1121 Köttfärsås grisfärs (beräknat)	Fettsyra C1	1.1403988	1.1403988	1
1121 Köttfärsås grisfärs (beräknat)	Fettsyra C2	0.0415038	0.0415038	1
1121 Köttfärsås grisfärs (beräknat)	Fettsyra C1	0.2433634	0.2433634	1
1121 Köttfärsås grisfärs (beräknat)	Fettsyra C2	0.0188653	0.0188653	1
1121 Köttfärsås grisfärs (beräknat)	Fettsyra C2	0.0047163	0.0047163	1
1121 Köttfärsås grisfärs (beräknat)	Fettsyra C2	0.0188653	0.0188653	1
1121 Köttfärsås grisfärs (beräknat)	Fettsyra C2	0.0282980	0.0282980	1
1121 Köttfärsås grisfärs (beräknat)	Kolesterol	27.354803	27.354803	1
1121 Köttfärsås grisfärs (beräknat)	Disackarid	0.4827247	0.4827247	1
1121 Köttfärsås grisfärs (beräknat)	Sackaros	0.4537259	0.4537259	1
1121 Köttfärsås grisfärs (beräknat)	Energi (kJ)	590.25805	590.25805	0
1121 Köttfärsås grisfärs (beräknat)	Aska	1.8835736	1.8835736	1
1121 Köttfärsås grisfärs (beräknat)	Vatten	74.884301	74.884301	1
1121 Köttfärsås grisfärs (beräknat)	Avfall	1.7922112	1.7922112	0
1121 Köttfärsås grisfärs (beräknat)	Kolhydrat	3.3139199	3.3139199	1
1121 Köttfärsås grisfärs (beräknat)	Protein	8.7671877	8.7671877	1
1121 Köttfärsås grisfärs (beräknat)	Fibrer	0.9559358	0.9559358	1
1121 Köttfärsås grisfärs (beräknat)	Fosfor	104.32542	104.32542	0
1121 Köttfärsås grisfärs (beräknat)	Järn	0.6869828	0.6869828	2
1121 Köttfärsås grisfärs (beräknat)	Kalcium	20.437811	20.437811	0
1121 Köttfärsås grisfärs (beräknat)	Magnesium	18.873197	18.873197	0
1121 Köttfärsås grisfärs (beräknat)	Natrium	468.91483	468.91483	0
1121 Köttfärsås grisfärs (beräknat)	Selen	2.9167228	2.9167228	1

1121 Köttfärssås grisfärs (beräknat)	Zink	1.5185285	1.5185285	2
1121 Köttfärssås grisfärs (beräknat)	Karoten	54.363967	54.363967	0
1121 Köttfärssås grisfärs (beräknat)	Riboflavin	0.0902593	0.0902593	2
1121 Köttfärssås grisfärs (beräknat)	Askorbinsy	3.1617032	3.1617032	0
1121 Köttfärssås grisfärs (beräknat)	Niacin	2.1015361	2.1015361	1
1121 Köttfärssås grisfärs (beräknat)	Niacinekviv	3.6978843	3.6978843	1
1121 Köttfärssås grisfärs (beräknat)	Vitamin B1	0.2038682	0.2038682	2
1121 Köttfärssås grisfärs (beräknat)	Folat	9.0525535	9.0525535	0
1132 Köttfärssås älgfärs (beräknat)	Fettsyra C1	1.5780618	1.5780618	1
1132 Köttfärssås älgfärs (beräknat)	Fettsyra C1	0.6698888	0.6698888	1
1132 Köttfärssås älgfärs (beräknat)	Fettsyra C2	0.0585494	0.0585494	1
1132 Köttfärssås älgfärs (beräknat)	Fettsyra C2	0.0125463	0.0125463	1
1132 Köttfärssås älgfärs (beräknat)	Fettsyra C2	0.0209105	0.0209105	1
1132 Köttfärssås älgfärs (beräknat)	Disackarid	0.7124268	0.7124268	1
1132 Köttfärssås älgfärs (beräknat)	Sackaros	0.6867128	0.6867128	1
1132 Köttfärssås älgfärs (beräknat)	Energi (kJ)	361.44640	361.44640	0
1132 Köttfärssås älgfärs (beräknat)	Aska	1.8948500	1.8948500	1
1132 Köttfärssås älgfärs (beräknat)	Vatten	80.102330	80.102330	1
1132 Köttfärssås älgfärs (beräknat)	Avfall	1.5891982	1.5891982	0
1132 Köttfärssås älgfärs (beräknat)	Kolhydrat	3.4618950	3.4618950	1
1132 Köttfärssås älgfärs (beräknat)	Fosfor	111.50663	111.50663	0
1132 Köttfärssås älgfärs (beräknat)	Kalium	280.56267	280.56267	0
1132 Köttfärssås älgfärs (beräknat)	E vitamin	1.3321424	1.3321424	2
1132 Köttfärssås älgfärs (beräknat)	α-Tokofero	1.3321424	1.3321424	2
1132 Köttfärssås älgfärs (beräknat)	Karoten	94.806428	94.806428	0
1132 Köttfärssås älgfärs (beräknat)	Tiamin	0.0511174	0.0511174	2
1132 Köttfärssås älgfärs (beräknat)	Riboflavin	0.0806028	0.0806028	2
1132 Köttfärssås älgfärs (beräknat)	Askorbinsy	3.8520731	3.8520731	0
1132 Köttfärssås älgfärs (beräknat)	Niacin	2.6389652	2.6389652	1
1132 Köttfärssås älgfärs (beräknat)	Niacinekviv	4.4608674	4.4608674	1
1196 Kycklingfrikassé (beräknat)	Mättade fet	0.8546747	0.8546747	1
1196 Kycklingfrikassé (beräknat)	Fleromätta	0.6863313	0.6863313	1
1196 Kycklingfrikassé (beräknat)	Fettsyra C1	0.6044715	0.6044715	1
1196 Kycklingfrikassé (beräknat)	Fettsyra C1	1.4929369	1.4929369	1
1196 Kycklingfrikassé (beräknat)	Fettsyra C1	0.5044207	0.5044207	1
1196 Kycklingfrikassé (beräknat)	Fettsyra C1	0.1345528	0.1345528	1
1196 Kycklingfrikassé (beräknat)	Kolesterol	56.910569	56.910569	1
1196 Kycklingfrikassé (beräknat)	Disackarid	0.3816869	0.3816869	1
1196 Kycklingfrikassé (beräknat)	Energi (kcal)	124.58607	124.58607	0
1196 Kycklingfrikassé (beräknat)	Vatten	71.853780	71.853780	1
1196 Kycklingfrikassé (beräknat)	Kolhydrat	3.3420020	3.3420020	1
1196 Kycklingfrikassé (beräknat)	Protein	18.699593	18.699593	1
1196 Kycklingfrikassé (beräknat)	Järn	1.6372967	1.6372967	2
1196 Kycklingfrikassé (beräknat)	Kalcium	17.829268	17.829268	0
1196 Kycklingfrikassé (beräknat)	Kalium	234.47357	234.47357	0
1196 Kycklingfrikassé (beräknat)	Magnesium	24.478658	24.478658	0
1196 Kycklingfrikassé (beräknat)	α-Tokofero	1.2303506	1.2303506	2
1196 Kycklingfrikassé (beräknat)	Askorbinsy	1.7972560	1.7972560	0
1196 Kycklingfrikassé (beräknat)	Niacin	7.1800304	7.1800304	1
1196 Kycklingfrikassé (beräknat)	Niacinekviv	10.597662	10.597662	1
1196 Kycklingfrikassé (beräknat)	Vitamin B1	0.2148902	0.2148902	2
1196 Kycklingfrikassé (beräknat)	Vitamin B6	0.2036432	0.2036432	2
1197 Kycklinggryta m lök tomat champinjoner (be	Mättade fet	4.5858903	4.5858903	1
1197 Kycklinggryta m lök tomat champinjoner (be	Enkelomätt	6.9014183	6.9014183	1
1197 Kycklinggryta m lök tomat champinjoner (be	Fleromätta	2.0930286	2.0930286	1
1197 Kycklinggryta m lök tomat champinjoner (be	Fettsyra C1	0.1437092	0.1437092	1

1197	Kycklinggryta m lök tomat champinjoner (be Fettsyra C1	3.4228832	3.4228832	1	
1197	Kycklinggryta m lök tomat champinjoner (be Fettsyra C1	0.9538332	0.9538332	1	
1197	Kycklinggryta m lök tomat champinjoner (be Fettsyra C2	0.0653078	0.0653078	1	
1197	Kycklinggryta m lök tomat champinjoner (be Fettsyra C2	0.0783694	0.0783694	1	
1197	Kycklinggryta m lök tomat champinjoner (be Monosackar	0.0135185	0.0135185	1	
1197	Kycklinggryta m lök tomat champinjoner (be Sackaros	0.0024078	0.0024078	1	
1197	Kycklinggryta m lök tomat champinjoner (be Energi (kJ)	932.52902	932.52902	0	
1197	Kycklinggryta m lök tomat champinjoner (be Aska	1.1881835	1.1881835	1	
1197	Kycklinggryta m lök tomat champinjoner (be Avfall	71.854125	71.854125	0	
1197	Kycklinggryta m lök tomat champinjoner (be Kolhydrat	0.0321429	0.0321429	1	
1197	Kycklinggryta m lök tomat champinjoner (be Fett	14.377834	14.377834	1	
1197	Kycklinggryta m lök tomat champinjoner (be Fosfor	233.47415	233.47415	0	
1197	Kycklinggryta m lök tomat champinjoner (be Järn	1.5736490	1.5736490	2	
1197	Kycklinggryta m lök tomat champinjoner (be Kalium	317.23519	317.23519	0	
1197	Kycklinggryta m lök tomat champinjoner (be Magnesium	28.827692	28.827692	0	
1197	Kycklinggryta m lök tomat champinjoner (be Natrium	77.643071	77.643071	0	
1197	Kycklinggryta m lök tomat champinjoner (be Selen	13.068871	13.068871	1	
1197	Kycklinggryta m lök tomat champinjoner (be E vitamin	2.4218741	2.4218741	2	
1197	Kycklinggryta m lök tomat champinjoner (be α-Tokofero	2.4218741	2.4218741	2	
1197	Kycklinggryta m lök tomat champinjoner (be Tiamin	0.1374789	0.1374789	2	
1197	Kycklinggryta m lök tomat champinjoner (be Riboflavin	0.1990256	0.1990256	2	
1197	Kycklinggryta m lök tomat champinjoner (be Niacin	10.066815	10.066815	1	
1197	Kycklinggryta m lök tomat champinjoner (be Vitamin B1	0.3735802	0.3735802	2	
1198	Ostsufflé (beräknat)	Fleromätta	0.7895714	0.7895714	1
1198	Ostsufflé (beräknat)	Fettsyra C1	0.4077922	0.4077922	1
1198	Ostsufflé (beräknat)	Fettsyra C1	1.1281818	1.1281818	1
1198	Ostsufflé (beräknat)	Fettsyra C1	4.0241428	4.0241428	1
1198	Ostsufflé (beräknat)	Fettsyra C1	1.3660649	1.3660649	1
1198	Ostsufflé (beräknat)	Fettsyra C2	0.0275324	0.0275324	1
1198	Ostsufflé (beräknat)	Fettsyra C1	4.0291428	4.0291428	1
1198	Ostsufflé (beräknat)	Fettsyra C1	0.1429610	0.1429610	1
1198	Ostsufflé (beräknat)	Fettsyra C2	0.0374025	0.0374025	1
1198	Ostsufflé (beräknat)	Fettsyra C2	0.0374025	0.0374025	1
1198	Ostsufflé (beräknat)	Kolesterol	159.51948	159.51948	1
1198	Ostsufflé (beräknat)	Monosackar	0.0973636	0.0973636	1
1198	Ostsufflé (beräknat)	Disackarid	1.9280649	1.9280649	1
1198	Ostsufflé (beräknat)	Sackaros	0.0845844	0.0845844	1
1198	Ostsufflé (beräknat)	Energi (kcal)	219.86909	219.86909	0
1198	Ostsufflé (beräknat)	Aska	1.9364935	1.9364935	1
1198	Ostsufflé (beräknat)	Vatten	61.445064	61.445064	1
1198	Ostsufflé (beräknat)	Protein	14.415441	14.415441	1
1198	Ostsufflé (beräknat)	Fibrer	0.1264935	0.1264935	1
1198	Ostsufflé (beräknat)	Fett	14.923532	14.923532	1
1198	Ostsufflé (beräknat)	Fosfor	268.27883	268.27883	0
1198	Ostsufflé (beräknat)	Järn	0.7256233	0.7256233	2
1198	Ostsufflé (beräknat)	Zink	1.3159740	1.3159740	2
1198	Ostsufflé (beräknat)	Retinolekvi	171.00701	171.00701	0
1198	Ostsufflé (beräknat)	Tiamin	0.0558036	0.0558036	2
1198	Ostsufflé (beräknat)	Riboflavin	0.2652594	0.2652594	2
1198	Ostsufflé (beräknat)	Niacin	0.1904545	0.1904545	1
1198	Ostsufflé (beräknat)	Vitamin B1	0.9480444	0.9480444	2
1204	Kyckling m grönsaker sås mandel kinesisk r	Fleromätta	3.7887779	3.7887779	1
1204	Kyckling m grönsaker sås mandel kinesisk r	Fettsyra C1	5.8944150	5.8944150	1
1204	Kyckling m grönsaker sås mandel kinesisk r	Fettsyra C2	0.0373490	0.0373490	1
1204	Kyckling m grönsaker sås mandel kinesisk r	Fettsyra C2	0.0224094	0.0224094	1
1204	Kyckling m grönsaker sås mandel kinesisk r	Fettsyra C2	0.0224094	0.0224094	1

1204	Kyckling m grönsaker sås mandel kinesisk r	Kolesterol	56.023625	56.023625	1
1204	Kyckling m grönsaker sås mandel kinesisk r	Sackaros	0.6195431	0.6195431	1
1204	Kyckling m grönsaker sås mandel kinesisk r	Energi (kcal)	205.79379	205.79379	0
1204	Kyckling m grönsaker sås mandel kinesisk r	Aska	1.2220967	1.2220967	1
1204	Kyckling m grönsaker sås mandel kinesisk r	Vatten	64.863371	64.863371	1
1204	Kyckling m grönsaker sås mandel kinesisk r	Avfall	46.321549	46.321549	0
1204	Kyckling m grönsaker sås mandel kinesisk r	Fibrer	0.8539911	0.8539911	1
1204	Kyckling m grönsaker sås mandel kinesisk r	Järn	1.3456787	1.3456787	2
1204	Kyckling m grönsaker sås mandel kinesisk r	Magnesium	36.856075	36.856075	0
1204	Kyckling m grönsaker sås mandel kinesisk r	Selen	8.1386259	8.1386259	1
1204	Kyckling m grönsaker sås mandel kinesisk r	Zink	1.2965343	1.2965343	2
1204	Kyckling m grönsaker sås mandel kinesisk r	Retinol	68.583340	68.583340	0
1204	Kyckling m grönsaker sås mandel kinesisk r	Riboflavin	0.2081273	0.2081273	2
1204	Kyckling m grönsaker sås mandel kinesisk r	Niacin	6.6180839	6.6180839	1
1204	Kyckling m grönsaker sås mandel kinesisk r	Niacinekviv	9.4051506	9.4051506	1
1204	Kyckling m grönsaker sås mandel kinesisk r	Vitamin B6	0.2235994	0.2235994	2
1204	Kyckling m grönsaker sås mandel kinesisk r	Folat	20.741943	20.741943	0
1232	Äggakaka (beräknat)	Mättade fet	2.4359134	2.4359134	1
1232	Äggakaka (beräknat)	Enkelomät	3.0562543	3.0562543	1
1232	Äggakaka (beräknat)	Fettsyra C1	0.0722472	0.0722472	1
1232	Äggakaka (beräknat)	Fettsyra C2	2.8342583	2.8342583	1
1232	Äggakaka (beräknat)	Fettsyra C3	0.2177268	0.2177268	1
1232	Äggakaka (beräknat)	Fettsyra C4	0.0401957	0.0401957	1
1232	Äggakaka (beräknat)	Fettsyra C5	0.0401957	0.0401957	1
1232	Äggakaka (beräknat)	Kolesterol	146.24807	146.24807	1
1232	Äggakaka (beräknat)	Monosackar	0.1113263	0.1113263	1
1232	Äggakaka (beräknat)	Disackarid	3.3019933	3.3019933	1
1232	Äggakaka (beräknat)	Kolhydrat	10.897474	10.897474	1
1232	Äggakaka (beräknat)	Fibrer	0.2561492	0.2561492	1
1232	Äggakaka (beräknat)	Natrium	309.35929	309.35929	0
1232	Äggakaka (beräknat)	Zink	0.3834849	0.3834849	2
1232	Äggakaka (beräknat)	Retinol	104.12794	104.12794	0
1232	Äggakaka (beräknat)	D vitamin	0.6544941	0.6544941	2
1232	Äggakaka (beräknat)	Karoten	23.411382	23.411382	0
1232	Äggakaka (beräknat)	Tiamin	0.0856622	0.0856622	2
1234	Äggröra m mjöl (beräknat)	Mättade fet	2.6920485	2.6920485	1
1234	Äggröra m mjöl (beräknat)	Fettsyra C4	0.2154171	0.2154171	1
1234	Äggröra m mjöl (beräknat)	Fettsyra C1	0.0696937	0.0696937	1
1234	Äggröra m mjöl (beräknat)	Fettsyra C1	1.5757022	1.5757022	1
1234	Äggröra m mjöl (beräknat)	Fettsyra C1	0.5412777	0.5412777	1
1234	Äggröra m mjöl (beräknat)	Fettsyra C1	0.1970010	0.1970010	1
1234	Äggröra m mjöl (beräknat)	Fettsyra C1	0.8387856	0.8387856	1
1234	Äggröra m mjöl (beräknat)	Fettsyra C1	0.2718901	0.2718901	1
1234	Äggröra m mjöl (beräknat)	Aska	1.6282998	1.6282998	1
1234	Äggröra m mjöl (beräknat)	Vatten	75.955058	75.955058	1
1234	Äggröra m mjöl (beräknat)	Kolhydrat	5.8028088	5.8028088	1
1234	Äggröra m mjöl (beräknat)	Protein	7.8785533	7.8785533	1
1234	Äggröra m mjöl (beräknat)	Fibrer	0.0741288	0.0741288	1
1234	Äggröra m mjöl (beräknat)	Järn	0.9217845	0.9217845	2
1234	Äggröra m mjöl (beräknat)	Kalium	152.91414	152.91414	0
1234	Äggröra m mjöl (beräknat)	Magnesium	13.562196	13.562196	0
1234	Äggröra m mjöl (beräknat)	Natrium	390.17011	390.17011	0
1234	Äggröra m mjöl (beräknat)	Zink	0.3492080	0.3492080	2
1234	Äggröra m mjöl (beräknat)	Retinolekvi	131.15670	131.15670	0
1234	Äggröra m mjöl (beräknat)	Karoten	27.007919	27.007919	0
1234	Äggröra m mjöl (beräknat)	Tiamin	0.0574242	0.0574242	2

1234 Äggröra m mjöl (beräknat)	Niacinekviv	2.0821541	2.0821541	1
1234 Äggröra m mjöl (beräknat)	Vitamin B6	0.0757265	0.0757265	2
1409 Hummersås (beräknat)	Mättade fet	5.6989933	5.6989933	1
1409 Hummersås (beräknat)	Fettsyra C1	0.3083588	0.3083588	1
1409 Hummersås (beräknat)	Fettsyra C1	0.8284095	0.8284095	1
1409 Hummersås (beräknat)	Fettsyra C1	0.8568637	0.8568637	1
1409 Hummersås (beräknat)	Fettsyra C1	0.3859369	0.3859369	1
1409 Hummersås (beräknat)	Energi (kca	133.41525	133.41525	0
1409 Hummersås (beräknat)	Aska	1.8733576	1.8733576	1
1409 Hummersås (beräknat)	Vatten	76.770561	76.770561	1
1409 Hummersås (beräknat)	Fosfor	92.188651	92.188651	0
1409 Hummersås (beräknat)	Järn	0.4319588	0.4319588	2
1409 Hummersås (beräknat)	Kalcium	41.381105	41.381105	0
1409 Hummersås (beräknat)	Natrium	315.23719	315.23719	0
1409 Hummersås (beräknat)	Zink	1.4253672	1.4253672	2
1409 Hummersås (beräknat)	E vitamin	1.0211766	1.0211766	2
1409 Hummersås (beräknat)	α-Tokofero	1.0213526	1.0213526	2
1409 Hummersås (beräknat)	Riboflavin	0.0418225	0.0418225	2
1409 Hummersås (beräknat)	Niacin	0.8413541	0.8413541	1
1409 Hummersås (beräknat)	Niacinekviv	2.3695175	2.3695175	1
1409 Hummersås (beräknat)	Vitamin B1	0.2764870	0.2764870	2
1409 Hummersås (beräknat)	Vitamin B6	0.0394321	0.0394321	2
1412 Räksoppa (beräknat)	Mättade fet	2.0233666	2.0233666	1
1412 Räksoppa (beräknat)	Fettsyra C1	0.3184203	0.3184203	1
1412 Räksoppa (beräknat)	Fettsyra C1	0.0590799	0.0590799	1
1412 Räksoppa (beräknat)	Fettsyra C1	0.9163064	0.9163064	1
1412 Räksoppa (beräknat)	Fettsyra C1	0.1377950	0.1377950	1
1412 Räksoppa (beräknat)	Fettsyra C1	0.0496561	0.0496561	1
1412 Räksoppa (beräknat)	Fettsyra C2	0.0024509	0.0024509	1
1412 Räksoppa (beräknat)	Fettsyra C2	0.0024509	0.0024509	1
1412 Räksoppa (beräknat)	Fettsyra C2	0.0294113	0.0294113	1
1412 Räksoppa (beräknat)	Monosacke	0.3608829	0.3608829	1
1412 Räksoppa (beräknat)	Disackarid	0.3299949	0.3299949	1
1412 Räksoppa (beräknat)	Energi (kJ)	288.00575	288.00575	0
1412 Räksoppa (beräknat)	Energi (kca	68.826733	68.826733	0
1412 Räksoppa (beräknat)	Aska	1.8555781	1.8555781	1
1412 Räksoppa (beräknat)	Vatten	85.230495	85.230495	1
1412 Räksoppa (beräknat)	Protein	6.5507513	6.5507513	1
1412 Räksoppa (beräknat)	Fosfor	77.702363	77.702363	0
1412 Räksoppa (beräknat)	Magnesium	16.430446	16.430446	0
1412 Räksoppa (beräknat)	Natrium	428.86144	428.86144	0
1412 Räksoppa (beräknat)	Retinolekvi	38.328089	38.328089	0
1412 Räksoppa (beräknat)	Retinol	33.700464	33.700464	0
1412 Räksoppa (beräknat)	E vitamin	0.6261944	0.6261944	2
1412 Räksoppa (beräknat)	α-Tokofero	0.6262557	0.6262557	2
1412 Räksoppa (beräknat)	Tiamin	0.0213468	0.0213468	2
1412 Räksoppa (beräknat)	Vitamin B6	0.0447272	0.0447272	2
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Enkelomäti	2.0555891	2.0555891	1
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Fettsyra C1	0.0752799	0.0752799	1
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Fettsyra C1	0.7803803	0.7803803	1
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Fettsyra C2	0.0204727	0.0204727	1
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Fettsyra C1	1.9093655	1.9093655	1
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Fettsyra C2	0.0127954	0.0127954	1
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Fettsyra C2	0.0085303	0.0085303	1
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Monosacke	2.5448729	2.5448729	1
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Disackarid	0.9919033	0.9919033	1

1462 Hjärtgryta (beräknat)	Sackaros	0.9845388; 0.9845388;	1
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Avfall	16.278656; 16.278656;	0
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Kolhydrat	4.2838883; 4.2838883;	1
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Protein	7.7199928; 7.7199928;	1
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Fibrer	1.4245601; 1.4245601;	1
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Fosfor	91.189621; 91.189621;	0
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Järn	2.5132397; 2.5132397;	2
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Kalcium	20.799004; 20.799004;	0
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Kalium	230.75670; 230.75670;	0
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Magnesium	16.355429; 16.355429;	0
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Selen	3.9452639; 3.9452639;	1
1462 Hjärtgryta (beräknat)	D vitamin	0.5757952; 0.5757952;	2
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Tiamin	0.1206504; 0.1206504;	2
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Askorbinsy	6.6323085; 6.6323085;	0
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Niacinekviv	5.1761862; 5.1761862;	1
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Vitamin B1	2.7743380; 2.7743380;	2
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Vitamin B6	0.1143273; 0.1143273;	2
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Folat	30.022036; 30.022036;	0
1464 Kycklinglever stuvad (beräknat)	Mättade fet	2.7407538; 2.7407538;	1
1464 Kycklinglever stuvad (beräknat)	Fettsyra C4	0.0297547; 0.0297547;	1
1464 Kycklinglever stuvad (beräknat)	Fettsyra C1	0.1048379; 0.1048379;	1
1464 Kycklinglever stuvad (beräknat)	Fettsyra C1	1.7965028; 1.7965028;	1
1464 Kycklinglever stuvad (beräknat)	Fettsyra C1	0.0426695; 0.0426695;	1
1464 Kycklinglever stuvad (beräknat)	Fettsyra C2	2.5315716; 2.5315716;	1
1464 Kycklinglever stuvad (beräknat)	Fettsyra C1	0.8893629; 0.8893629;	1
1464 Kycklinglever stuvad (beräknat)	Fettsyra C1	0.2569923; 0.2569923;	1
1464 Kycklinglever stuvad (beräknat)	Fettsyra C2	0.0658402; 0.0658402;	1
1464 Kycklinglever stuvad (beräknat)	Fettsyra C2	0.0253231; 0.0253231;	1
1464 Kycklinglever stuvad (beräknat)	Kolesterol	223.02130; 223.02130;	1
1464 Kycklinglever stuvad (beräknat)	Disackarid	0.3801516; 0.3801516;	1
1464 Kycklinglever stuvad (beräknat)	Energi (kJ)	523.90141; 523.90141;	0
1464 Kycklinglever stuvad (beräknat)	Energi (kcal)	125.21936; 125.21936;	0
1464 Kycklinglever stuvad (beräknat)	Protein	11.214449; 11.214449;	1
1464 Kycklinglever stuvad (beräknat)	Fett	7.2830499; 7.2830499;	1
1464 Kycklinglever stuvad (beräknat)	Järn	3.8666227; 3.8666227;	2
1464 Kycklinglever stuvad (beräknat)	Kalcium	19.522657; 19.522657;	0
1464 Kycklinglever stuvad (beräknat)	E vitamin	1.7713316; 1.7713316;	2
1464 Kycklinglever stuvad (beräknat)	α-Tokofero	1.7713316; 1.7713316;	2
1464 Kycklinglever stuvad (beräknat)	Karoten	4.8455918; 4.8455918;	0
1464 Kycklinglever stuvad (beräknat)	Tiamin	0.2024245; 0.2024245;	2
1464 Kycklinglever stuvad (beräknat)	Askorbinsy	14.766710; 14.766710;	0
1464 Kycklinglever stuvad (beräknat)	Niacin	7.1888729; 7.1888729;	1
1464 Kycklinglever stuvad (beräknat)	Vitamin B1	10.540436; 10.540436;	2
1464 Kycklinglever stuvad (beräknat)	Folat	359.94352; 359.94352;	0
1466 Njurstuvning (beräknat)	Enkelomät	2.7645753; 2.7645753;	1
1466 Njurstuvning (beräknat)	Fettsyra C2	0.0387102; 0.0387102;	1
1466 Njurstuvning (beräknat)	Fettsyra C1	0.0527663; 0.0527663;	1
1466 Njurstuvning (beräknat)	Fettsyra C1	0.7641032; 0.7641032;	1
1466 Njurstuvning (beräknat)	Monosackar	0.2279894; 0.2279894;	1
1466 Njurstuvning (beräknat)	Disackarid	0.3551668; 0.3551668;	1
1466 Njurstuvning (beräknat)	Energi (kcal)	126.54239; 126.54239;	0
1466 Njurstuvning (beräknat)	Aska	1.9150970; 1.9150970;	1
1466 Njurstuvning (beräknat)	Kolhydrat	3.0924562; 3.0924562;	1
1466 Njurstuvning (beräknat)	Alkohol	0.3021290; 0.3021290;	1
1466 Njurstuvning (beräknat)	Fett	7.7093423; 7.7093423;	1
1466 Njurstuvning (beräknat)	Järn	3.2844970; 3.2844970;	2

1466 Njurstuvning (beräknat)	Magnesium	17.076901; 17.076901;	0
1466 Njurstuvning (beräknat)	Natrium	402.78218; 402.78218;	0
1466 Njurstuvning (beräknat)	Retinolekvi	90.548553; 90.548553;	0
1466 Njurstuvning (beräknat)	E vitamin	0.6452343; 0.6452343;	2
1466 Njurstuvning (beräknat)	α-Tokofero	0.6452343; 0.6452343;	2
1466 Njurstuvning (beräknat)	Karoten	26.491762; 26.491762;	0
1466 Njurstuvning (beräknat)	Tiamin	0.2531987; 0.2531987;	2
1466 Njurstuvning (beräknat)	Askorbinsy	8.5818816; 8.5818816;	0
1466 Njurstuvning (beräknat)	Vitamin B6	0.1559080; 0.1559080;	2
1639 Mördeg gräddad (beräknat)	Fleromätta	4.6084127; 4.6084127;	1
1639 Mördeg gräddad (beräknat)	Fettsyra C1	0.7874015; 0.7874015;	1
1639 Mördeg gräddad (beräknat)	Fettsyra C1	9.3176543; 9.3176543;	1
1639 Mördeg gräddad (beräknat)	Fettsyra C2	0.1574803; 0.1574803;	1
1639 Mördeg gräddad (beräknat)	Fettsyra C2	0.0008702; 0.0008702;	1
1639 Mördeg gräddad (beräknat)	Monosacke	0.0605055; 0.0605055;	1
1639 Mördeg gräddad (beräknat)	Sackaros	6.3108164; 6.3108164;	1
1639 Mördeg gräddad (beräknat)	Energi (kJ)	2044.6274; 2044.6274;	0
1639 Mördeg gräddad (beräknat)	Protein	5.5748031; 5.5748031;	1
1639 Mördeg gräddad (beräknat)	Fibrer	1.2929962; 1.2929962;	1
1639 Mördeg gräddad (beräknat)	Kalium	71.537505; 71.537505;	0
1639 Mördeg gräddad (beräknat)	Magnesium	13.767094; 13.767094;	0
1639 Mördeg gräddad (beräknat)	Natrium	250.78325; 250.78325;	0
1639 Mördeg gräddad (beräknat)	Zink	0.4326564; 0.4326564;	2
1639 Mördeg gräddad (beräknat)	Retinol	390.38541; 390.38541;	0
1639 Mördeg gräddad (beräknat)	D vitamin	3.2242022; 3.2242022;	2
1639 Mördeg gräddad (beräknat)	Tiamin	0.1948031; 0.1948031;	2
1639 Mördeg gräddad (beräknat)	Riboflavin	0.0801906; 0.0801906;	2
1639 Mördeg gräddad (beräknat)	Niacinekvi	2.9121425; 2.9121425;	1
1639 Mördeg gräddad (beräknat)	Vitamin B1	0.1524740; 0.1524740;	2
1639 Mördeg gräddad (beräknat)	Vitamin B6	0.1323249; 0.1323249;	2
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Fleromätta	0.6044429; 0.6044429;	1
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Fettsyra C1	1.4842617; 1.4842617;	1
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Fettsyra C1	1.8160116; 1.8160116;	1
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Fettsyra C2	0.0293233; 0.0293233;	1
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Fettsyra C1	0.2932501; 0.2932501;	1
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Fettsyra C1	0.0922932; 0.0922932;	1
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Fettsyra C2	0.0313738; 0.0313738;	1
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Fettsyra C2	0.0026144; 0.0026144;	1
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Fettsyra C2	0.0313738; 0.0313738;	1
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Kolesterol	152.76999; 152.76999;	1
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Monosacke	0.1467703; 0.1467703;	1
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Disackarid	43.698513; 43.698513;	1
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Sackaros	43.599982; 43.599982;	1
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Energi (kca	388.32262; 388.32262;	0
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Fett	16.776042; 16.776042;	1
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Järn	0.8303315; 0.8303315;	2
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Kalcium	117.88773; 117.88773;	0
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Magnesium	15.614832; 15.614832;	0
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Selen	6.4191729; 6.4191729;	1
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Zink	0.3065618; 0.3065618;	2
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Retinol	167.36500; 167.36500;	0
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	D vitamin	0.4617224; 0.4617224;	2
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Riboflavin	0.1022953; 0.1022953;	2
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Vitamin B1	0.3343410; 0.3343410;	2
1664 Ambrosiakaka (beräknat)	Mättade fet	1.9198312; 1.9198312;	1
1664 Ambrosiakaka (beräknat)	Fleromätta	4.9997606; 4.9997606;	1

1664 Ambrosiakaka (beräknat)	Fettsyra C1	1.1443750	1.1443750	1
1664 Ambrosiakaka (beräknat)	Fettsyra C1	0.4683385	0.4683385	1
1664 Ambrosiakaka (beräknat)	Fettsyra C1	0.0904405	0.0904405	1
1664 Ambrosiakaka (beräknat)	Fettsyra C1	9.3427069	9.3427069	1
1664 Ambrosiakaka (beräknat)	Fettsyra C1	1.6129398	1.6129398	1
1664 Ambrosiakaka (beräknat)	Kolesterol	56.578934	56.578934	1
1664 Ambrosiakaka (beräknat)	Monosackarid	0.2266167	0.2266167	1
1664 Ambrosiakaka (beräknat)	Disackarid	36.351265	36.351265	1
1664 Ambrosiakaka (beräknat)	Sackaros	35.980537	35.980537	1
1664 Ambrosiakaka (beräknat)	Energi (kJ)	1652.8340	1652.8340	0
1664 Ambrosiakaka (beräknat)	Aska	0.9115852	0.9115852	1
1664 Ambrosiakaka (beräknat)	Vatten	22.375772	22.375772	1
1664 Ambrosiakaka (beräknat)	Protein	4.2084948	4.2084948	1
1664 Ambrosiakaka (beräknat)	Fibrer	0.6291858	0.6291858	1
1664 Ambrosiakaka (beräknat)	Fett	17.713006	17.713006	1
1664 Ambrosiakaka (beräknat)	Fosfor	114.00237	114.00237	0
1664 Ambrosiakaka (beräknat)	Kalcium	88.861524	88.861524	0
1664 Ambrosiakaka (beräknat)	Kalium	57.329666	57.329666	0
1664 Ambrosiakaka (beräknat)	Natrium	216.94705	216.94705	0
1664 Ambrosiakaka (beräknat)	Selen	3.8615826	3.8615826	1
1664 Ambrosiakaka (beräknat)	Zink	0.2542011	0.2542011	2
1664 Ambrosiakaka (beräknat)	Retinol	207.25656	207.25656	0
1664 Ambrosiakaka (beräknat)	D vitamin	1.6864337	1.6864337	2
1664 Ambrosiakaka (beräknat)	Tiamin	0.1036552	0.1036552	2
1664 Ambrosiakaka (beräknat)	Askorbinsy	1.5339997	1.5339997	0
1664 Ambrosiakaka (beräknat)	Niacinekviv	1.7956381	1.7956381	1
1671 Toscakaka (beräknat)	Mättade fet	7.4255106	7.4255106	1
1671 Toscakaka (beräknat)	Enkelomät	7.6760756	7.6760756	1
1671 Toscakaka (beräknat)	Fleromätta	2.1901674	2.1901674	1
1671 Toscakaka (beräknat)	Fettsyra C1	0.3594585	0.3594585	1
1671 Toscakaka (beräknat)	Fettsyra C3	3.8807863	3.8807863	1
1671 Toscakaka (beräknat)	Fettsyra C1	1.0976663	1.0976663	1
1671 Toscakaka (beräknat)	Fettsyra C7	7.3974830	7.3974830	1
1671 Toscakaka (beräknat)	Fettsyra C1	1.9867301	1.9867301	1
1671 Toscakaka (beräknat)	Kolesterol	69.352533	69.352533	1
1671 Toscakaka (beräknat)	Monosackarid	3.6048301	3.6048301	1
1671 Toscakaka (beräknat)	Disackarid	29.141719	29.141719	1
1671 Toscakaka (beräknat)	Avfall	7.9681977	7.9681977	0
1671 Toscakaka (beräknat)	Protein	6.2554678	6.2554678	1
1671 Toscakaka (beräknat)	Fett	18.343958	18.343958	1
1671 Toscakaka (beräknat)	Kalcium	148.60750	148.60750	0
1671 Toscakaka (beräknat)	Magnesium	39.651407	39.651407	0
1671 Toscakaka (beräknat)	Natrium	225.45337	225.45337	0
1671 Toscakaka (beräknat)	Selen	3.8249427	3.8249427	1
1671 Toscakaka (beräknat)	Zink	0.6356720	0.6356720	2
1671 Toscakaka (beräknat)	Retinolekvi	134.89639	134.89639	0
1671 Toscakaka (beräknat)	Karoten	50.643316	50.643316	0
1671 Toscakaka (beräknat)	Tiamin	0.1117622	0.1117622	2
1671 Toscakaka (beräknat)	Askorbinsy	0.2724495	0.2724495	0
1671 Toscakaka (beräknat)	Niacin	1.1928774	1.1928774	1
1671 Toscakaka (beräknat)	Niacinekviv	2.3765287	2.3765287	1
1671 Toscakaka (beräknat)	Vitamin B6	0.0785754	0.0785754	2
1671 Toscakaka (beräknat)	Folat	15.438353	15.438353	0
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	Fettsyra C2	0.2851261	0.2851261	1
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	Fettsyra C1	0.1309818	0.1309818	1
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	Fettsyra C2	0.1449849	0.1449849	1

1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	Fettsyra C10	0.1515681	0.1515681	1
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	Fettsyra C11	11.497429	11.497429	1
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	Fettsyra C2	0.0022457	0.0022457	1
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	Kolesterol	101.54012	101.54012	1
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	Sackaros	35.601792	35.601792	1
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	Energi (kcal)	458.93270	458.93270	0
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	Vatten	17.341006	17.341006	1
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	Protein	5.5671697	5.5671697	1
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	Fibrer	0.3213998	0.3213998	1
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	Kalium	147.35790	147.35790	0
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	Natrium	183.22379	183.22379	0
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	Retinolekvi	216.84225	216.84225	0
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	D vitamin	1.5701531	1.5701531	2
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	Karoten	22.012836	22.012836	0
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	Tiamin	0.1013815	0.1013815	2
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	Riboflavin	0.1226950	0.1226950	2
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	Niacin	0.5498860	0.5498860	1
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	Niacinekvi	1.7130904	1.7130904	1
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	Enkelomäti	1.8569586	1.8569586	1
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	Fleromätta	0.5666854	0.5666854	1
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	Fettsyra C10	0.0123297	0.0123297	1
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	Fettsyra C10	0.8836328	0.8836328	1
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	Fettsyra C10	0.2642436	0.2642436	1
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	Fettsyra C11	1.6913530	1.6913530	1
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	Fettsyra C10	0.0253848	0.0253848	1
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	Fettsyra C2	0.0493190	0.0493190	1
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	Fettsyra C2	0.0041099	0.0041099	1
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	Fettsyra C2	0.0493190	0.0493190	1
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	Kolesterol	171.38367	171.38367	1
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	Sackaros	36.319203	36.319203	1
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	Energi (kJ)	1278.7357	1278.7357	0
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	Energi (kcal)	305.62656	305.62656	0
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	Kolhydrat	58.948343	58.948343	1
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	Protein	6.5700298	6.5700298	1
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	Fibrer	0.5449673	0.5449673	1
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	Fett	4.3395922	4.3395922	1
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	Järn	1.0053187	1.0053187	2
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	Kalcium	140.15230	140.15230	0
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	Retinolekvi	85.305020	85.305020	0
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	Retinol	83.842372	83.842372	0
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	E vitamin	0.7893464	0.7893464	2
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	α-Tokofero	0.7893464	0.7893464	2
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	Karoten	17.442984	17.442984	0
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	Niacin	0.4774760	0.4774760	1
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	Vitamin B6	0.0689197	0.0689197	2
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	Folat	18.504311	18.504311	0
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Fettsyra C2	0.0838284	0.0838284	1
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Fettsyra C10	0.1011612	0.1011612	1
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Fettsyra C11	1.5362804	1.5362804	1
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Fettsyra C2	0.0150891	0.0150891	1
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Fettsyra C2	0.0012574	0.0012574	1
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Fettsyra C2	0.0150891	0.0150891	1
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Kolesterol	54.900268	54.900268	1
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Disackarid	23.759091	23.759091	1
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Sackaros	22.281367	22.281367	1
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Energi (kcal)	354.56544	354.56544	0

1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Vatten	31.452636	31.452636	1
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Kolhydrat	40.689242	40.689242	1
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Protein	5.8760694	5.8760694	1
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Fibrer	2.2581301	2.2581301	1
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Fett	18.209275	18.209275	1
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Fosfor	186.24472	186.24472	0
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Järn	1.0700461	1.0700461	2
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Kalium	255.69848	255.69848	0
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Magnesium	35.848393	35.848393	0
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Selen	3.8930940	3.8930940	1
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Zink	0.6578071	0.6578071	2
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Retinolekvi	198.61559	198.61559	0
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	D vitamin	1.5678394	1.5678394	2
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	E vitamin	3.5921743	3.5921743	2
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	α-Tokofero	3.5921743	3.5921743	2
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Askorbinsy	0.2662787	0.2662787	0
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Vitamin B1	0.2769767	0.2769767	2
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Vitamin B6	0.0816921	0.0816921	2
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Folat	10.775043	10.775043	0
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Fettsyra C4	0.0745417	0.0745417	1
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Fettsyra C1	0.0241164	0.0241164	1
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Fettsyra C1	0.0892455	0.0892455	1
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Fettsyra C1	0.4480984	0.4480984	1
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Fettsyra C2	0.0898886	0.0898886	1
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Fettsyra C1	0.0931626	0.0931626	1
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Fettsyra C1	2.5668099	2.5668099	1
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Fettsyra C1	1.1916454	1.1916454	1
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Fettsyra C2	0.0014908	0.0014908	1
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Kolesterol	64.404104	64.404104	1
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Energi (kJ)	1423.6752	1423.6752	0
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Aska	1.5804320	1.5804320	1
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Vatten	31.101829	31.101829	1
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Avfall	1.7890028	1.7890028	0
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Protein	5.3338302	5.3338302	1
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Fett	14.266713	14.266713	1
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Fosfor	143.99061	143.99061	0
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Järn	2.5782688	2.5782688	2
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Magnesium	19.084159	19.084159	0
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Natrium	218.01353	218.01353	0
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Zink	0.3721242	0.3721242	2
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	D vitamin	1.3093045	1.3093045	2
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Karoten	9.7255108	9.7255108	0
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Askorbinsy	0.3157063	0.3157063	0
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Niacin	1.0545470	1.0545470	1
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Vitamin B1	0.2720088	0.2720088	2
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Vitamin B6	0.0883860	0.0883860	2
1687 Fruktkaka (beräknat)	Fleromätta	2.7925040	2.7925040	1
1687 Fruktkaka (beräknat)	Fettsyra C4	0.0931410	0.0931410	1
1687 Fruktkaka (beräknat)	Fettsyra C1	4.5995305	4.5995305	1
1687 Fruktkaka (beräknat)	Fettsyra C1	0.6351179	0.6351179	1
1687 Fruktkaka (beräknat)	Fettsyra C1	8.3579747	8.3579747	1
1687 Fruktkaka (beräknat)	Fettsyra C1	0.6710629	0.6710629	1
1687 Fruktkaka (beräknat)	Sackaros	15.675570	15.675570	1
1687 Fruktkaka (beräknat)	Energi (kcal)	389.68764	389.68764	0
1687 Fruktkaka (beräknat)	Protein	6.4178681	6.4178681	1
1687 Fruktkaka (beräknat)	Fibrer	3.1939942	3.1939942	1

1687 Fruktkaka (beräknat)	Natrium	184.91933	184.91933	0
1687 Fruktkaka (beräknat)	Selen	4.5348533	4.5348533	1
1687 Fruktkaka (beräknat)	Zink	0.5496814	0.5496814	2
1687 Fruktkaka (beräknat)	Retinol	198.66323	198.66323	0
1687 Fruktkaka (beräknat)	Tiamin	0.1270668	0.1270668	2
1687 Fruktkaka (beräknat)	Riboflavin	0.1540553	0.1540553	2
1687 Fruktkaka (beräknat)	Niacin	1.6772847	1.6772847	1
1687 Fruktkaka (beräknat)	Niacinekviv	2.8949368	2.8949368	1
1687 Fruktkaka (beräknat)	Vitamin B6	0.1100584	0.1100584	2
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Mättade fet	2.6749403	2.6749403	1
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Enkelomäti	2.6301946	2.6301946	1
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Fleromätta	0.6533446	0.6533446	1
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Fettsyra C1	1.3486817	1.3486817	1
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Fettsyra C1	0.1088377	0.1088377	1
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Fettsyra C2	2.4657471	2.4657471	1
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Fettsyra C1	0.5545488	0.5545488	1
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Fettsyra C2	0.0194790	0.0194790	1
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Fettsyra C2	0.0016232	0.0016232	1
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Fettsyra C2	0.0194790	0.0194790	1
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Kolesterol	77.768818	77.768818	1
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Monosacke	0.1328311	0.1328311	1
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Disackarid	10.101745	10.101745	1
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Sackaros	7.6963556	7.6963556	1
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Vatten	68.234045	68.234045	1
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Avfall	4.0167630	4.0167630	0
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Fett	6.5589093	6.5589093	1
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Fosfor	152.36645	152.36645	0
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Järn	0.6104715	0.6104715	2
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Kalium	134.28040	134.28040	0
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Retinolekvi	59.995225	59.995225	0
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	D vitamin	0.2495358	0.2495358	2
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	E vitamin	1.2028009	1.2028009	2
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Riboflavin	0.2119861	0.2119861	2
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Askorbinsy	0.0381942	0.0381942	0
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Niacinekviv	2.7538857	2.7538857	1
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Vitamin B6	0.0538703	0.0538703	2
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Folat	15.036178	15.036178	0
1783 Frusen cheesecake frusen ostkaka (beräknat)	Enkelomäti	5.4047382	5.4047382	1
1783 Frusen cheesecake frusen ostkaka (beräknat)	Fleromätta	0.7487303	0.7487303	1
1783 Frusen cheesecake frusen ostkaka (beräknat)	Fettsyra C1	1.6974738	1.6974738	1
1783 Frusen cheesecake frusen ostkaka (beräknat)	Fettsyra C1	5.2698298	5.2698298	1
1783 Frusen cheesecake frusen ostkaka (beräknat)	Fettsyra C1	1.9664397	1.9664397	1
1783 Frusen cheesecake frusen ostkaka (beräknat)	Fettsyra C2	0.0362565	0.0362565	1
1783 Frusen cheesecake frusen ostkaka (beräknat)	Fettsyra C2	0.0322382	0.0322382	1
1783 Frusen cheesecake frusen ostkaka (beräknat)	Fettsyra C2	0.0273298	0.0273298	1
1783 Frusen cheesecake frusen ostkaka (beräknat)	Disackarid	7.7738219	7.7738219	1
1783 Frusen cheesecake frusen ostkaka (beräknat)	Aska	0.7595549	0.7595549	1
1783 Frusen cheesecake frusen ostkaka (beräknat)	Vatten	60.505366	60.505366	1
1783 Frusen cheesecake frusen ostkaka (beräknat)	Avfall	4.6636125	4.6636125	0
1783 Frusen cheesecake frusen ostkaka (beräknat)	Fosfor	94.909685	94.909685	0
1783 Frusen cheesecake frusen ostkaka (beräknat)	Kalcium	69.485602	69.485602	0
1783 Frusen cheesecake frusen ostkaka (beräknat)	Magnesium	10.921465	10.921465	0
1783 Frusen cheesecake frusen ostkaka (beräknat)	Natrium	155.87434	155.87434	0
1783 Frusen cheesecake frusen ostkaka (beräknat)	Selen	6.9582460	6.9582460	1
1783 Frusen cheesecake frusen ostkaka (beräknat)	Zink	0.2797120	0.2797120	2
1783 Frusen cheesecake frusen ostkaka (beräknat)	D vitamin	0.4500654	0.4500654	2

1783	Frusen cheesecake frusen ostkaka (beräkn:	Riboflavin	0.1735732	0.1735732	2
1783	Frusen cheesecake frusen ostkaka (beräkn:	Askorbinsy	5.3697643	5.3697643	0
1783	Frusen cheesecake frusen ostkaka (beräkn:	Niacinekviv	1.5194371	1.5194371	1
1783	Frusen cheesecake frusen ostkaka (beräkn:	Vitamin B1	0.4473952	0.4473952	2
1783	Frusen cheesecake frusen ostkaka (beräkn:	Vitamin B6	0.0716492	0.0716492	2
1783	Frusen cheesecake frusen ostkaka (beräkn:	Folat	18.657068	18.657068	0
1784	Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv	Enkelomät	8.1634226	8.1634226	1
1784	Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv	Fleromätta	2.9087456	2.9087456	1
1784	Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv	Fettsyra C4	1.6485345	1.6485345	1
1784	Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv	Fettsyra C1	0.4403441	0.4403441	1
1784	Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv	Fettsyra C1	4.4340001	4.4340001	1
1784	Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv	Fettsyra C1	1.6031548	1.6031548	1
1784	Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv	Fettsyra C7	7.5568753	7.5568753	1
1784	Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv	Fettsyra C1	1.8813541	1.8813541	1
1784	Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv	Fettsyra C2	0.0300191	0.0300191	1
1784	Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv	Fettsyra C2	0.0103753	0.0103753	1
1784	Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv	Fettsyra C2	0.0165213	0.0165213	1
1784	Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv	Kolesterol	98.849985	98.849985	1
1784	Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv	Sackaros	16.859505	16.859505	1
1784	Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv	Energi (kcal)	307.58208	307.58208	0
1784	Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv	Avfall	1.6521340	1.6521340	0
1784	Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv	Kolhydrat	20.999739	20.999739	1
1784	Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv	Protein	5.0516966	5.0516966	1
1784	Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv	Fibrer	0.1842903	0.1842903	1
1784	Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv	Fosfor	83.276642	83.276642	0
1784	Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv	Kalcium	61.225242	61.225242	0
1784	Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv	Magnesium	7.5133403	7.5133403	0
1784	Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv	Selen	4.9378650	4.9378650	1
1784	Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv	Zink	0.3967461	0.3967461	2
1784	Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv	D vitamin	0.9238812	0.9238812	2
1784	Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv	E vitamin	2.2820325	2.2820325	2
1784	Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv	Askorbinsy	2.6158788	2.6158788	0
1784	Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv	Niacin	0.1180609	0.1180609	1
1784	Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv	Vitamin B1	0.3403387	0.3403387	2
1784	Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv	Vitamin B6	0.0460320	0.0460320	2
1784	Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv	Folat	15.662428	15.662428	0
1786	Äppelsmulpaj (beräknat)	Fettsyra C4	0.0675219	0.0675219	1
1786	Äppelsmulpaj (beräknat)	Fettsyra C1	3.0507765	3.0507765	1
1786	Äppelsmulpaj (beräknat)	Fettsyra C1	0.3572923	0.3572923	1
1786	Äppelsmulpaj (beräknat)	Fettsyra C1	0.0209655	0.0209655	1
1786	Äppelsmulpaj (beräknat)	Fettsyra C1	4.5693787	4.5693787	1
1786	Äppelsmulpaj (beräknat)	Fettsyra C1	0.4739365	0.4739365	1
1786	Äppelsmulpaj (beräknat)	Disackarid	11.500270	11.500270	1
1786	Äppelsmulpaj (beräknat)	Sackaros	11.295543	11.295543	1
1786	Äppelsmulpaj (beräknat)	Vatten	52.588386	52.588386	1
1786	Äppelsmulpaj (beräknat)	Protein	2.3275489	2.3275489	1
1786	Äppelsmulpaj (beräknat)	Fett	10.881701	10.881701	1
1786	Äppelsmulpaj (beräknat)	Fosfor	50.846049	50.846049	0
1786	Äppelsmulpaj (beräknat)	Kalium	121.95138	121.95138	0
1786	Äppelsmulpaj (beräknat)	Magnesium	14.575286	14.575286	0
1786	Äppelsmulpaj (beräknat)	Selen	0.3747467	0.3747467	1
1786	Äppelsmulpaj (beräknat)	Zink	0.3241053	0.3241053	2
1786	Äppelsmulpaj (beräknat)	E vitamin	1.6290006	1.6290006	2
1786	Äppelsmulpaj (beräknat)	α-Tokofero	1.6290006	1.6290006	2
1786	Äppelsmulpaj (beräknat)	Riboflavin	0.0318247	0.0318247	2
1786	Äppelsmulpaj (beräknat)	Askorbinsy	2.8467251	2.8467251	0

1786 Äppelsmulpaj (beräknat)	Niacin	0.6114112 0.6114112	1
1788 Katrinplommonsufflé (beräknat)	Enkelomät	0.0223338 0.0223338	1
1788 Katrinplommonsufflé (beräknat)	Fettsyra C	0.0614182 0.0614182	1
1788 Katrinplommonsufflé (beräknat)	Fettsyra C	0.0223338 0.0223338	1
1788 Katrinplommonsufflé (beräknat)	Fettsyra C	0.0837520 0.0837520	1
1788 Katrinplommonsufflé (beräknat)	Monosacke	16.357342 16.357342	1
1788 Katrinplommonsufflé (beräknat)	Disackarid	17.364600 17.364600	1
1788 Katrinplommonsufflé (beräknat)	Sackaros	17.364600 17.364600	1
1788 Katrinplommonsufflé (beräknat)	Energi (kJ)	878.27024 878.27024	0
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	D vitamin	1.3093045 1.3093045	2
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Karoten	9.7255108 9.7255108	0
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Askorbinsy	0.3157063 0.3157063	0
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Niacin	1.0545470 1.0545470	1
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Vitamin B1	0.2720088 0.2720088	2
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Vitamin B6	0.0883860 0.0883860	2
1687 Fruktkaka (beräknat)	Fleromätta	2.7925040 2.7925040	1
1687 Fruktkaka (beräknat)	Fettsyra C	0.0931410 0.0931410	1
1687 Fruktkaka (beräknat)	Fettsyra C	4.5995305 4.5995305	1
1687 Fruktkaka (beräknat)	Fettsyra C	0.6351179 0.6351179	1
1687 Fruktkaka (beräknat)	Fettsyra C	8.3579747 8.3579747	1
1687 Fruktkaka (beräknat)	Fettsyra C	0.6710629 0.6710629	1
1687 Fruktkaka (beräknat)	Sackaros	15.675570 15.675570	1
1687 Fruktkaka (beräknat)	Energi (kca	389.68764 389.68764	0
1687 Fruktkaka (beräknat)	Protein	6.4178681 6.4178681	1
1687 Fruktkaka (beräknat)	Fibrer	3.1939942 3.1939942	1
1687 Fruktkaka (beräknat)	Natrium	184.91933 184.91933	0
1687 Fruktkaka (beräknat)	Selen	4.5348533 4.5348533	1
1687 Fruktkaka (beräknat)	Zink	0.5496814 0.5496814	2
1687 Fruktkaka (beräknat)	Retinol	198.66323 198.66323	0
1687 Fruktkaka (beräknat)	Tiamin	0.1270668 0.1270668	2
1687 Fruktkaka (beräknat)	Riboflavin	0.1540553 0.1540553	2
1687 Fruktkaka (beräknat)	Niacin	1.6772847 1.6772847	1
1687 Fruktkaka (beräknat)	Niacinekviv	2.8949368 2.8949368	1
1687 Fruktkaka (beräknat)	Vitamin B6	0.1100584 0.1100584	2
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Mättade fet	2.6749403 2.6749403	1
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Enkelomät	2.6301946 2.6301946	1
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Fleromätta	0.6533446 0.6533446	1
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Fettsyra C	1.3486817 1.3486817	1
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Fettsyra C	0.1088377 0.1088377	1
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Fettsyra C	2.4657471 2.4657471	1
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Fettsyra C	0.5545488 0.5545488	1
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Fettsyra C	0.0194790 0.0194790	1
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Fettsyra C	0.0016232 0.0016232	1
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Fettsyra C	0.0194790 0.0194790	1
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Kolesterol	77.768818 77.768818	1
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Monosacke	0.1328311 0.1328311	1
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Disackarid	10.101745 10.101745	1
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Sackaros	7.6963556 7.6963556	1
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Vatten	68.234045 68.234045	1
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Avfall	4.0167630 4.0167630	0
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Fett	6.5589093 6.5589093	1
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Fosfor	152.36645 152.36645	0
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Järn	0.6104715 0.6104715	2
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Kalium	134.28040 134.28040	0
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Retinolekvi	59.995225 59.995225	0
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	D vitamin	0.2495358 0.2495358	2

1760 Ostkaka färskost (beräknat)	E vitamin	1.2028009	1.2028009	2
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Riboflavin	0.2119861	0.2119861	2
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Askorbinsy	0.0381942	0.0381942	0
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Niacinekviv	2.7538857	2.7538857	1
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Vitamin B6	0.0538703	0.0538703	2
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Folat	15.036178	15.036178	0
1783 Frusen cheesecake frusen ostkaka (beräkn: Enkelomät)	5.4047382	5.4047382	1	
1783 Frusen cheesecake frusen ostkaka (beräkn: Fleromätta	0.7487303	0.7487303	1	
1783 Frusen cheesecake frusen ostkaka (beräkn: Fettsyra C1	1.6974738	1.6974738	1	
1783 Frusen cheesecake frusen ostkaka (beräkn: Fettsyra C1	5.2698298	5.2698298	1	
1783 Frusen cheesecake frusen ostkaka (beräkn: Fettsyra C1	1.9664397	1.9664397	1	
1783 Frusen cheesecake frusen ostkaka (beräkn: Fettsyra C2	0.0362565	0.0362565	1	
1783 Frusen cheesecake frusen ostkaka (beräkn: Fettsyra C2	0.0322382	0.0322382	1	
1783 Frusen cheesecake frusen ostkaka (beräkn: Fettsyra C2	0.0273298	0.0273298	1	
1783 Frusen cheesecake frusen ostkaka (beräkn: Disackarid	7.7738219	7.7738219	1	
1783 Frusen cheesecake frusen ostkaka (beräkn: Aska	0.7595549	0.7595549	1	
1783 Frusen cheesecake frusen ostkaka (beräkn: Vatten	60.505366	60.505366	1	
1783 Frusen cheesecake frusen ostkaka (beräkn: Avfall	4.6636125	4.6636125	0	
1783 Frusen cheesecake frusen ostkaka (beräkn: Fosfor	94.909685	94.909685	0	
1783 Frusen cheesecake frusen ostkaka (beräkn: Kalcium	69.485602	69.485602	0	
1783 Frusen cheesecake frusen ostkaka (beräkn: Magnesium	10.921465	10.921465	0	
1783 Frusen cheesecake frusen ostkaka (beräkn: Natrium	155.87434	155.87434	0	
1783 Frusen cheesecake frusen ostkaka (beräkn: Selen	6.9582460	6.9582460	1	
1783 Frusen cheesecake frusen ostkaka (beräkn: Zink	0.2797120	0.2797120	2	
1783 Frusen cheesecake frusen ostkaka (beräkn: D vitamin	0.4500654	0.4500654	2	
1783 Frusen cheesecake frusen ostkaka (beräkn: Riboflavin	0.1735732	0.1735732	2	
1783 Frusen cheesecake frusen ostkaka (beräkn: Askorbinsy	5.3697643	5.3697643	0	
1783 Frusen cheesecake frusen ostkaka (beräkn: Niacinekviv	1.5194371	1.5194371	1	
1783 Frusen cheesecake frusen ostkaka (beräkn: Vitamin B1	0.4473952	0.4473952	2	
1783 Frusen cheesecake frusen ostkaka (beräkn: Vitamin B6	0.0716492	0.0716492	2	
1783 Frusen cheesecake frusen ostkaka (beräkn: Folat	18.657068	18.657068	0	
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv Enkelomät	8.1634226	8.1634226	1	
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv Fleromätta	2.9087456	2.9087456	1	
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv Fettsyra C4	1.6485345	1.6485345	1	
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv Fettsyra C1	0.4403441	0.4403441	1	
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv Fettsyra C1	4.4340001	4.4340001	1	
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv Fettsyra C1	1.6031548	1.6031548	1	
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv Fettsyra C1	7.5568753	7.5568753	1	
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv Fettsyra C1	1.8813541	1.8813541	1	
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv Fettsyra C2	0.0300191	0.0300191	1	
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv Fettsyra C2	0.0103753	0.0103753	1	
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv Fettsyra C2	0.0165213	0.0165213	1	
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv Kolesterol	98.849985	98.849985	1	
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv Sackaros	16.859505	16.859505	1	
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv Energi (kca	307.58208	307.58208	0	
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv Avfall	1.6521340	1.6521340	0	
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv Kolhydrat	20.999739	20.999739	1	
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv Protein	5.0516966	5.0516966	1	
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv Fibrer	0.1842903	0.1842903	1	
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv Fosfor	83.276642	83.276642	0	
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv Kalcium	61.225242	61.225242	0	
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv Magnesium	7.5133403	7.5133403	0	
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv Selen	4.9378650	4.9378650	1	
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv Zink	0.3967461	0.3967461	2	
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv D vitamin	0.9238812	0.9238812	2	
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv E vitamin	2.2820325	2.2820325	2	

1784	Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv	Askorbinsy	2.6158788	2.6158788	0
1784	Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv	Niacin	0.1180609	0.1180609	1
1784	Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv	Vitamin B1	0.3403387	0.3403387	2
1784	Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv	Vitamin B6	0.0460320	0.0460320	2
1784	Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv	Folat	15.662428	15.662428	0
1786	Äppelsmulpaj (beräknat)	Fettsyra C4	0.0675219	0.0675219	1
1786	Äppelsmulpaj (beräknat)	Fettsyra C1	3.0507765	3.0507765	1
1786	Äppelsmulpaj (beräknat)	Fettsyra C1	0.3572923	0.3572923	1
1786	Äppelsmulpaj (beräknat)	Fettsyra C1	0.0209655	0.0209655	1
1786	Äppelsmulpaj (beräknat)	Fettsyra C4	4.5693787	4.5693787	1
1786	Äppelsmulpaj (beräknat)	Fettsyra C1	0.4739365	0.4739365	1
1786	Äppelsmulpaj (beräknat)	Disackarid	11.500270	11.500270	1
1786	Äppelsmulpaj (beräknat)	Sackaros	11.295543	11.295543	1
1786	Äppelsmulpaj (beräknat)	Vatten	52.588386	52.588386	1
1786	Äppelsmulpaj (beräknat)	Protein	2.3275489	2.3275489	1
1786	Äppelsmulpaj (beräknat)	Fett	10.881701	10.881701	1
1786	Äppelsmulpaj (beräknat)	Fosfor	50.846049	50.846049	0
1786	Äppelsmulpaj (beräknat)	Kalium	121.95138	121.95138	0
1786	Äppelsmulpaj (beräknat)	Magnesium	14.575286	14.575286	0
1786	Äppelsmulpaj (beräknat)	Selen	0.3747467	0.3747467	1
1786	Äppelsmulpaj (beräknat)	Zink	0.3241053	0.3241053	2
1786	Äppelsmulpaj (beräknat)	E vitamin	1.6290006	1.6290006	2
1786	Äppelsmulpaj (beräknat)	α-Tokofero	1.6290006	1.6290006	2
1786	Äppelsmulpaj (beräknat)	Riboflavin	0.0318247	0.0318247	2
1786	Äppelsmulpaj (beräknat)	Askorbinsy	2.8467251	2.8467251	0
1786	Äppelsmulpaj (beräknat)	Niacin	0.6114112	0.6114112	1
1788	Katrinplommonsufflé (beräknat)	Enkelomät	0.0223338	0.0223338	1
1788	Katrinplommonsufflé (beräknat)	Fettsyra C1	0.0614182	0.0614182	1
1788	Katrinplommonsufflé (beräknat)	Fettsyra C1	0.0223338	0.0223338	1
1788	Katrinplommonsufflé (beräknat)	Fettsyra C1	0.0837520	0.0837520	1
1788	Katrinplommonsufflé (beräknat)	Monosacke	16.357342	16.357342	1
1788	Katrinplommonsufflé (beräknat)	Disackarid	17.364600	17.364600	1
1788	Katrinplommonsufflé (beräknat)	Sackaros	17.364600	17.364600	1
1788	Katrinplommonsufflé (beräknat)	Energi (kJ)	878.27024	878.27024	0

Nr	Livsmedelsnamn
2210	Donsbach Aloe Vera Juice
2214	Sasco Aloe Vera Juice
2216	Aloe vera juice med grönt te
2217	Aloe Berry nectar
2218	Aloe vera naturell

Version 070625

Livsmedel med näringsvärdesförändring och annan ändring t ex klassificering

757	Kycklingpaj (beräknat)	Mättade fet	2,2	2,2
757	Kycklingpaj (beräknat)	Fettsyra C4	0,3	0,3
757	Kycklingpaj (beräknat)	Fettsyra C1	0,3	0,3
757	Kycklingpaj (beräknat)	Fettsyra C1	1,1	1,1
757	Kycklingpaj (beräknat)	Fettsyra C1	0,1	0,1
757	Kycklingpaj (beräknat)	Fettsyra C1	0,8	0,8
757	Kycklingpaj (beräknat)	Fettsyra C1	0,3	0,3
757	Kycklingpaj (beräknat)	Fettsyra C2	0	0
757	Kycklingpaj (beräknat)	Fettsyra C2	0	0
757	Kycklingpaj (beräknat)	Monosacke	1,1	1,1
757	Kycklingpaj (beräknat)	Aska	1,5	1,5
757	Kycklingpaj (beräknat)	Vatten	72,7	72,7

757 Kycklingpaj (beräknat)	Avfall	3	3
757 Kycklingpaj (beräknat)	Kolhydrat	7	7
757 Kycklingpaj (beräknat)	Fibrer	0,8	0,8
757 Kycklingpaj (beräknat)	Järn	0,55	0,55
757 Kycklingpaj (beräknat)	Kalcium	33	33
757 Kycklingpaj (beräknat)	Magnesium	20	20
757 Kycklingpaj (beräknat)	Natrium	281	281
757 Kycklingpaj (beräknat)	Selen	6,4	6,4
757 Kycklingpaj (beräknat)	Zink	0,81	0,81
757 Kycklingpaj (beräknat)	Retinolekvi	61	61
757 Kycklingpaj (beräknat)	D vitamin	0,49	0,49
757 Kycklingpaj (beräknat)	E vitamin	1,27	1,27
757 Kycklingpaj (beräknat)	Karoten	43	43
757 Kycklingpaj (beräknat)	Vitamin B6	0,23	0,23
757 Kycklingpaj (beräknat)	Folat	20	20
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Enkelomätt	3,9	3,9
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Fleromätt	2	2
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Fettsyra C1	0	0
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Fettsyra C1	0,6	0,6
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Fettsyra C2	0	0
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Fettsyra C1	3,7	3,7
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Fettsyra C1	1,3	1,3
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Fettsyra C2	0	0
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Fettsyra C2	0	0
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Fettsyra C2	0	0
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Fettsyra C2	0,1	0,1
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Sackaros	0	0
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Energi (kcal)	191	191
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Avfall	53	53
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Fett	7,6	7,6
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Järn	0,57	0,57
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Kalcium	64	64
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Kalium	549	549
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Natrium	694	694
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Selen	24,4	24,4
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Zink	1,01	1,01
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Retinolekvi	85	85
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Retinol	84	84
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	E vitamin	2,07	2,07
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	α-Tokofero	2,07	2,07
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Karoten	4	4
1326 Sik panerad stekt (beräknat)	Mättade fet	0,9	0,9
1326 Sik panerad stekt (beräknat)	Fettsyra C1	0	0
1326 Sik panerad stekt (beräknat)	Fettsyra C1	0	0
1326 Sik panerad stekt (beräknat)	Fettsyra C2	0	0
1326 Sik panerad stekt (beräknat)	Fettsyra C2	0	0
1326 Sik panerad stekt (beräknat)	Fettsyra C2	0	0
1326 Sik panerad stekt (beräknat)	Fettsyra C2	0,1	0,1
1326 Sik panerad stekt (beräknat)	Monosackar	0,1	0,1
1326 Sik panerad stekt (beräknat)	Disackarid	0,2	0,2
1326 Sik panerad stekt (beräknat)	Sackaros	0	0
1326 Sik panerad stekt (beräknat)	Energi (kJ)	667	667
1326 Sik panerad stekt (beräknat)	Aska	2,6	2,6
1326 Sik panerad stekt (beräknat)	Vatten	65,7	65,7
1326 Sik panerad stekt (beräknat)	Avfall	37	37
1326 Sik panerad stekt (beräknat)	Protein	20,3	20,3

1326	Sik panerad stekt (beräknat)	Fett	6,5	6,5
1326	Sik panerad stekt (beräknat)	Kalcium	20	20
1326	Sik panerad stekt (beräknat)	Kalium	462	462
1326	Sik panerad stekt (beräknat)	Magnesium	31	31
1326	Sik panerad stekt (beräknat)	Retinolekvi	68	68
1326	Sik panerad stekt (beräknat)	Karoten	3	3
1326	Sik panerad stekt (beräknat)	Riboflavin	0,08	0,08
1326	Sik panerad stekt (beräknat)	Niacinekviv	9,4	9,4
1326	Sik panerad stekt (beräknat)	Vitamin B1	2,55	2,55
1326	Sik panerad stekt (beräknat)	Vitamin B6	0,38	0,38
1326	Sik panerad stekt (beräknat)	Folat	13	13
2087	Crème Fraiche Smaksatt Blue cheese Frans	Enkelomätt	3,3	3,3
2087	Crème Fraiche Smaksatt Blue cheese Frans	Fleromätta	0,4	0,4
2087	Crème Fraiche Smaksatt Blue cheese Frans	Fettsyra C4	1,4	1,4
2087	Crème Fraiche Smaksatt Blue cheese Frans	Fettsyra C1	1,4	1,4
2087	Crème Fraiche Smaksatt Blue cheese Frans	Fettsyra C1	3,7	3,7
2087	Crème Fraiche Smaksatt Blue cheese Frans	Fettsyra C1	1,3	1,3
2087	Crème Fraiche Smaksatt Blue cheese Frans	Fettsyra C2	0	0
2087	Crème Fraiche Smaksatt Blue cheese Frans	Fettsyra C1	0,2	0,2
2087	Crème Fraiche Smaksatt Blue cheese Frans	Fettsyra C1	0,1	0,1
2087	Crème Fraiche Smaksatt Blue cheese Frans	Fettsyra C2	0	0
2087	Crème Fraiche Smaksatt Blue cheese Frans	Monosackarid	0,9	0,9
2087	Crème Fraiche Smaksatt Blue cheese Frans	Disackarid	3,8	3,8
2087	Crème Fraiche Smaksatt Blue cheese Frans	Sackaros	1,4	1,4
2087	Crème Fraiche Smaksatt Blue cheese Frans	Energi (kJ)	687	687
2087	Crème Fraiche Smaksatt Blue cheese Frans	Aska	2,8	2,8
2087	Crème Fraiche Smaksatt Blue cheese Frans	Kolhydrat	6,1	6,1
2087	Crème Fraiche Smaksatt Blue cheese Frans	Protein	5,5	5,5
2087	Crème Fraiche Smaksatt Blue cheese Frans	Fett	13,2	13,2
2087	Crème Fraiche Smaksatt Blue cheese Frans	Magnesium	20	20
2087	Crème Fraiche Smaksatt Blue cheese Frans	Natrium	806	806
2087	Crème Fraiche Smaksatt Blue cheese Frans	Selen	1,7	1,7
2087	Crème Fraiche Smaksatt Blue cheese Frans	Zink	0,79	0,79
2087	Crème Fraiche Smaksatt Blue cheese Frans	Retinolekvi	126	126
2087	Crème Fraiche Smaksatt Blue cheese Frans	D vitamin	0,13	0,13
2087	Crème Fraiche Smaksatt Blue cheese Frans	E vitamin	0,54	0,54
2087	Crème Fraiche Smaksatt Blue cheese Frans	α-Tokofero	0,53	0,53
2087	Crème Fraiche Smaksatt Blue cheese Frans	Karoten	208	208
2087	Crème Fraiche Smaksatt Blue cheese Frans	Tiamin	0,05	0,05
2087	Crème Fraiche Smaksatt Blue cheese Frans	Riboflavin	0,16	0,16
2087	Crème Fraiche Smaksatt Blue cheese Frans	Askorbinsy	1	1
2087	Crème Fraiche Smaksatt Blue cheese Frans	Niacin	0,2	0,2
2087	Crème Fraiche Smaksatt Blue cheese Frans	Niacinekviv	1,5	1,5
2087	Crème Fraiche Smaksatt Blue cheese Frans	Vitamin B6	0,06	0,06
2087	Crème Fraiche Smaksatt Blue cheese Frans	Folat	13	13
2093	Kreolsk festgryta (beräknat)	Enkelomätt	8,6	8,6
2093	Kreolsk festgryta (beräknat)	Fleromätta	1,3	1,3
2093	Kreolsk festgryta (beräknat)	Fettsyra C4	1,3	1,3
2093	Kreolsk festgryta (beräknat)	Fettsyra C1	1,3	1,3
2093	Kreolsk festgryta (beräknat)	Fettsyra C2	0	0
2093	Kreolsk festgryta (beräknat)	Fettsyra C2	0	0
2093	Kreolsk festgryta (beräknat)	Kolesterol	72,1	72,1
2093	Kreolsk festgryta (beräknat)	Disackarid	2,2	2,2
2093	Kreolsk festgryta (beräknat)	Energi (kca	282	282
2093	Kreolsk festgryta (beräknat)	Kolhydrat	5,1	5,1
2093	Kreolsk festgryta (beräknat)	Protein	16,1	16,1

2093 Kreolsk festgryta (beräknat)	Fosfor	190	190
2093 Kreolsk festgryta (beräknat)	Natrium	1 044	1 044
2093 Kreolsk festgryta (beräknat)	Zink	1,68	1,68
2093 Kreolsk festgryta (beräknat)	Retinolekvi	107	107
2093 Kreolsk festgryta (beräknat)	Retinol	101	101
2093 Kreolsk festgryta (beräknat)	E vitamin	0,54	0,54
2093 Kreolsk festgryta (beräknat)	Tiamin	0,37	0,37
2093 Kreolsk festgryta (beräknat)	Niacin	5,6	5,6
2093 Kreolsk festgryta (beräknat)	Niacinekvi	8,6	8,6
2093 Kreolsk festgryta (beräknat)	Vitamin B1	0,49	0,49

Version 070914

Nr	Namn	Ämne	Gammalt	Nytt	Decimaler
54	Grönsaksmajonnäs (beräknat)	Fettsyra C4	0.1482683	0.1482683	1
54	Grönsaksmajonnäs (beräknat)	Fettsyra C1	0.0465367	0.0465367	1
54	Grönsaksmajonnäs (beräknat)	Fettsyra C1	0.1385281	0.1385281	1
54	Grönsaksmajonnäs (beräknat)	Fettsyra C1	0.3173593	0.3173593	1
54	Grönsaksmajonnäs (beräknat)	Fettsyra C2	0.0270562	0.0270562	1
54	Grönsaksmajonnäs (beräknat)	Fettsyra C1	1.8951082	1.8951082	1
54	Grönsaksmajonnäs (beräknat)	Fettsyra C1	0.6336580	0.6336580	1
54	Grönsaksmajonnäs (beräknat)	Kolesterol	16.785714	16.785714	1
54	Grönsaksmajonnäs (beräknat)	Disackarid	2.5982683	2.5982683	1
54	Grönsaksmajonnäs (beräknat)	Energi (kcal)	126.42640	126.42640	0
54	Grönsaksmajonnäs (beräknat)	Aska	0.7058441	0.7058441	1
54	Grönsaksmajonnäs (beräknat)	Vatten	79.049783	79.049783	1
54	Grönsaksmajonnäs (beräknat)	Avfall	1.8181818	1.8181818	0
54	Grönsaksmajonnäs (beräknat)	Kolhydrat	6.5230519	6.5230519	1
54	Grönsaksmajonnäs (beräknat)	Fett	10.124350	10.124350	1
54	Grönsaksmajonnäs (beräknat)	Fosfor	37.635281	37.635281	0
54	Grönsaksmajonnäs (beräknat)	Järn	0.4653679	0.4653679	2
54	Grönsaksmajonnäs (beräknat)	Natrium	190.39502	190.39502	0
54	Grönsaksmajonnäs (beräknat)	Retinol	27.067099	27.067099	0
54	Grönsaksmajonnäs (beräknat)	D vitamin	0.0086580	0.0086580	2
54	Grönsaksmajonnäs (beräknat)	α-Tokofero	0.7096103	0.7096103	2
54	Grönsaksmajonnäs (beräknat)	Riboflavin	0.0493398	0.0493398	2
54	Grönsaksmajonnäs (beräknat)	Vitamin B6	0.0683982	0.0683982	2
154	Filbunke m vispgrädde ca 6% fett (beräknat)	Enkelomät	2.0355056	2.0355056	1
154	Filbunke m vispgrädde ca 6% fett (beräknat)	Fettsyra C4	0.9341011	0.9341011	1
154	Filbunke m vispgrädde ca 6% fett (beräknat)	Fettsyra C1	0.2967977	0.2967977	1
154	Filbunke m vispgrädde ca 6% fett (beräknat)	Fettsyra C1	0.8747752	0.8747752	1
154	Filbunke m vispgrädde ca 6% fett (beräknat)	Fettsyra C1	2.3473595	2.3473595	1
154	Filbunke m vispgrädde ca 6% fett (beräknat)	Fettsyra C2	0.0198314	0.0198314	1
154	Filbunke m vispgrädde ca 6% fett (beräknat)	Fettsyra C1	1.8234831	1.8234831	1
154	Filbunke m vispgrädde ca 6% fett (beräknat)	Disackarid	3.9685393	3.9685393	1
154	Filbunke m vispgrädde ca 6% fett (beräknat)	Sackaros	0.0561797	0.0561797	1
154	Filbunke m vispgrädde ca 6% fett (beräknat)	Energi (kJ)	436.42808	436.42808	0
154	Filbunke m vispgrädde ca 6% fett (beräknat)	Protein	3.2303932	3.2303932	1
154	Filbunke m vispgrädde ca 6% fett (beräknat)	Fett	8.1966292	8.1966292	1
154	Filbunke m vispgrädde ca 6% fett (beräknat)	Järn	0.0610674	0.0610674	2
154	Filbunke m vispgrädde ca 6% fett (beräknat)	Kalcium	107.01123	107.01123	0
154	Filbunke m vispgrädde ca 6% fett (beräknat)	Kalium	149.64044	149.64044	0
154	Filbunke m vispgrädde ca 6% fett (beräknat)	Magnesium	11.157303	11.157303	0
154	Filbunke m vispgrädde ca 6% fett (beräknat)	Selen	1.5471910	1.5471910	1
154	Filbunke m vispgrädde ca 6% fett (beräknat)	Tiamin	0.0385955	0.0385955	2
154	Filbunke m vispgrädde ca 6% fett (beräknat)	Niacin	0.0742134	0.0742134	1
155	Filbunke 3% fett (beräknat)	Fettsyra C1	0.0432679	0.0432679	1

155 Filbunke 3% fett (beräknat)	Kolesterol	10.134640	10.134640	1
155 Filbunke 3% fett (beräknat)	Disackarid	4.1267973	4.1267973	1
155 Filbunke 3% fett (beräknat)	Fosfor	91.326797	91.326797	0
155 Filbunke 3% fett (beräknat)	Kalcium	112.73202	112.73202	0
155 Filbunke 3% fett (beräknat)	Selen	1.5712418	1.5712418	1
155 Filbunke 3% fett (beräknat)	Retinolekv	25.448366	25.448366	0
155 Filbunke 3% fett (beräknat)	Retinol	24.346405	24.346405	0
155 Filbunke 3% fett (beräknat)	Niacin	0.0798039	0.0798039	1
155 Filbunke 3% fett (beräknat)	Niacinekv	0.8698039	0.8698039	1
155 Filbunke 3% fett (beräknat)	Vitamin B1	0.3124836	0.3124836	2
155 Filbunke 3% fett (beräknat)	Vitamin B6	0.0452875	0.0452875	2
155 Filbunke 3% fett (beräknat)	Folat	9.1738562	9.1738562	0
186 Grahamsscones (beräknat)	Mättade fet	2.0006514	2.0006514	1
186 Grahamsscones (beräknat)	Enkelomät	7.7684039	7.7684039	1
186 Grahamsscones (beräknat)	Fleromätta	4.3022801	4.3022801	1
186 Grahamsscones (beräknat)	Fettsyra C	0.0358306	0.0358306	1
186 Grahamsscones (beräknat)	Fettsyra C	0.1205211	0.1205211	1
186 Grahamsscones (beräknat)	Fettsyra C	1.0703583	1.0703583	1
186 Grahamsscones (beräknat)	Fettsyra C	0.4195439	0.4195439	1
186 Grahamsscones (beräknat)	Fettsyra C	0.1009771	0.1009771	1
186 Grahamsscones (beräknat)	Fettsyra C	0.0472312	0.0472312	1
186 Grahamsscones (beräknat)	Disackarid	1.9508143	1.9508143	1
186 Grahamsscones (beräknat)	Sackaros	0.2123778	0.2123778	1
186 Grahamsscones (beräknat)	Energi (kca	318.26492	318.26492	0
186 Grahamsscones (beräknat)	Aska	2.8735070	2.8735070	1
186 Grahamsscones (beräknat)	Vatten	34.601520	34.601520	1
186 Grahamsscones (beräknat)	Kolhydrat	37.428555	37.428555	1
186 Grahamsscones (beräknat)	Protein	6.4015200	6.4015200	1
186 Grahamsscones (beräknat)	Fibrer	3.6382193	3.6382193	1
186 Grahamsscones (beräknat)	Fosfor	336.42128	336.42128	0
186 Grahamsscones (beräknat)	Kalcium	297.82193	297.82193	0
186 Grahamsscones (beräknat)	Natrium	668.60152	668.60152	0
186 Grahamsscones (beräknat)	Zink	0.9915309	0.9915309	2
186 Grahamsscones (beräknat)	Retinol	154.39739	154.39739	0
186 Grahamsscones (beräknat)	E vitamin	3.3462540	3.3462540	2
186 Grahamsscones (beräknat)	α-Tokofero	3.3462540	3.3462540	2
186 Grahamsscones (beräknat)	Karoten	4.9511400	4.9511400	0
186 Grahamsscones (beräknat)	Riboflavin	0.1145114	0.1145114	2
186 Grahamsscones (beräknat)	Askorbinsy	0.3127035	0.3127035	0
186 Grahamsscones (beräknat)	Niacinekv	3.2304017	3.2304017	1
205 Vitt bröd vete scones (beräknat)	Mättade fet	1.6546498	1.6546498	1
205 Vitt bröd vete scones (beräknat)	Enkelomät	5.5337543	5.5337543	1
205 Vitt bröd vete scones (beräknat)	Fleromätta	3.0985074	3.0985074	1
205 Vitt bröd vete scones (beräknat)	Fettsyra C	0.0378874	0.0378874	1
205 Vitt bröd vete scones (beräknat)	Fettsyra C	0.8606199	0.8606199	1
205 Vitt bröd vete scones (beräknat)	Fettsyra C	0.0723306	0.0723306	1
205 Vitt bröd vete scones (beräknat)	Fettsyra C	0.0384615	0.0384615	1
205 Vitt bröd vete scones (beräknat)	Fettsyra C	5.3284730	5.3284730	1
205 Vitt bröd vete scones (beräknat)	Fettsyra C	2.1625717	2.1625717	1
205 Vitt bröd vete scones (beräknat)	Fettsyra C	0.9474167	0.9474167	1
205 Vitt bröd vete scones (beräknat)	Kolesterol	3.4787600	3.4787600	1
205 Vitt bröd vete scones (beräknat)	Monosack	0.0416762	0.0416762	1
205 Vitt bröd vete scones (beräknat)	Disackarid	2.2840413	2.2840413	1
205 Vitt bröd vete scones (beräknat)	Sackaros	0.1391504	0.1391504	1
205 Vitt bröd vete scones (beräknat)	Aska	2.6710677	2.6710677	1
205 Vitt bröd vete scones (beräknat)	Kolhydrat	42.978185	42.978185	1

205 Vitt bröd vete scones (beräknat)	Protein	6.8043628	6.8043628	1
205 Vitt bröd vete scones (beräknat)	Fibrer	1.4443168	1.4443168	1
205 Vitt bröd vete scones (beräknat)	Fosfor	290.87026	290.87026	0
205 Vitt bröd vete scones (beräknat)	Kalcium	309.80252	309.80252	0
205 Vitt bröd vete scones (beräknat)	Magnesium	18.435132	18.435132	0
205 Vitt bröd vete scones (beräknat)	Natrium	672.07118	672.07118	0
205 Vitt bröd vete scones (beräknat)	Zink	0.6351320	0.6351320	2
205 Vitt bröd vete scones (beräknat)	Retinol	111.59586	111.59586	0
205 Vitt bröd vete scones (beräknat)	D vitamin	0.8679678	0.8679678	2
205 Vitt bröd vete scones (beräknat)	Askorbinsy	0.6613088	0.6613088	0
205 Vitt bröd vete scones (beräknat)	Vitamin B1	0.1451584	0.1451584	2
205 Vitt bröd vete scones (beräknat)	Vitamin B6	0.1498909	0.1498909	2
205 Vitt bröd vete scones (beräknat)	Folat	11.713547	11.713547	0
261 Potatissallad gräddfils majonnäs (beräknat)	Enkelomät	1.8336420	1.8336420	1
261 Potatissallad gräddfils majonnäs (beräknat)	Fettsyra C4	0.1390048	0.1390048	1
261 Potatissallad gräddfils majonnäs (beräknat)	Fettsyra C1	0.0435751	0.0435751	1
261 Potatissallad gräddfils majonnäs (beräknat)	Fettsyra C2	0.0248581	0.0248581	1
261 Potatissallad gräddfils majonnäs (beräknat)	Fettsyra C14	4.3737413	4.3737413	1
261 Potatissallad gräddfils majonnäs (beräknat)	Fettsyra C1	0.5715545	0.5715545	1
261 Potatissallad gräddfils majonnäs (beräknat)	Kolesterol	15.109444	15.109444	1
261 Potatissallad gräddfils majonnäs (beräknat)	Energi (kcal)	153.86815	153.86815	0
261 Potatissallad gräddfils majonnäs (beräknat)	Aska	1.0046209	1.0046209	1
261 Potatissallad gräddfils majonnäs (beräknat)	Avfall	8.5093230	8.5093230	0
261 Potatissallad gräddfils majonnäs (beräknat)	Kolhydrat	15.982590	15.982590	1
261 Potatissallad gräddfils majonnäs (beräknat)	Natrium	59.852249	59.852249	0
261 Potatissallad gräddfils majonnäs (beräknat)	Retinolekvi	26.860620	26.860620	0
261 Potatissallad gräddfils majonnäs (beräknat)	Retinol	24.584515	24.584515	0
261 Potatissallad gräddfils majonnäs (beräknat)	D vitamin	0.0081070	0.0081070	2
261 Potatissallad gräddfils majonnäs (beräknat)	Karoten	27.287190	27.287190	0
261 Potatissallad gräddfils majonnäs (beräknat)	Niacin	1.1665585	1.1665585	1
261 Potatissallad gräddfils majonnäs (beräknat)	Niacinekvi	1.4756445	1.4756445	1
261 Potatissallad gräddfils majonnäs (beräknat)	Vitamin B1	0.1205918	0.1205918	2
261 Potatissallad gräddfils majonnäs (beräknat)	Vitamin B6	0.2459363	0.2459363	2
261 Potatissallad gräddfils majonnäs (beräknat)	Folat	11.101945	11.101945	0
442 Grönsallat m gräddfilsås (beräknat)	Mättade fet	2.9133273	2.9133273	1
442 Grönsallat m gräddfilsås (beräknat)	Enkelomät	1.1299819	1.1299819	1
442 Grönsallat m gräddfilsås (beräknat)	Fettsyra C4	0.4957685	0.4957685	1
442 Grönsallat m gräddfilsås (beräknat)	Fettsyra C1	0.4722965	0.4722965	1
442 Grönsallat m gräddfilsås (beräknat)	Fettsyra C2	0.0083905	0.0083905	1
442 Grönsallat m gräddfilsås (beräknat)	Fettsyra C1	0.1096745	0.1096745	1
442 Grönsallat m gräddfilsås (beräknat)	Kolesterol	12.694394	12.694394	1
442 Grönsallat m gräddfilsås (beräknat)	Disackarid	2.4132007	2.4132007	1
442 Grönsallat m gräddfilsås (beräknat)	Sackaros	1.1835443	1.1835443	1
442 Grönsallat m gräddfilsås (beräknat)	Energi (kJ)	287.27866	287.27866	0
442 Grönsallat m gräddfilsås (beräknat)	Energi (kcal)	68.669801	68.669801	0
442 Grönsallat m gräddfilsås (beräknat)	Avfall	4.1772151	4.1772151	0
442 Grönsallat m gräddfilsås (beräknat)	Kolhydrat	4.4323688	4.4323688	1
442 Grönsallat m gräddfilsås (beräknat)	Fett	4.6298372	4.6298372	1
442 Grönsallat m gräddfilsås (beräknat)	Kalcium	60.820976	60.820976	0
442 Grönsallat m gräddfilsås (beräknat)	Kalium	200.75949	200.75949	0
442 Grönsallat m gräddfilsås (beräknat)	Zink	0.3533453	0.3533453	2
442 Grönsallat m gräddfilsås (beräknat)	Retinolekvi	65.358227	65.358227	0
442 Grönsallat m gräddfilsås (beräknat)	Tiamin	0.0532188	0.0532188	2
442 Grönsallat m gräddfilsås (beräknat)	Riboflavin	0.0908318	0.0908318	2
442 Grönsallat m gräddfilsås (beräknat)	Askorbinsy	7.2423146	7.2423146	0
442 Grönsallat m gräddfilsås (beräknat)	Folat	52.905967	52.905967	0

443	Grönsallat gurka tomat m gräddfilsås (beräk Enkelomäti	1.1241541; 1.1241541;	1	
443	Grönsallat gurka tomat m gräddfilsås (beräk Fleromätta	0.1677819; 0.1677819;	1	
443	Grönsallat gurka tomat m gräddfilsås (beräk Fettsyra C	0.4619548; 0.4619548;	1	
443	Grönsallat gurka tomat m gräddfilsås (beräk Fettsyra C	0.9249248; 0.9249248;	1	
443	Grönsallat gurka tomat m gräddfilsås (beräk Fettsyra C	0.1115037; 0.1115037;	1	
443	Grönsallat gurka tomat m gräddfilsås (beräk Energi (kca	69.237593; 69.237593;	0	
443	Grönsallat gurka tomat m gräddfilsås (beräk Avfall	2.3082706; 2.3082706;	0	
443	Grönsallat gurka tomat m gräddfilsås (beräk Fett	4.5951503; 4.5951503;	1	
443	Grönsallat gurka tomat m gräddfilsås (beräk Magnesium	14.244360; 14.244360;	0	
443	Grönsallat gurka tomat m gräddfilsås (beräk Natrium	302.98139; 302.98139;	0	
443	Grönsallat gurka tomat m gräddfilsås (beräk Selen	0.9766917; 0.9766917;	1	
443	Grönsallat gurka tomat m gräddfilsås (beräk D vitamin	0.0288721; 0.0288721;	2	
443	Grönsallat gurka tomat m gräddfilsås (beräk α-Tokofero	0.4189624; 0.4189624;	2	
443	Grönsallat gurka tomat m gräddfilsås (beräk Karoten	309.55451; 309.55451;	0	
443	Grönsallat gurka tomat m gräddfilsås (beräk Niacin	0.3316917; 0.3316917;	1	
443	Grönsallat gurka tomat m gräddfilsås (beräk Vitamin B6	0.0597819; 0.0597819;	2	
443	Grönsallat gurka tomat m gräddfilsås (beräk Folat	27.083082; 27.083082;	0	
479	Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Fettsyra C	0.1048626; 0.1048626;	1
479	Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Fettsyra C	0.9762471; 0.9762471;	1
479	Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Fettsyra C	0.3677079; 0.3677079;	1
479	Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Fettsyra C	0.0229498; 0.0229498;	1
479	Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Fettsyra C	0.2727762; 0.2727762;	1
479	Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Kolesterol	8.5565874; 8.5565874;	1
479	Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Monosackarid	1.2108836; 1.2108836;	1
479	Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Disackarid	1.9860559; 1.9860559;	1
479	Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Sackaros	0.7674405; 0.7674405;	1
479	Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Protein	4.5153603; 4.5153603;	1
479	Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Fett	5.2772564; 5.2772564;	1
479	Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Natrium	339.12754; 339.12754;	0
479	Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Selen	1.4412086; 1.4412086;	1
479	Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	D vitamin	0.2195005; 0.2195005;	2
479	Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	E vitamin	0.9488936; 0.9488936;	2
479	Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Karoten	1321.3894; 1321.3894;	0
479	Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Tiamin	0.0557147; 0.0557147;	2
479	Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Askorbinsy	11.702605; 11.702605;	0
479	Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Vitamin B6	0.0601844; 0.0601844;	2
513	Kycklingsallad m dressing (beräknat)	Enkelomäti	1.9956037; 1.9956037;	1
513	Kycklingsallad m dressing (beräknat)	Fettsyra C	0.4396536; 0.4396536;	1
513	Kycklingsallad m dressing (beräknat)	Fettsyra C	0.1254677; 0.1254677;	1
513	Kycklingsallad m dressing (beräknat)	Fettsyra C	1.8159462; 1.8159462;	1
513	Kycklingsallad m dressing (beräknat)	Fettsyra C	0.6579221; 0.6579221;	1
513	Kycklingsallad m dressing (beräknat)	Fettsyra C	0.2647031; 0.2647031;	1
513	Kycklingsallad m dressing (beräknat)	Sackaros	0.1871554; 0.1871554;	1
513	Kycklingsallad m dressing (beräknat)	Aska	1.3771021; 1.3771021;	1
513	Kycklingsallad m dressing (beräknat)	Fett	4.0243585; 4.0243585;	1
513	Kycklingsallad m dressing (beräknat)	Kalium	227.37620; 227.37620;	0
513	Kycklingsallad m dressing (beräknat)	Natrium	299.31786; 299.31786;	0
513	Kycklingsallad m dressing (beräknat)	Selen	6.2057725; 6.2057725;	1
513	Kycklingsallad m dressing (beräknat)	D vitamin	0.2105200; 0.2105200;	2
513	Kycklingsallad m dressing (beräknat)	E vitamin	1.3387801; 1.3387801;	2
513	Kycklingsallad m dressing (beräknat)	α-Tokofero	1.3383787; 1.3383787;	2
513	Kycklingsallad m dressing (beräknat)	Askorbinsy	5.9979930; 5.9979930;	0
513	Kycklingsallad m dressing (beräknat)	Niacin	4.6747718; 4.6747718;	1
513	Kycklingsallad m dressing (beräknat)	Niacinekviv	6.8640000; 6.8640000;	1
513	Kycklingsallad m dressing (beräknat)	Vitamin B1	0.1368380; 0.1368380;	2
1062	Biff Stroganoff nötkött (beräknat)	Enkelomäti	4.1058954; 4.1058954;	1

1062 Biff Stroganoff nötkött (beräknat)	Fleromätta	1.2773707	1.2773707	1
1062 Biff Stroganoff nötkött (beräknat)	Fettsyra C4	0.4553250	0.4553250	1
1062 Biff Stroganoff nötkött (beräknat)	Fettsyra C1	0.1432932	0.1432932	1
1062 Biff Stroganoff nötkött (beräknat)	Fettsyra C1	1.9988121	1.9988121	1
1062 Biff Stroganoff nötkött (beräknat)	Fettsyra C1	3.7885391	3.7885391	1
1062 Biff Stroganoff nötkött (beräknat)	Fettsyra C1	0.8517413	0.8517413	1
1062 Biff Stroganoff nötkött (beräknat)	Fettsyra C2	0.0149310	0.0149310	1
1062 Biff Stroganoff nötkött (beräknat)	Fettsyra C2	0.0075575	0.0075575	1
1062 Biff Stroganoff nötkött (beräknat)	Kolesterol	51.233100	51.233100	1
1062 Biff Stroganoff nötkött (beräknat)	Disackarid	1.3345784	1.3345784	1
1062 Biff Stroganoff nötkött (beräknat)	Energi (kJ)	751.39450	751.39450	0
1062 Biff Stroganoff nötkött (beräknat)	Kolhydrat	3.3286553	3.3286553	1
1062 Biff Stroganoff nötkött (beräknat)	Alkohol	0.3539300	0.3539300	1
1062 Biff Stroganoff nötkött (beräknat)	Fibrer	0.5242150	0.5242150	1
1062 Biff Stroganoff nötkött (beräknat)	Fosfor	175.22529	175.22529	0
1062 Biff Stroganoff nötkött (beräknat)	Järn	1.9202245	1.9202245	2
1062 Biff Stroganoff nötkött (beräknat)	Kalcium	46.477272	46.477272	0
1062 Biff Stroganoff nötkött (beräknat)	Kalium	370.24043	370.24043	0
1062 Biff Stroganoff nötkött (beräknat)	Retinolekvi	84.082055	84.082055	0
1062 Biff Stroganoff nötkött (beräknat)	Retinol	74.492932	74.492932	0
1062 Biff Stroganoff nötkött (beräknat)	D vitamin	0.7194754	0.7194754	2
1062 Biff Stroganoff nötkött (beräknat)	E vitamin	1.1477164	1.1477164	2
1062 Biff Stroganoff nötkött (beräknat)	α-Tokofero	1.1475909	1.1475909	2
1062 Biff Stroganoff nötkött (beräknat)	Niacin	4.4006526	4.4006526	1
1062 Biff Stroganoff nötkött (beräknat)	Niacinekvi	7.6199650	7.6199650	1
1062 Biff Stroganoff nötkött (beräknat)	Vitamin B1	0.7684713	0.7684713	2
1062 Biff Stroganoff nötkött (beräknat)	Vitamin B6	0.2258557	0.2258557	2
1362 Sillsallad (beräknat)	Enkelomäti	1.3893055	1.3893055	1
1362 Sillsallad (beräknat)	Fleromätta	0.8983796	0.8983796	1
1362 Sillsallad (beräknat)	Fettsyra C1	0.4832870	0.4832870	1
1362 Sillsallad (beräknat)	Fettsyra C1	0.1854166	0.1854166	1
1362 Sillsallad (beräknat)	Fettsyra C1	0.4288888	0.4288888	1
1362 Sillsallad (beräknat)	Fettsyra C1	0.1104166	0.1104166	1
1362 Sillsallad (beräknat)	Fettsyra C1	0.0680092	0.0680092	1
1362 Sillsallad (beräknat)	Fettsyra C2	0.1854166	0.1854166	1
1362 Sillsallad (beräknat)	Kolesterol	16.666666	16.666666	1
1362 Sillsallad (beräknat)	Energi (kJ)	387.67592	387.67592	0
1362 Sillsallad (beräknat)	Aska	1.0274074	1.0274074	1
1362 Sillsallad (beräknat)	Kolhydrat	10.495648	10.495648	1
1362 Sillsallad (beräknat)	Protein	4.2159259	4.2159259	1
1362 Sillsallad (beräknat)	Fett	3.4259259	3.4259259	1
1362 Sillsallad (beräknat)	Kalcium	13.213888	13.213888	0
1362 Sillsallad (beräknat)	Magnesium	12.500000	12.499999	0
1362 Sillsallad (beräknat)	Selen	4.6226851	4.6226851	1
1362 Sillsallad (beräknat)	Zink	0.3046296	0.3046296	2
1362 Sillsallad (beräknat)	Retinolekvi	3.2902777	3.2902777	0
1362 Sillsallad (beräknat)	D vitamin	1.0416666	1.0416666	2
1362 Sillsallad (beräknat)	E vitamin	0.3072685	0.3072685	2
1362 Sillsallad (beräknat)	α-Tokofero	0.3072685	0.3072685	2
1362 Sillsallad (beräknat)	Riboflavin	0.0564074	0.0564074	2
1362 Sillsallad (beräknat)	Askorbinsy	4.3590277	4.3590277	0
1362 Sillsallad (beräknat)	Niacin	0.9363888	0.9363888	1
1362 Sillsallad (beräknat)	Niacinekvi	1.6957870	1.6957870	1
1362 Sillsallad (beräknat)	Vitamin B6	0.1162777	0.1162777	2
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Fettsyra C4	0.0745417	0.0745417	1
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Fettsyra C1	0.0241164	0.0241164	1

1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Fettsyra C1	0.0892455; 0.0892455;	1
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Fettsyra C1	0.4480984; 0.4480984;	1
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Fettsyra C2	0.0898886; 0.0898886;	1
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Fettsyra C1	0.0931626; 0.0931626;	1
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Fettsyra C1	2.5668099; 2.5668099;	1
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Fettsyra C1	1.1916454; 1.1916454;	1
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Fettsyra C2	0.0014908; 0.0014908;	1
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Kolesterol	64.404104; 64.404104;	1
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Monosackarid	0.3455231; 0.3455231;	1
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Disackarid	26.736969; 26.736969;	1
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Energi (kJ)	1423.6752; 1423.6752;	0
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Aska	1.5804320; 1.5804320;	1
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Vatten	31.101829; 31.101829;	1
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Avfall	1.7890028; 1.7890028;	0
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Protein	5.3338302; 5.3338302;	1
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Fett	14.266713; 14.266713;	1
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Fosfor	143.99061; 143.99061;	0
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Järn	2.5782688; 2.5782688;	2
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Magnesium	19.084159; 19.084159;	0
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Natrium	218.01353; 218.01353;	0
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Zink	0.3721242; 0.3721242;	2
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Retinolekvi	168.24958; 168.24958;	0
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	D vitamin	1.3093045; 1.3093045;	2
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Karoten	9.7255108; 9.7255108;	0
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Askorbinsy	0.3157063; 0.3157063;	0
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Niacin	1.0545470; 1.0545470;	1
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Vitamin B1	0.2720088; 0.2720088;	2
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Vitamin B6	0.0883860; 0.0883860;	2
1727 Filmjölks- o gräddfilsås olika smaksättningar	Enkelomät	2.2761920; 2.2761920;	1
1727 Filmjölks- o gräddfilsås olika smaksättningar	Fleromätta	0.4496054; 0.4496054;	1
1727 Filmjölks- o gräddfilsås olika smaksättningar	Fettsyra C1	0.9653698; 0.9653698;	1
1727 Filmjölks- o gräddfilsås olika smaksättningar	Fettsyra C1	2.6614104; 2.6614104;	1
1727 Filmjölks- o gräddfilsås olika smaksättningar	Fettsyra C1	0.1357338; 0.1357338;	1
1727 Filmjölks- o gräddfilsås olika smaksättningar	Fettsyra C1	0.3238604; 0.3238604;	1
1727 Filmjölks- o gräddfilsås olika smaksättningar	Monosackarid	0.1303924; 0.1303924;	1
1727 Filmjölks- o gräddfilsås olika smaksättningar	Sackaros	0.2483599; 0.2483599;	1
1727 Filmjölks- o gräddfilsås olika smaksättningar	Energi (kcal)	119.11575; 119.11575;	0
1727 Filmjölks- o gräddfilsås olika smaksättningar	Avfall	0.8913313; 0.8913313;	0
1727 Filmjölks- o gräddfilsås olika smaksättningar	Fibrer	0.2653828; 0.2653828;	1
1727 Filmjölks- o gräddfilsås olika smaksättningar	Kalcium	123.13811; 123.13811;	0
1727 Filmjölks- o gräddfilsås olika smaksättningar	Kalium	193.30345; 193.30345;	0
1727 Filmjölks- o gräddfilsås olika smaksättningar	Magnesium	13.427322; 13.427322;	0
1727 Filmjölks- o gräddfilsås olika smaksättningar	Selen	1.8517939; 1.8517939;	1
1727 Filmjölks- o gräddfilsås olika smaksättningar	Zink	0.5594898; 0.5594898;	2
1727 Filmjölks- o gräddfilsås olika smaksättningar	Retinol	75.071855; 75.071855;	0
1727 Filmjölks- o gräddfilsås olika smaksättningar	E vitamin	0.4434378; 0.4434378;	2
1727 Filmjölks- o gräddfilsås olika smaksättningar	α-Tokoferol	0.4427601; 0.4427601;	2
1727 Filmjölks- o gräddfilsås olika smaksättningar	Karoten	377.43172; 377.43172;	0
1727 Filmjölks- o gräddfilsås olika smaksättningar	Tiamin	0.0533782; 0.0533782;	2
1727 Filmjölks- o gräddfilsås olika smaksättningar	Riboflavin	0.1556100; 0.1556100;	2
1727 Filmjölks- o gräddfilsås olika smaksättningar	Askorbinsy	7.2179698; 7.2179698;	0
1727 Filmjölks- o gräddfilsås olika smaksättningar	Niacin	0.2379766; 0.2379766;	1
1727 Filmjölks- o gräddfilsås olika smaksättningar	Niacinekvi	1.0150870; 1.0150870;	1
1727 Filmjölks- o gräddfilsås olika smaksättningar	Folat	16.605417; 16.605417;	0
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv	Enkelomät	8.1634226; 8.1634226;	1
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv	Fleromätta	2.9087456; 2.9087456;	1

1784	Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv Fettsyra C4	1.6485345	1.6485345	1	
1784	Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv Fettsyra C1	0.4403441	0.4403441	1	
1784	Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv Fettsyra C1	4.4340001	4.4340001	1	
1784	Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv Fettsyra C1	1.6031548	1.6031548	1	
1784	Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv Fettsyra C1	7.5568753	7.5568753	1	
1784	Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv Fettsyra C1	1.8813541	1.8813541	1	
1784	Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv Fettsyra C2	0.0300191	0.0300191	1	
1784	Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv Fettsyra C2	0.0103753	0.0103753	1	
1784	Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv Fettsyra C2	0.0165213	0.0165213	1	
1784	Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv Kolesterol	98.849985	98.849985	1	
1784	Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv Sackaros	16.859505	16.859505	1	
1784	Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv Energi (kcal)	307.58208	307.58208	0	
1784	Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv Avfall	1.6521340	1.6521340	0	
1784	Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv Kolhydrat	20.999739	20.999739	1	
1784	Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv Protein	5.0516966	5.0516966	1	
1784	Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv Fibrer	0.1842903	0.1842903	1	
1784	Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv Fosfor	83.276642	83.276642	0	
1784	Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv Kalcium	61.225242	61.225242	0	
1784	Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv Magnesium	7.5133403	7.5133403	0	
1784	Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv Selen	4.9378650	4.9378650	1	
1784	Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv Zink	0.3967461	0.3967461	2	
1784	Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv D vitamin	0.9238812	0.9238812	2	
1784	Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv E vitamin	2.2820325	2.2820325	2	
1784	Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv Askorbinsy	2.6158788	2.6158788	0	
1784	Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv Niacin	0.1180609	0.1180609	1	
1784	Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv Vitamin B1	0.3403387	0.3403387	2	
1784	Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv Vitamin B6	0.0460320	0.0460320	2	
1784	Cheesecake el ostkaka m botten av digestiv Folat	15.662428	15.662428	0	
2075	Kall säs skola cole slow (beräknat)	Monosackar	0.3971354	0.3971354	1
2075	Kall säs skola cole slow (beräknat)	Energi (kcal)	134.60416	134.60416	0
2075	Kall säs skola cole slow (beräknat)	Aska	1.2852604	1.2852604	1
2075	Kall säs skola cole slow (beräknat)	Avfall	1.6979166	1.6979166	0
2075	Kall säs skola cole slow (beräknat)	E vitamin	0.6560416	0.6560416	2
2075	Kall säs skola cole slow (beräknat)	Riboflavin	0.1200885	0.1200885	2
2075	Kall säs skola cole slow (beräknat)	Vitamin B6	0.0558072	0.0558072	2
2165	Kroppakakor (beräknat)	Enkelomät	4.1560541	4.1560541	1
2165	Kroppakakor (beräknat)	Fleromätta	1.2296784	1.2296784	1
2165	Kroppakakor (beräknat)	Fettsyra C4	0.0080764	0.0080764	1
2165	Kroppakakor (beräknat)	Fettsyra C1	0.0080764	0.0080764	1
2165	Kroppakakor (beräknat)	Fettsyra C1	0.1717242	0.1717242	1
2165	Kroppakakor (beräknat)	Fettsyra C1	1.4488438	1.4488438	1
2165	Kroppakakor (beräknat)	Fettsyra C2	0.0269215	0.0269215	1
2165	Kroppakakor (beräknat)	Fettsyra C1	0.9621041	0.9621041	1
2165	Kroppakakor (beräknat)	Fettsyra C1	0.0584673	0.0584673	1
2165	Kroppakakor (beräknat)	Fettsyra C2	0.0353949	0.0353949	1
2165	Kroppakakor (beräknat)	Fettsyra C2	0.0080764	0.0080764	1
2165	Kroppakakor (beräknat)	Kolesterol	48.828507	48.828507	1
2165	Kroppakakor (beräknat)	Monosackar	0.7253624	0.7253624	1
2165	Kroppakakor (beräknat)	Protein	6.4236802	6.4236802	1
2165	Kroppakakor (beräknat)	Fibrer	1.3359982	1.3359982	1
2165	Kroppakakor (beräknat)	Fosfor	105.91280	105.91280	0
2165	Kroppakakor (beräknat)	Järn	0.7601922	0.7601922	2
2165	Kroppakakor (beräknat)	Kalcium	11.805828	11.805828	0
2165	Kroppakakor (beräknat)	Magnesium	25.548854	25.548854	0
2165	Kroppakakor (beräknat)	Natrium	488.52428	488.52428	0
2165	Kroppakakor (beräknat)	Zink	1.3689719	1.3689719	2

2165 Kroppakakor (beräknat)	D vitamin	0.2280795	0.2280795	2
2165 Kroppakakor (beräknat)	α-Tokofero	0.3168461	0.3168461	2
2165 Kroppakakor (beräknat)	Karoten	10.632144	10.632144	0
2165 Kroppakakor (beräknat)	Niacinekviv	3.3974773	3.3974773	1
2165 Kroppakakor (beräknat)	Vitamin B6	0.1113103	0.1113103	2
2165 Kroppakakor (beräknat)	Folat	11.416020	11.416020	0
2173 Currysås m Lätt Crème Fraiche (beräknat)	Fleromätta	0.1036662	0.1036662	1
2173 Currysås m Lätt Crème Fraiche (beräknat)	Fettsyra C1	0.1003666	0.1003666	1
2173 Currysås m Lätt Crème Fraiche (beräknat)	Fettsyra C1	0.8619469	0.8619469	1
2173 Currysås m Lätt Crème Fraiche (beräknat)	Fettsyra C1	0.0506953	0.0506953	1
2173 Currysås m Lätt Crème Fraiche (beräknat)	Fettsyra C1	0.0821744	0.0821744	1
2173 Currysås m Lätt Crème Fraiche (beräknat)	Kolesterol	9.8609355	9.8609355	1
2173 Currysås m Lätt Crème Fraiche (beräknat)	Monosacke	0.0007585	0.0007585	1
2173 Currysås m Lätt Crème Fraiche (beräknat)	Disackarid	3.5193426	3.5193426	1
2173 Currysås m Lätt Crème Fraiche (beräknat)	Sackaros	0.0024020	0.0024020	1
2173 Currysås m Lätt Crème Fraiche (beräknat)	Energi (kJ)	246.91352	246.91352	0
2173 Currysås m Lätt Crème Fraiche (beräknat)	Fosfor	72.522250	72.522250	0
2173 Currysås m Lätt Crème Fraiche (beräknat)	Kalium	128.15170	128.15170	0
2173 Currysås m Lätt Crème Fraiche (beräknat)	Selen	1.3843236	1.3843236	1
2173 Currysås m Lätt Crème Fraiche (beräknat)	E vitamin	0.0747155	0.0747155	2
2173 Currysås m Lätt Crème Fraiche (beräknat)	Askorbinsy	0.0151706	0.0151706	0
2173 Currysås m Lätt Crème Fraiche (beräknat)	Niacin	0.1527180	0.1527180	1
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Mättade fet	1,3	1,3	
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Enkelomät	3,5	3,5	
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Fleromätta	1,6	1,6	
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Fettsyra C1	0,9	0,9	
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Fettsyra C1	3,3	3,3	
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Fettsyra C1	1,1	1,1	
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Fettsyra C1	0,4	0,4	
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Fettsyra C2	0	0	
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Disackarid	2,1	2,1	
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Aska	2	2	
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Avfall	20	20	
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Järn	0,99	0,99	
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Kalcium	48	48	
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Natrium	460	460	
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Retinolekvi	245	245	
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	E vitamin	1,87	1,87	
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Askorbinsy	3	3	
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Vitamin B1	0,42	0,42	
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Folat	26	26	
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Mättade fet	0,7	0,7	
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Enkelomät	0,3	0,3	
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Fettsyra C4	0,1	0,1	
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Fettsyra C1	0	0	
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Fettsyra C1	0,1	0,1	
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Fettsyra C1	0,1	0,1	
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Fettsyra C2	0	0	
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Fettsyra C1	0,1	0,1	
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Fettsyra C1	0	0	
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Fettsyra C2	0	0	
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Fettsyra C2	0	0	
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Kolesterol	11,2	11,2	
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Monosacke	1	1	
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Disackarid	1,8	1,8	
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Sackaros	0,7	0,7	

438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Energi (kJ)	158	158
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Avfall	7	7
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Fosfor	45	45
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Kalcium	44	44
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Natrium	144	144
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Retinol	11	11
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	D vitamin	0,03	0,03
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	α-Tokofero	0,32	0,32
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Karoten	1 115	1 115
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Niacinekviv	0,8	0,8
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Vitamin B1	0,1	0,1
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Vitamin B6	0,06	0,06
454 Sparrisstuvning (beräknat)	Mättade fet	3	3
454 Sparrisstuvning (beräknat)	Enkelomätt	2	2
454 Sparrisstuvning (beräknat)	Fleromätta	0,6	0,6
454 Sparrisstuvning (beräknat)	Fettsyra C1	0,2	0,2
454 Sparrisstuvning (beräknat)	Fettsyra C2	0	0
454 Sparrisstuvning (beräknat)	Fettsyra C1	0,5	0,5
454 Sparrisstuvning (beräknat)	Fettsyra C1	0,2	0,2
454 Sparrisstuvning (beräknat)	Monosackarid	0,7	0,7
454 Sparrisstuvning (beräknat)	Disackarid	1	1
454 Sparrisstuvning (beräknat)	Sackaros	0,1	0,1
454 Sparrisstuvning (beräknat)	Energi (kJ)	335	335
454 Sparrisstuvning (beräknat)	Energi (kcal)	80	80
454 Sparrisstuvning (beräknat)	Aska	1,2	1,2
454 Sparrisstuvning (beräknat)	Vatten	85,2	85,2
454 Sparrisstuvning (beräknat)	Kolhydrat	3,8	3,8
454 Sparrisstuvning (beräknat)	Fibrer	1,1	1,1
454 Sparrisstuvning (beräknat)	Fosfor	55	55
454 Sparrisstuvning (beräknat)	Kalcium	37	37
454 Sparrisstuvning (beräknat)	Magnesium	15	15
454 Sparrisstuvning (beräknat)	Natrium	195	195
454 Sparrisstuvning (beräknat)	Retinolekvi	81	81
454 Sparrisstuvning (beräknat)	Retinol	58	58
454 Sparrisstuvning (beräknat)	E vitamin	1,79	1,79
454 Sparrisstuvning (beräknat)	α-Tokofero	1,79	1,79
454 Sparrisstuvning (beräknat)	Karoten	259	259
454 Sparrisstuvning (beräknat)	Tiamin	0,08	0,08
454 Sparrisstuvning (beräknat)	Askorbinsy	12	12
454 Sparrisstuvning (beräknat)	Vitamin B1	0,07	0,07
454 Sparrisstuvning (beräknat)	Folat	58	58
458 Champinjonstuvning (beräknat)	Mättade fet	1,9	1,9
458 Champinjonstuvning (beräknat)	Enkelomätt	3,8	3,8
458 Champinjonstuvning (beräknat)	Fettsyra C4	0,2	0,2
458 Champinjonstuvning (beräknat)	Fettsyra C1	0,1	0,1
458 Champinjonstuvning (beräknat)	Fettsyra C2	0,1	0,1
458 Champinjonstuvning (beräknat)	Fettsyra C1	0	0
458 Champinjonstuvning (beräknat)	Fettsyra C1	1,3	1,3
458 Champinjonstuvning (beräknat)	Fettsyra C1	0,6	0,6
458 Champinjonstuvning (beräknat)	Kolesterol	6,3	6,3
458 Champinjonstuvning (beräknat)	Disackarid	3,2	3,2
458 Champinjonstuvning (beräknat)	Sackaros	0,1	0,1
458 Champinjonstuvning (beräknat)	Vatten	77,2	77,2
458 Champinjonstuvning (beräknat)	Avfall	2	2
458 Champinjonstuvning (beräknat)	Kolhydrat	8,7	8,7
458 Champinjonstuvning (beräknat)	Protein	3,8	3,8

458 Champinjonstuvning (beräknat)	Fibrer	0,7	0,7
458 Champinjonstuvning (beräknat)	Fosfor	114	114
458 Champinjonstuvning (beräknat)	Järn	0,28	0,28
458 Champinjonstuvning (beräknat)	Kalium	268	268
458 Champinjonstuvning (beräknat)	Magnesium	14	14
458 Champinjonstuvning (beräknat)	Natrium	321	321
458 Champinjonstuvning (beräknat)	Selen	2,1	2,1
458 Champinjonstuvning (beräknat)	Retinol	81	81
458 Champinjonstuvning (beräknat)	E vitamin	1,36	1,36
458 Champinjonstuvning (beräknat)	α-Tokofero	1,36	1,36
458 Champinjonstuvning (beräknat)	Karoten	13	13
458 Champinjonstuvning (beräknat)	Vitamin B6	0,07	0,07
458 Champinjonstuvning (beräknat)	Folat	10	10
459 Champinjonsås (beräknat)	Mättade fet	3	3
459 Champinjonsås (beräknat)	Enkelomätt	3,7	3,7
459 Champinjonsås (beräknat)	Fleromätta	1,6	1,6
459 Champinjonsås (beräknat)	Fettsyra C4	0,4	0,4
459 Champinjonsås (beräknat)	Fettsyra C1	0,1	0,1
459 Champinjonsås (beräknat)	Fettsyra C1	0,1	0,1
459 Champinjonsås (beräknat)	Kolesterol	11,5	11,5
459 Champinjonsås (beräknat)	Monosacka	0,2	0,2
459 Champinjonsås (beräknat)	Sackaros	0,1	0,1
459 Champinjonsås (beräknat)	Energi (kJ)	526	526
459 Champinjonsås (beräknat)	Energi (kca	126	126
459 Champinjonsås (beräknat)	Aska	1,8	1,8
459 Champinjonsås (beräknat)	Vatten	77,2	77,2
459 Champinjonsås (beräknat)	Fett	8,8	8,8
459 Champinjonsås (beräknat)	Fosfor	129	129
459 Champinjonsås (beräknat)	Järn	0,3	0,3
459 Champinjonsås (beräknat)	Kalcium	78	78
459 Champinjonsås (beräknat)	Magnesium	16	16
459 Champinjonsås (beräknat)	Natrium	337	337
459 Champinjonsås (beräknat)	Selen	2,6	2,6
459 Champinjonsås (beräknat)	Zink	0,53	0,53
459 Champinjonsås (beräknat)	Retinol	85	85
459 Champinjonsås (beräknat)	D vitamin	0,49	0,49
459 Champinjonsås (beräknat)	α-Tokofero	1,18	1,18
459 Champinjonsås (beräknat)	Tiamin	0,07	0,07
459 Champinjonsås (beräknat)	Niacin	2	2
459 Champinjonsås (beräknat)	Niacinekviv	2,8	2,8
459 Champinjonsås (beräknat)	Vitamin B1	0,26	0,26
459 Champinjonsås (beräknat)	Vitamin B6	0,07	0,07
459 Champinjonsås (beräknat)	Folat	11	11
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Fettsyra C1	0,1	0,1
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Fettsyra C1	1	1
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Fettsyra C1	0,4	0,4
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Fettsyra C2	0	0
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Fettsyra C1	0,3	0,3
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Kolesterol	8,6	8,6
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Monosacka	1,2	1,2
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Disackarid	2	2
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Sackaros	0,8	0,8
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Protein	4,5	4,5
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Fett	5,3	5,3
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Natrium	339	339
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Selen	1,4	1,4

479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	D vitamin	0,22	0,22
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	E vitamin	0,95	0,95
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Karoten	1 321	1 321
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Tiamin	0,06	0,06
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Askorbinsy	12	12
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Vitamin B6	0,06	0,06
540 Grönsaksblandning för wokning (beräknat)	Fettsyra C1	0,2	0,2
540 Grönsaksblandning för wokning (beräknat)	Fettsyra C1	0,1	0,1
540 Grönsaksblandning för wokning (beräknat)	Disackarid	1,1	1,1
540 Grönsaksblandning för wokning (beräknat)	Energi (kcal)	50	50
540 Grönsaksblandning för wokning (beräknat)	Vatten	86,4	86,4
540 Grönsaksblandning för wokning (beräknat)	Kolhydrat	7,8	7,8
540 Grönsaksblandning för wokning (beräknat)	Protein	2,5	2,5
540 Grönsaksblandning för wokning (beräknat)	Fibrer	2,2	2,2
540 Grönsaksblandning för wokning (beräknat)	Fett	0,4	0,4
540 Grönsaksblandning för wokning (beräknat)	Natrium	84	84
540 Grönsaksblandning för wokning (beräknat)	Karoten	1 412	1 412
540 Grönsaksblandning för wokning (beräknat)	Tiamin	0,06	0,06
540 Grönsaksblandning för wokning (beräknat)	Niacin	0,8	0,8
540 Grönsaksblandning för wokning (beräknat)	Vitamin B6	0,14	0,14
540 Grönsaksblandning för wokning (beräknat)	Folat	76	76
757 Kycklingpaj (beräknat)	Mättade fet	2,2	2,2
757 Kycklingpaj (beräknat)	Fettsyra C4	0,3	0,3
757 Kycklingpaj (beräknat)	Fettsyra C1	0,3	0,3
757 Kycklingpaj (beräknat)	Fettsyra C1	1,1	1,1
757 Kycklingpaj (beräknat)	Fettsyra C1	0,1	0,1
757 Kycklingpaj (beräknat)	Fettsyra C1	0,8	0,8
757 Kycklingpaj (beräknat)	Fettsyra C1	0,3	0,3
757 Kycklingpaj (beräknat)	Fettsyra C2	0	0
757 Kycklingpaj (beräknat)	Fettsyra C2	0	0
757 Kycklingpaj (beräknat)	Monosacka	1,1	1,1
757 Kycklingpaj (beräknat)	Aska	1,5	1,5
757 Kycklingpaj (beräknat)	Vatten	72,7	72,7
757 Kycklingpaj (beräknat)	Avfall	3	3
757 Kycklingpaj (beräknat)	Kolhydrat	7	7
757 Kycklingpaj (beräknat)	Fibrer	0,8	0,8
757 Kycklingpaj (beräknat)	Järn	0,56	0,56
757 Kycklingpaj (beräknat)	Kalium	267	267
757 Kycklingpaj (beräknat)	Selen	6,6	6,6
757 Kycklingpaj (beräknat)	Zink	0,82	0,82
757 Kycklingpaj (beräknat)	Retinolekvi	61	61
757 Kycklingpaj (beräknat)	D vitamin	0,49	0,49
757 Kycklingpaj (beräknat)	E vitamin	1,27	1,27
757 Kycklingpaj (beräknat)	Karoten	43	43
757 Kycklingpaj (beräknat)	Vitamin B6	0,23	0,23
757 Kycklingpaj (beräknat)	Folat	20	20
1062 Biff Stroganoff nötkött (beräknat)	Enkelomätt	4,1	4,1
1062 Biff Stroganoff nötkött (beräknat)	Fleromätta	1,3	1,3
1062 Biff Stroganoff nötkött (beräknat)	Fettsyra C4	0,5	0,5
1062 Biff Stroganoff nötkött (beräknat)	Fettsyra C1	0,1	0,1
1062 Biff Stroganoff nötkött (beräknat)	Fettsyra C1	2	2
1062 Biff Stroganoff nötkött (beräknat)	Fettsyra C1	3,8	3,8
1062 Biff Stroganoff nötkött (beräknat)	Fettsyra C1	0,9	0,9
1062 Biff Stroganoff nötkött (beräknat)	Fettsyra C1	0,4	0,4
1062 Biff Stroganoff nötkött (beräknat)	Fettsyra C2	0	0
1062 Biff Stroganoff nötkött (beräknat)	Monosacka	1,2	1,2

1062 Biff Stroganoff nötkött (beräknat)	Energi (kJ)	751	751
1062 Biff Stroganoff nötkött (beräknat)	Aska	2,5	2,5
1062 Biff Stroganoff nötkött (beräknat)	Kolhydrat	3,3	3,3
1062 Biff Stroganoff nötkött (beräknat)	Alkohol	0,4	0,4
1062 Biff Stroganoff nötkött (beräknat)	Fosfor	175	175
1062 Biff Stroganoff nötkött (beräknat)	Järn	1,92	1,92
1062 Biff Stroganoff nötkött (beräknat)	Kalium	370	370
1062 Biff Stroganoff nötkött (beräknat)	Retinolekvi	84	84
1062 Biff Stroganoff nötkött (beräknat)	E vitamin	1,15	1,15
1062 Biff Stroganoff nötkött (beräknat)	α-Tokofero	1,15	1,15
1062 Biff Stroganoff nötkött (beräknat)	Riboflavin	0,18	0,18
1062 Biff Stroganoff nötkött (beräknat)	Niacin	4,4	4,4
1062 Biff Stroganoff nötkött (beräknat)	Niacinekvi	7,6	7,6
1062 Biff Stroganoff nötkött (beräknat)	Vitamin B1	0,77	0,77
1062 Biff Stroganoff nötkött (beräknat)	Vitamin B6	0,23	0,23
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	Mättade fet	1,3	1,3
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	Fettsyra C4	0,2	0,2
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	Fettsyra C2	0	0
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	Fettsyra C1	0	0
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	Fettsyra C1	1	1
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	Fettsyra C1	0,1	0,1
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	Fettsyra C2	0	0
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	Kolesterol	24,9	24,9
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	Monosackar	0,2	0,2
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	Disackarid	1	1
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	Sackaros	0,1	0,1
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	Energi (kcal)	100	100
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	Aska	1,5	1,5
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	Avfall	10	10
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	Kolhydrat	8,7	8,7
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	Protein	8,8	8,8
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	Fosfor	126	126
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	Järn	0,31	0,31
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	Kalcium	50	50
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	Magnesium	17	17
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	Selen	8,7	8,7
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	Retinolekvi	24	24
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	α-Tokofero	0,47	0,47
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	Karoten	10	10
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	Riboflavin	0,06	0,06
1771 Vaniljsås mjölk kaffebrädd (beräknat)	Mättade fet	2,3	2,3
1771 Vaniljsås mjölk kaffebrädd (beräknat)	Enkelomätt	1,3	1,3
1771 Vaniljsås mjölk kaffebrädd (beräknat)	Fleromätt	0,2	0,2
1771 Vaniljsås mjölk kaffebrädd (beräknat)	Fettsyra C4	0,3	0,3
1771 Vaniljsås mjölk kaffebrädd (beräknat)	Fettsyra C1	0,1	0,1
1771 Vaniljsås mjölk kaffebrädd (beräknat)	Fettsyra C1	0,3	0,3
1771 Vaniljsås mjölk kaffebrädd (beräknat)	Fettsyra C1	0,1	0,1
1771 Vaniljsås mjölk kaffebrädd (beräknat)	Fettsyra C1	1,2	1,2
1771 Vaniljsås mjölk kaffebrädd (beräknat)	Fettsyra C1	0,1	0,1
1771 Vaniljsås mjölk kaffebrädd (beräknat)	Disackarid	11,3	11,3
1771 Vaniljsås mjölk kaffebrädd (beräknat)	Sackaros	6,8	6,8
1771 Vaniljsås mjölk kaffebrädd (beräknat)	Energi (kJ)	462	462
1771 Vaniljsås mjölk kaffebrädd (beräknat)	Aska	0,8	0,8
1771 Vaniljsås mjölk kaffebrädd (beräknat)	Vatten	76,9	76,9
1771 Vaniljsås mjölk kaffebrädd (beräknat)	Avfall	1	1
1771 Vaniljsås mjölk kaffebrädd (beräknat)	Kolhydrat	13,1	13,1

1771 Vaniljsås mjölk kaffeградde (beräknat)	Fett	4,2	4,2
1771 Vaniljsås mjölk kaffeградde (beräknat)	Magnesium	12	12
1771 Vaniljsås mjölk kaffeградde (beräknat)	Selen	4,1	4,1
1771 Vaniljsås mjölk kaffeградde (beräknat)	Zink	0,35	0,35
1771 Vaniljsås mjölk kaffeградde (beräknat)	Retinol	48	48
1771 Vaniljsås mjölk kaffeградde (beräknat)	D vitamin	0,19	0,19
1771 Vaniljsås mjölk kaffeградde (beräknat)	E vitamin	0,29	0,29
1771 Vaniljsås mjölk kaffeградde (beräknat)	α-Tokofero	0,29	0,29
1771 Vaniljsås mjölk kaffeградde (beräknat)	Karoten	19	19
1771 Vaniljsås mjölk kaffeградde (beräknat)	Tiamin	0,05	0,05
1771 Vaniljsås mjölk kaffeградde (beräknat)	Niacinekviv	1,3	1,3
1771 Vaniljsås mjölk kaffeградde (beräknat)	Folat	8	8
1788 Katrinplommonsufflé (beräknat)	Enkelomätt	0	0
1788 Katrinplommonsufflé (beräknat)	Fettsyra C ¹	0,1	0,1
1788 Katrinplommonsufflé (beräknat)	Fettsyra C ¹	0	0
1788 Katrinplommonsufflé (beräknat)	Fettsyra C ¹	0,1	0,1
1788 Katrinplommonsufflé (beräknat)	Monosackarid	16,4	16,4
1788 Katrinplommonsufflé (beräknat)	Disackarid	17,4	17,4
1788 Katrinplommonsufflé (beräknat)	Sackaros	17,4	17,4
1788 Katrinplommonsufflé (beräknat)	Energi (kJ)	878	878
1788 Katrinplommonsufflé (beräknat)	Kolhydrat	43,1	43,1
1788 Katrinplommonsufflé (beräknat)	Fett	0,3	0,3
1788 Katrinplommonsufflé (beräknat)	Järn	1,12	1,12
1788 Katrinplommonsufflé (beräknat)	Kalcium	33	33
1788 Katrinplommonsufflé (beräknat)	Kalium	470	470
1788 Katrinplommonsufflé (beräknat)	Selen	8,5	8,5
1788 Katrinplommonsufflé (beräknat)	Zink	0,28	0,28
1788 Katrinplommonsufflé (beräknat)	E vitamin	1,28	1,28
1788 Katrinplommonsufflé (beräknat)	α-Tokofero	1,28	1,28
1788 Katrinplommonsufflé (beräknat)	Tiamin	0,03	0,03
1788 Katrinplommonsufflé (beräknat)	Niacinekviv	2,4	2,4
1788 Katrinplommonsufflé (beräknat)	Vitamin B1	0,03	0,03
1788 Katrinplommonsufflé (beräknat)	Vitamin B6	0,09	0,09
1846 Chokladdryck på vatten (beräknat)	Mättade fet	1,7	1,7
1846 Chokladdryck på vatten (beräknat)	Enkelomätt	0,7	0,7
1846 Chokladdryck på vatten (beräknat)	Fettsyra C ⁴	0,2	0,2
1846 Chokladdryck på vatten (beräknat)	Fettsyra C ¹	0,2	0,2
1846 Chokladdryck på vatten (beräknat)	Fettsyra C ¹	0,4	0,4
1846 Chokladdryck på vatten (beräknat)	Fettsyra C ²	0	0
1846 Chokladdryck på vatten (beräknat)	Fettsyra C ¹	0,7	0,7
1846 Chokladdryck på vatten (beräknat)	Fettsyra C ¹	0	0
1846 Chokladdryck på vatten (beräknat)	Fettsyra C ¹	0	0
1846 Chokladdryck på vatten (beräknat)	Disackarid	6,5	6,5
1846 Chokladdryck på vatten (beräknat)	Sackaros	5,8	5,8
1846 Chokladdryck på vatten (beräknat)	Energi (kcal)	58	58
1846 Chokladdryck på vatten (beräknat)	Vatten	88	88
1846 Chokladdryck på vatten (beräknat)	Kolhydrat	6,8	6,8
1846 Chokladdryck på vatten (beräknat)	Fibrer	1,1	1,1
1846 Chokladdryck på vatten (beräknat)	Fett	2,6	2,6
1846 Chokladdryck på vatten (beräknat)	Järn	0,36	0,36
1846 Chokladdryck på vatten (beräknat)	Kalcium	23	23
1846 Chokladdryck på vatten (beräknat)	Natrium	9	9
1846 Chokladdryck på vatten (beräknat)	Retinolekvi	17	17
1846 Chokladdryck på vatten (beräknat)	Retinol	16	16
1846 Chokladdryck på vatten (beräknat)	E vitamin	0,06	0,06
1846 Chokladdryck på vatten (beräknat)	α-Tokofero	0,06	0,06

1846 Chokladdryck på vatten (beräknat)	Karoten	10	10
1846 Chokladdryck på vatten (beräknat)	Riboflavin	0,02	0,02
1846 Chokladdryck på vatten (beräknat)	Niacinekviv	0,3	0,3
1846 Chokladdryck på vatten (beräknat)	Vitamin B1	0,05	0,05
1846 Chokladdryck på vatten (beräknat)	Vitamin B6	0,01	0,01
1846 Chokladdryck på vatten (beräknat)	Folat	2	2
1989 Ostsås gorgonzola ädelost kaffe- o vispgräd	Mättade fet	19,8	19,8
1989 Ostsås gorgonzola ädelost kaffe- o vispgräd	Fleromätta	4,6	4,6
1989 Ostsås gorgonzola ädelost kaffe- o vispgräd	Fettsyra C4	3,1	3,1
1989 Ostsås gorgonzola ädelost kaffe- o vispgräd	Fettsyra C1	3	3
1989 Ostsås gorgonzola ädelost kaffe- o vispgräd	Fettsyra C1	3,4	3,4
1989 Ostsås gorgonzola ädelost kaffe- o vispgräd	Fettsyra C1	0,5	0,5
1989 Ostsås gorgonzola ädelost kaffe- o vispgräd	Fettsyra C1	13,9	13,9
1989 Ostsås gorgonzola ädelost kaffe- o vispgräd	Fettsyra C1	3,1	3,1
1989 Ostsås gorgonzola ädelost kaffe- o vispgräd	Fettsyra C1	1,5	1,5
1989 Ostsås gorgonzola ädelost kaffe- o vispgräd	Kolesterol	80,2	80,2
1989 Ostsås gorgonzola ädelost kaffe- o vispgräd	Monosackarid	0,3	0,3
1989 Ostsås gorgonzola ädelost kaffe- o vispgräd	Disackarid	2,4	2,4
1989 Ostsås gorgonzola ädelost kaffe- o vispgräd	Sackaros	0	0
1989 Ostsås gorgonzola ädelost kaffe- o vispgräd	Energi (kJ) 1 674	1 674	
1989 Ostsås gorgonzola ädelost kaffe- o vispgräd	Aska	1,4	1,4
1989 Ostsås gorgonzola ädelost kaffe- o vispgräd	Vatten	49,1	49,1
1989 Ostsås gorgonzola ädelost kaffe- o vispgräd	Avfall	1	1
1989 Ostsås gorgonzola ädelost kaffe- o vispgräd	Kolhydrat	3	3
1989 Ostsås gorgonzola ädelost kaffe- o vispgräd	Fibrer	0,2	0,2
1989 Ostsås gorgonzola ädelost kaffe- o vispgräd	Kalcium	106	106
1989 Ostsås gorgonzola ädelost kaffe- o vispgräd	Kalium	112	112
1989 Ostsås gorgonzola ädelost kaffe- o vispgräd	Selen	1,3	1,3
1989 Ostsås gorgonzola ädelost kaffe- o vispgräd	Retinolekvi	396	396
1989 Ostsås gorgonzola ädelost kaffe- o vispgräd	D vitamin	1,48	1,48
1989 Ostsås gorgonzola ädelost kaffe- o vispgräd	α-Tokofero	3,69	3,69
1989 Ostsås gorgonzola ädelost kaffe- o vispgräd	Tiamin	0,04	0,04
1989 Ostsås gorgonzola ädelost kaffe- o vispgräd	Riboflavin	0,13	0,13
1989 Ostsås gorgonzola ädelost kaffe- o vispgräd	Vitamin B6	0,06	0,06
1989 Ostsås gorgonzola ädelost kaffe- o vispgräd	Folat	11	11
1996 Brunsås kaffeградde (beräknat)	Fleromätta	1,6	1,6
1996 Brunsås kaffeградde (beräknat)	Fettsyra C4	0,1	0,1
1996 Brunsås kaffeградde (beräknat)	Fettsyra C1	0	0
1996 Brunsås kaffeградde (beräknat)	Fettsyra C1	0,1	0,1
1996 Brunsås kaffeградde (beräknat)	Fettsyra C1	0,6	0,6
1996 Brunsås kaffeградde (beräknat)	Fettsyra C1	1	1
1996 Brunsås kaffeградde (beräknat)	Fettsyra C1	0,5	0,5
1996 Brunsås kaffeградde (beräknat)	Kolesterol	3,1	3,1
1996 Brunsås kaffeградde (beräknat)	Disackarid	0,5	0,5
1996 Brunsås kaffeградde (beräknat)	Sackaros	0	0
1996 Brunsås kaffeградde (beräknat)	Energi (kcal)	80	80
1996 Brunsås kaffeградde (beräknat)	Kolhydrat	3,8	3,8
1996 Brunsås kaffeградde (beräknat)	Fibrer	0,1	0,1
1996 Brunsås kaffeградde (beräknat)	Kalcium	15	15
1996 Brunsås kaffeградde (beräknat)	Magnesium	6	6
1996 Brunsås kaffeградde (beräknat)	E vitamin	1,21	1,21
1996 Brunsås kaffeградde (beräknat)	α-Tokofero	1,21	1,21
1996 Brunsås kaffeградde (beräknat)	Karoten	32	32
1996 Brunsås kaffeградde (beräknat)	Tiamin	0,04	0,04
1996 Brunsås kaffeградde (beräknat)	Vitamin B6	0,03	0,03
1996 Brunsås kaffeградde (beräknat)	Folat	5	5

Nya livsmedel

- 60 Rhode Island sås (beräknat)
- 110 Camembert vitmögelost friterad (beräknat)
- 153 Mjök m vispgrädde (80% + 20%) ca 10% fett (beräknat)
- 156 Chokladdryck mjök (beräknat)
- 157 Chokladdryck mellanmjök (beräknat)
- 158 Chokladdryck lättmjök (beräknat)
- 239 Potatis kokt (beräknat)
- 242 Potatis kokt stekt (beräknat)
- 275 Potatisgratäng mjök ost (beräknat)
- 278 Potatismos lättmjök (beräknat)
- 305 Morötter kokta (beräknat)
- 307 Morotssoppa (beräknat)
- 308 Morots- o ärtsoppa (beräknat)
- 309 Morotssoppa snabb (beräknat)
- 312 Rotselleri kokt (beräknat)
- 315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)
- 317 Rödbetsoppa typ Borsjtj (beräknat)
- 391 Råkost u dressing (beräknat)
- 392 Paprika grön gul röd (beräknat)
- 436 Gröna bönor stuvade (beräknat)
- 439 Grönsaksbiff stekt (beräknat)
- 441 Grönsallat m gurka tomat o vinägrettsås (beräknat)
- 449 Moussaka vegetarisk (beräknat)
- 452 Purjolök kokt (beräknat)
- 454 Sparrisstuvning (beräknat)
- 455 Spenat fräst (beräknat)
- 456 Spenatstuvning (beräknat)
- 462 Tomatröra mexikansk salsa kall (beräknat)
- 463 Vegetarisk gryta (beräknat)
- 467 Vitkålssallad pizzasallad (beräknat)
- 469 Aubergine kokt (beräknat)
- 471 Ärtor morötter kokta (beräknat)
- 475 Grönsaksgryta majs purjo ärtor (beräknat)
- 540 Grönsaksblandning för wokning (beräknat)
- 541 Ärtor o grönsaksblandningar frysta el konserv (beräknat)
- 597 Hallon blåbär sockrade frysta (beräknat)
- 654 Risgrynsgrot m lättmjök (beräknat)
- 733 Pannkaka tunn m lättmjök stekt (beräknat)
- 734 Ugnspannkaka m lättmjök ugnsbakad (beräknat)
- 915 Sojabiff stekt (beräknat)
- 919 Kikärtsbiffar falafel friterade (beräknat)
- 1018 Bogfläsk stekt gris (beräknat)
- 1019 Fläskött gris kokt (beräknat)
- 1022 Fläskben m kött gris kokta (beräknat)
- 1023 Fläskfilé gris stekt i skivor (beräknat)
- 1024 Fläskkarré gris stekt i skivor (beräknat)
- 1025 Fläskkotlett gris stekt (beräknat)
- 1027 Fläsklägg gris u svål kokt (beräknat)
- 1028 Fläskkött grillat (beräknat)
- 1029 Kokt fläskrulat /rullsyta (beräknat)
- 1030 Grisfötter kokta (beräknat)
- 1065 Fläskkotlett gris panerad stekt (beräknat)
- 1067 Fläskköttgryta m grönsaksblandning utan fett (beräknat)
- 1180 Duva stekt M (beräknat)

1183 Fasan stekt (beräknat)
1187 Grillad kyckling m skinn- (beräknat)
1195 Kalkongryta m grönsaker (beräknat)
1221 Dopp i grytan (beräknat)
1304 Abborre kokt (beräknat)
1305 Abborrfilé panerad stekt (beräknat)
1307 Fiskpanetter fiskpinnar stekta (beräknat)
1314 Kolja kokt (beräknat)
1315 Kolja panerad stekt (beräknat)
1316 Lax stekt (beräknat)
1317 Lax kokt (beräknat)
1318 Makrill kokt (beräknat)
1331 Ättikströmming (beräknat)
1340 Fisk rökt (beräknat)
1351 Fiskbullar panerade stekta (beräknat)
1352 Fiskbullar i buljong konserv stuvade m mjölk (beräknat)
1354 Fisksoppa (beräknat)
1355 Fiskbullar frysta kokta (beräknat)
1356 Fiskpaté m skaldjur (beräknat)
1357 Fiskfärs kokt (beräknat)
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräknat)
1363 Sushi lax (beräknat)
1364 Sushi hällfundra (beräknat)
1365 Sushi tonfisk (beräknat)
1366 Sushi rulle crabfish o gurka (beräknat)
1368 Sushi olika sorter (beräknat)
1370 Fiskgryta m purjolök morötter fänkål örter (beräknat)
1415 Fiskpastej (beräknat)
1433 Paltbröd kokt (beräknat)
1667 Petits-choux fyllda m vispgrädde sylt (beräknat)
1729 Rabarberkräm (beräknat)
1734 Blåbärssoppa (beräknat)
1740 Svartvinbärskräm (beräknat)
1743 Äppelsoppa (beräknat)
1745 Pajfyllning efterrätt (beräknat)
1759 Kalvdans mjölkpulver ägg (beräknat)
1771 Vaniljsås mjölk kaffegrädde (beräknat)
1781 Rabarberpaj (beräknat)
1782 Äppelpaj (beräknat)
1790 Friterad banan (beräknat)
1989 Ostsås gorgonzola ädelost kaffe- o vispgrädde (beräknat)
2085 Potatisgratäng med gräddmjölk (beräknat)
2086 Crème Fraiche gourmet Bearnaise Saffran&tomat fett 27 % (beräknat)
2124 Havregrynsgröt på fiberhavregryn kokt m mjölk (beräknat)
2128 Gröt ospec. (beräknat)
2133 Pannkaka på sojamjölk (beräknat)

Borttagna livsmedel

66 Mesost ca 30% fett berik
247 Pommes frites friterad potatis 3,5% fett fryst värmd
117 Kärmjölk 0,5% fett

Version 071128

Livsmedel med näringsvärdesförändring och annan ändring t ex klassificering

479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Fleromätta	0,8	0,8
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Fettsyra C2	0	0
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Fettsyra C1	1,9	1,9
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Monosackar	1,2	1,2
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Sackaros	0,7	0,7
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Kolhydrat	7,2	7,2
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Fett	5,3	5,3
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Järn	0,9	0,9
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Kalcium	132	132
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Natrium	340	340
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Selen	1,6	1,6
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	D vitamin	0,02	0,02
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	E vitamin	1,02	1,02
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Tiamin	0,06	0,06
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Riboflavin	0,09	0,09
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Askorbinsy	12	12
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Niacin	0,6	0,6
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Mättade fet	1,3	1,3
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Enkelomätt	2,7	2,7
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Fleromätta	1,1	1,1
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Fettsyra C4	0,1	0,1
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Fettsyra C1	0,1	0,1
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Fettsyra C1	0,8	0,8
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Fettsyra C1	0,3	0,3
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Fettsyra C1	2,6	2,6
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Fettsyra C1	0,8	0,8
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Fettsyra C1	0,2	0,2
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Fettsyra C2	0	0
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Fettsyra C2	0	0
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Kolesterol	107,2	107,2
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Monosackar	1	1
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Sackaros	0,7	0,7
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Energi (kca	105	105
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Vatten	78,4	78,4
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Protein	5,1	5,1
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Fett	5,6	5,6
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Fosfor	96	96
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Kalcium	46	46
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Magnesium	15	15
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Selen	6,6	6,6
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Zink	0,36	0,36
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Retinolekvi	92	92
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Retinol	56	56
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Karoten	490	490
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Askorbinsy	4	4
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Niacinekviv	1,8	1,8
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Vitamin B1	0,38	0,38
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Folat	24	24
1989 Ostsås gorgonzola ädelost kaffe- o vispgräd	Fettsyra C4	3,1	3,1
1989 Ostsås gorgonzola ädelost kaffe- o vispgräd	Fettsyra C1	1	1
1989 Ostsås gorgonzola ädelost kaffe- o vispgräd	Fettsyra C1	3	3
1989 Ostsås gorgonzola ädelost kaffe- o vispgräd	Fettsyra C1	0,5	0,5
1989 Ostsås gorgonzola ädelost kaffe- o vispgräd	Fettsyra C1	3,1	3,1
1989 Ostsås gorgonzola ädelost kaffe- o vispgräd	Kolesterol	80,2	80,2
1989 Ostsås gorgonzola ädelost kaffe- o vispgräd	Monosackar	0,3	0,3
1989 Ostsås gorgonzola ädelost kaffe- o vispgräd	Disackarid	2,3	2,3

1989 Ostsås gorgonzola ädelost kaffe- o vispgräd Sackaros	0	0
1989 Ostsås gorgonzola ädelost kaffe- o vispgräd Energi (kJ) 1 672	1 672	1 672
1989 Ostsås gorgonzola ädelost kaffe- o vispgräd Vatten	49,2	49,2
1989 Ostsås gorgonzola ädelost kaffe- o vispgräd Avfall	1	1
1989 Ostsås gorgonzola ädelost kaffe- o vispgräd Kolhydrat	3	3
1989 Ostsås gorgonzola ädelost kaffe- o vispgräd Protein	4,5	4,5
1989 Ostsås gorgonzola ädelost kaffe- o vispgräd Fibrer	0,2	0,2
1989 Ostsås gorgonzola ädelost kaffe- o vispgräd Magnesium	10	10
1989 Ostsås gorgonzola ädelost kaffe- o vispgräd Selen	1,3	1,3
1989 Ostsås gorgonzola ädelost kaffe- o vispgräd D vitamin	0,19	0,19
1989 Ostsås gorgonzola ädelost kaffe- o vispgräd α-Tokofero	4,12	4,12
1989 Ostsås gorgonzola ädelost kaffe- o vispgräd Tiamin	0,04	0,04
1989 Ostsås gorgonzola ädelost kaffe- o vispgräd Riboflavin	0,13	0,13
1989 Ostsås gorgonzola ädelost kaffe- o vispgräd Vitamin B1	0,32	0,32
1989 Ostsås gorgonzola ädelost kaffe- o vispgräd Vitamin B6	0,06	0,06
2165 Kroppakakor (beräknat) Enkelomätt	4,2	4,2
2165 Kroppakakor (beräknat) Fleromätt	1,2	1,2
2165 Kroppakakor (beräknat) Fettsyra C4	0	0
2165 Kroppakakor (beräknat) Fettsyra C1	0	0
2165 Kroppakakor (beräknat) Fettsyra C1	0,2	0,2
2165 Kroppakakor (beräknat) Fettsyra C1	1,4	1,4
2165 Kroppakakor (beräknat) Fettsyra C2	0	0
2165 Kroppakakor (beräknat) Fettsyra C1	1	1
2165 Kroppakakor (beräknat) Fettsyra C1	0,1	0,1
2165 Kroppakakor (beräknat) Fettsyra C2	0	0
2165 Kroppakakor (beräknat) Fettsyra C2	0	0
2165 Kroppakakor (beräknat) Kolesterol	48,8	48,8
2165 Kroppakakor (beräknat) Monosacke	0,7	0,7
2165 Kroppakakor (beräknat) Protein	6,4	6,4
2165 Kroppakakor (beräknat) Fibrer	1,3	1,3
2165 Kroppakakor (beräknat) Fosfor	106	106
2165 Kroppakakor (beräknat) Järn	0,76	0,76
2165 Kroppakakor (beräknat) Kalcium	12	12
2165 Kroppakakor (beräknat) Magnesium	26	26
2165 Kroppakakor (beräknat) Natrium	489	489
2165 Kroppakakor (beräknat) Zink	1,37	1,37
2165 Kroppakakor (beräknat) D vitamin	0,23	0,23
2165 Kroppakakor (beräknat) α-Tokofero	0,32	0,32
2165 Kroppakakor (beräknat) Karoten	11	11
2165 Kroppakakor (beräknat) Niacinekviv	3,4	3,4
2165 Kroppakakor (beräknat) Vitamin B6	0,11	0,11
2165 Kroppakakor (beräknat) Folat	11	11

Borttagna livsmedel

- 10 Flytande margarin Milda culinense 80% fett berik
- 11 Margarin matfett flytande m olivolja 80% fett berik
- 14 Bordsmargarin matfett 60% fett berik Runda bords
- 16 Bordsmargarin matfett 40% fett berik Carlshamn Lättmargarin
- 19 Bordsmargarin matfett 30% fett berik LättLätt
- 155 Filbunke 3% fett (beräknat)
- 449 Moussaka vegetarisk (beräknat)
- 801 Ris polerat oberik
- 802 Ris polerat oberik kokt u salt
- 803 Råris
- 804 Råris kokt m salt
- 805 Snabbris berik

806 Snabbris berik kokt m salt
807 Ris parboiled berik
808 Ris parboiled berik kokt m salt
809 Ris fullkornsriskokt parboiled
812 Ris parboiled
813 Ris parboiled kokt m salt
815 Ris polerat kokt m salt
816 Snabbris
952 Köttfärs blandfärs (70% nötkött 30% gris) 13% fett
1092 Döner Kebab m pitabröd sallad tomat pfefferoni dressing
1093 Kebab special m pommes frites sallad tomat pfefferoni dressing
1104 Burgare köttfärs sojaprotein 14% fett rå fryst
1139 Hamburgare enkel m bröd inlagd gurka
1140 Hamburgare enkel m bröd inlagd gurka ost
1141 Hamburgare dubbel m bröd ost sallad dressing
1179 Anka stekt _ (beräknat)
1542 Korvpålägg ospec (beräknat)
1549 Korv m bröd ketchup senap
1550 Korv m mos ketchup senap bostongurka
1799 Sylt
1807 Sylt osötad el m sötmedel u energi
1856 Mjölkkoklad ljus koklad
1857 Mörk koklad
1954 Källvatten förpackat
1962 Te bryggt

raler

% (beräknat)

aler