

**Version 20091130**

Denna version innehåller 31 nya livsmedel bland annat linser, bönor, fullkornsprodukter, bröd och pasta. Inför den nya matvaneundersökningen har recepten förnyats och en mängd beräknade livsmedel har därmed fått nya näringsvärden. Flera livsmedel har fått nya namn och klassificering.

**Version 20090519**

Vi har uppdaterat basen med glutenfria produkter, t.ex pasta, makaroner och kakor; nyckelhålmärkta charkuterier och färdiga såser. Dessutom har några livsmedel fått nya namn eller klassificering.

**Version 090519****Nya livsmedel**

2210 Aloe Vera Juice Syreberikad Hela Pharma AB  
 2214 Aloe Vera Juice Sasco  
 2216 Aloe Vera Juice med grönt te Naturapoteket  
 2217 Aloe Berry nectar Forever Living Products  
 2218 Aloe Vera naturell Forever Living Products  
 2220 Makaroner/spaghetti glutenfri okokt Semper  
 2221 Fusilli / lasagneplattor glutenfri okokt Semper  
 2222 Pepparkakor glutenfritt Semper  
 2223 Digestivekex glutenfritt Semper  
 2224 Chokladkakor glutenfritt Semper  
 2225 Grovknäcke glutenfritt Semper  
 2226 Tagliatelle äggpasta glutenfritt okokt Semper  
 2227 Pasta 100 % majs glutenfri okokt  
 2228 Bearnaisesås fett 8% Kelda  
 2229 Klassisk gräddsås fett 6% Kelda  
 2230 Ostsås fett 8% Kelda  
 2231 Bearnaise sås fett 44% Spisa Rydbergs  
 2232 Rödvin sås fett 1,5% Spisa Rydbergs  
 2233 Kebabasås vit fett 30% Rydbergs  
 2234 Svamp sås fett 8,5% Spisa Rydbergs  
 2235 Café de Paris sås fett 39% Spisa Rydbergs  
 2236 Varmkorv fett 7% Må gott  
 2237 Prinskorv fett 8% Må gott  
 2238 Chorizo fett 9% Må gott  
 2239 Lättkorv fett 7% Må gott  
 2240 Salami fett 9% Må gott  
 2241 Kokt medwurst fett 7% Må gott  
 2242 Fruktyoghurt lättsockrad fett 0,2%  
 2243 Fruktyoghurt lättsockrad laktosreducerad fett 0,1%  
 2244 Frukostflingor fullkorn sockrad, frön o russin 40 %  
 2245 Frukostflingor fullkorn naturell  
 2246 After eight  
 2520 Tagliatelle, glutenfritt kokt (beräknat)  
 2521 Makaroner/spaghetti glutenfri kokt (beräknat)  
 2522 Pasta 100% majs glutenfri kokt (beräknat)  
 3433 Linfrölja  
 3518 Quinoa röd kokt m salt

**Borttagna livsmedel**

2398 Lättmargarin Keiju fett 40% berik

**Livsmedel med näringsvärdesförändring**

263 Pytt i panna vegetarisk	Karoten	1 439	1 439	
288 Kålrot	Karoten		0	0
313 Rotsakssallad u dr	Karoten	2 129	2 129	
314 Rotsaksgryta rötter	Karoten	1 960	1 960	
347 Majsborn frysta	Retinolekvi		0	2
391 Råkost u dressing	Karoten	2 128	2 128	
463 Vegetarisk gryta (t)	Karoten	1 146	1 146	
478 Grönsaksgryta osöt	Retinolekvi		37	37
530 Grönsakssufflé (be)	Retinolekvi		97	97
538 Quorn svampprote	Mättade fet		0,6	0,5
538 Quorn svampprote	Enkelomätt		0,7	0,6
538 Quorn svampprote	Fleromätt		1,9	1
540 Grönsaksblandning	Retinolekvi	120	120	

1062 Biff Stroganoff nötl Mättade fet	4,2	4,1
1062 Biff Stroganoff nötl Enkelomät	4,3	4,2
1062 Biff Stroganoff nötl Fleromätta	1,3	1,2
1062 Biff Stroganoff nötl Fettsyra 4:	0,4	0,4
1062 Biff Stroganoff nötl Fettsyra 12	0,1	0,1
1062 Biff Stroganoff nötl Fettsyra 14	0,5	0,5
1062 Biff Stroganoff nötl Fettsyra 16	2	2
1062 Biff Stroganoff nötl Fettsyra 18	1	1
1062 Biff Stroganoff nötl Fettsyra 20	0	0
1062 Biff Stroganoff nötl Fettsyra 16	0,1	0,1
1062 Biff Stroganoff nötl Fettsyra 18	4	4
1062 Biff Stroganoff nötl Fettsyra 18	0,9	0,8
1062 Biff Stroganoff nötl Fettsyra 18	0,3	0,3
1062 Biff Stroganoff nötl Fettsyra 20	0	0
1062 Biff Stroganoff nötl Fettsyra 20	0	0
1062 Biff Stroganoff nötl Fettsyra 22	0	0
1062 Biff Stroganoff nötl Fettsyra 22	0	0
1062 Biff Stroganoff nötl Transfettsy	0,1	0,1
1062 Biff Stroganoff nötl Kolesterol	51,2	51,1
1062 Biff Stroganoff nötl Monosacke	1,2	1,1
1062 Biff Stroganoff nötl Disackarid	1,3	1,3
1062 Biff Stroganoff nötl Sackaros	0,6	0,5
1062 Biff Stroganoff nötl Energi (kJ)	751	738
1062 Biff Stroganoff nötl Energi (kca	179	176
1062 Biff Stroganoff nötl Aska	2,5	2,3
1062 Biff Stroganoff nötl Vatten	65,6	66,3
1062 Biff Stroganoff nötl Avfall	2	2
1062 Biff Stroganoff nötl Kolhydrat	3,3	3,2
1062 Biff Stroganoff nötl Protein	17,4	17,3
1062 Biff Stroganoff nötl Fibrer	0,5	0,5
1062 Biff Stroganoff nötl Fett	10,4	10,2
1062 Biff Stroganoff nötl Fosfor	175	173
1062 Biff Stroganoff nötl Jod	58	52
1062 Biff Stroganoff nötl Järn	1,92	1,85
1062 Biff Stroganoff nötl Kalcium	46	42
1062 Biff Stroganoff nötl Kalium	370	358
1062 Biff Stroganoff nötl Magnesium	24	24
1062 Biff Stroganoff nötl Natrium	557	488
1062 Biff Stroganoff nötl Selen	7,2	7,1
1062 Biff Stroganoff nötl Zink	3,02	2,97
1062 Biff Stroganoff nötl Retinolekvi	47	39
1062 Biff Stroganoff nötl Retinol	37	37
1062 Biff Stroganoff nötl Vitamin D	0,41	0,4
1062 Biff Stroganoff nötl Vitamin E	1,25	1,18
1062 Biff Stroganoff nötl α-Tokofero	1,25	1,18
1062 Biff Stroganoff nötl Karoten	115	26
1062 Biff Stroganoff nötl Tiamin	0,07	0,06
1062 Biff Stroganoff nötl Riboflavin	0,18	0,17
1062 Biff Stroganoff nötl Askorbinsy	3	2
1062 Biff Stroganoff nötl Niacin	4,4	4,4
1062 Biff Stroganoff nötl Niacinekviv	7,6	7,6
1062 Biff Stroganoff nötl Vitamin B1	0,76	0,73
1062 Biff Stroganoff nötl Vitamin B6	0,23	0,22
1062 Biff Stroganoff nötl Folat	13	12
1076 Lammköttgryta lök Karoten	117	117
1462 Hjärtgryta (beräknε Karoten	1 209	1 209

1545 Korvgryta potatis o Karoten	950	950
1571 Pumpafrön squash Mättade fet	3,2	8,7
1571 Pumpafrön squash Enkelomätt	5,7	15,6
1571 Pumpafrön squash Fleromätta	7,7	21
1571 Pumpafrön squash Fettsyra 12	0	0
1571 Pumpafrön squash Fettsyra 14	0	0
1571 Pumpafrön squash Fettsyra 16	2,1	5,6
1571 Pumpafrön squash Fettsyra 18	1	2,8
1571 Pumpafrön squash Fettsyra 16	0	0,1
1571 Pumpafrön squash Fettsyra 18	5,2	14,2
1571 Pumpafrön squash Fettsyra 18	7,6	20,8
1571 Pumpafrön squash Fettsyra 18	0,1	0,2
1671 Toscakaka (beräkr Vitamin B6	0,08	0,08
2106 Fiskthaugryta, lax (I Energi (kJ)	781	785
2106 Fiskthaugryta, lax (I Energi (kcal	188	188

Annan ändring av livsmedel tex gruppindelning och klassifisering (inte näringsvärdesförändringar)

- 5 Bordsmargarin Bregott havssaltat fett 80% berikad
- 6 Bordsmargarin Bregott mellan fett 60% berikad
- 7 Bordsmargarin Milda normalsaltat fett 70% berikad
- 8 Bordsmargarin Milda extrasaltat fett 70% berikad
- 9 Margarin Milda Mjölkfritt fett 70% berikad
- 12 Hushållsmargarin Melba mat & bakmargarin fett 80% berikad
- 13 Margarin Milda mat- och bakmargarin fett 80% berikad
- 17 Lättmargarin Becel fett 35% berikad
- 18 Lättmargarin Becel pro.activ fett 35%
- 20 Lättmargarin Lätt & lagom fett 40% berikad
- 21 Majonnäs 90% fett (beräknat)
- 26 Dressing vinäggrett m vatten ca 42% fett (beräknat)
- 27 Lättmargarin Lätt & lagom oliv fett 40% berikad
- 28 Lättmargarin Lätt & lagom omega 3 fett 40% berikad
- 29 Smör fett 80%
- 30 Smör extrasaltat fett 80%
- 31 Smör osaltat fett 80%
- 32 Matolja berik
- 34 Majsolja
- 35 Olivolja
- 38 Sesamolja
- 40 Solrosolja
- 47 Dressing olja ca 25% fett
- 53 Lättmajonnäs 32,5% fett
- 60 Rhode Island sås (beräknat)
- 65 Mesost 17% fett berik fjällbrynt
- 66 Mesost ca 30% fett berik
- 67 Mesost Lätt 9% fett berik
- 68 Messmör 5% fett berik
- 69 Messmör 2% fett berik
- 70 Cottage cheese färskost 4% fett
- 71 Cottage cheese färskost ananas apelsin fett 3%
- 72 Cottage cheese färskost chili pesto lök feta 3,5-5% fett
- 73 Färskost på filmjök ca 8% fett
- 74 Färskost på filmjök o gräddfil ca 14% fett
- 75 Kvarg färskost 1% fett kvarg lätt
- 76 Kvarg färskost 10% fett kvarg
- 77 Ost hårdost 10% fett
- 78 Ost hårdost 23% fett
- 79 Ost hårdost 26% fett

- 80 Ost hårdost 38% fett
- 81 Camembert vitmögelost 23% fett
- 82 Ädelost grönmögelost 30% fett
- 83 Mjukost smältost 8% fett
- 84 Mjukost smältost 10% fett
- 85 Mjukost smältost 20% fett
- 86 Mjukost smältost ca 16% fett
- 87 Mjukost smältost 4% fett
- 88 Margarinost fett 16%
- 89 Margarinost fett 30%
- 90 Ost hårdost 5% fett
- 91 Ost hårdost 7% fett
- 92 Brieost vitmögelost 34% fett
- 93 Ädelost grönmögelost lätt 17% fett
- 94 Fetaost 16% fett
- 95 Ost hårdost 17% fett
- 96 Ost hårdost 28% fett
- 97 Ost hårdost 31% fett
- 98 Brieost vitmögelost 28% fett
- 99 Fetaost 25% fett
- 100 Halloumiost ej stekt 22% fett
- 101 Färskost 33% fett Cantadou
- 102 Grönmögelost fett 43 % Blå Castello
- 103 Parmesanost hårdost 30% fett riven
- 104 Färskost 35% fett Boursin
- 105 Camembert vitmögelost lätt 11% fett
- 106 Mjukost smältost ca 22% fett La vache qui rit
- 107 Färskost 27% fett Philadelphia
- 108 Färskost lätt 15% fett Philadelphia
- 109 Färskost extra light 5% fett Philadelphia
- 111 Getost chèvre vitmögelost 25% fett
- 113 Bröstmjök humanmjök 4,6% fett
- 114 Filmjök 3% fett
- 115 Kondenserad mjök konserv ca 8% fett
- 116 Kondenserad mjök konc sockrad konserv ca 9% fett
- 118 Mjökpulver 1% fett
- 119 Långfil 3% fett
- 120 Lättfil 0,5% fett berik
- 121 Lättmjök 0,5% fett berik med A- och D-vitamin
- 122 Milkshake choklad jordgubb
- 123 Mjök 3% fett
- 124 Yoghurt naturell 3 % fett
- 125 Fruktyoghurt 2,5% fett
- 126 Fruktyoghurt lätt 0,5% fett, oberikad
- 127 Gammaldags mjök 4,2 % fett
- 129 Mellanmjök 1,5% fett berik med A- och D-vitamin
- 130 Mellanfil 1,5% fett berik
- 131 Minimjök < 0,1% fett berik
- 133 Mjökdryck berik jordgubb 1,5% fett
- 135 Lättyoghurt naturell 0,5% fett berik
- 136 Fruktyoghurt 2% fett
- 137 Delikatessyoghurt 7 % fett
- 138 Fruktyoghurt fett < 0,05% fett oberik
- 139 Yoghurt 5% fett Yoggi Yunion
- 140 Yoghurt 1,3% fett Yoplait
- 141 Yoghurt vanilj m godiskulor 5% fett Mellis

142 Kefir 3% fett  
150 Mellanmjölk 1,5% fett berik med D-vitamin  
151 Lättmjölk 0,5% fett berik med D-vitamin  
152 Vassle  
154 Filbunke m vispgrädde ca 5% fett (beräknat)  
156 Chokladdryck mjölk (beräknat)  
157 Chokladdryck mellanmjölk (beräknat)  
158 Chokladdryck lättmjölk (beräknat)  
159 Chokladmjölk m banan (beräknat)  
160 Smoothie m bär youghurt banan juice (beräknat)  
161 Matlagningsyoghurt 8% fett  
163 Hårt bröd råg ca 18% fibrer Ryvita mörkt  
166 Hårt bröd råg 16% fibrer Crisp o Finn crisp  
167 Hårt bröd råg ca 15% fibrer Kavli flatbröd  
175 Hårt bröd råg 15,5% fibrer Wasa delikatess  
180 Hårt bröd vete vallmofrö 6% fibrer Wasa frukost  
181 Hårt bröd vete socker kanel ca 7% fibrer Wasa kanelknäcke  
183 Hårt bröd vete havre socker kli örtekryddor 10,5% fibrer Wasa knecks  
184 Grahamsbröd m vatten ca 6% fibrer  
186 Grahamsscones (beräknat)  
187 Rågbröd typ pumpernickel ca 10% fibrer  
192 Vitt bröd vatten typ hamburgerbröd m sesamfrön ca 5% fibrer  
193 Vitt bröd vatten typ pitabröd ca 3,5% fibrer  
194 Vitt bröd mjölk typ tekaka hamburgerbröd korvbröd ca 4% fibrer  
197 Vitt bröd vatten typ franska ca 3% fibrer  
198 Vitt bröd vatten osötat typ italienskt ca 2,5% fibrer  
201 Vitt bröd grov baguette surdeg bakad i butik 4,4% fibrer  
202 Vitt bröd ospec 3,5% fibrer  
203 Vitt bröd tortilla 4,6% fibrer  
204 Vitt bröd mjölk typ Hönökaka ca 3% fibrer  
205 Vitt bröd vete scones (beräknat)  
207 Rågsiktsbröd kavring ca 7% fibrer  
208 Rågsiktsbröd osötat ca 3,5% fibrer  
209 Rågsiktsbröd ca 4% fibrer  
211 Rågbröd osötat ca 9% fibrer  
213 Rågbröd typ rallarhalvor ca 9% fibrer  
214 Rågbröd osötat ca 5% fibrer  
216 Hårt tunnbröd vete råg korn havre mjölk 7% fibrer ospec.  
217 Vitt bröd mjölk typ mjukt tunnbröd ca 4% fibrer  
222 Vitt bröd vatten typ ostfralla ca 3% fibrer  
224 Riskakor solrosfrön majs 4% fett  
225 Riskakor smaksatta 18% fett  
229 Croissant fransk giffel (beräknat)  
230 Potatis  
231 Potatis m skal kokt  
232 Potatis skalad kokt m salt  
233 Potatis m skal bakad u salt  
234 Potatis m skal bakad i aluminiumfolie u salt  
235 Potatis tärnad fryst  
236 Färsipotatis kokt u salt  
237 Färsipotatis konserv  
238 Klyftpotatis u skal ugnstek m rapsolja  
239 Potatis kokt (beräknat)  
240 Potatis stekt (beräknat)  
241 Potatis råstek (beräknat)  
244 Pommes frites friterad potatis ca 7% fett fryst värmd i ugn

245 Pommes frites friterad potatis ca 11% fett fryst värmd i olja  
246 Pommes frites friterad potatis ca 17% fett gatukök  
248 Kroppkakor el potatispalt m fläsk  
249 Pytt i panna hemlagad i gjutjärnsstekpanna  
250 Sjömansbiff hemlagad  
252 Lapskojs (beräknat)  
253 Pitepalt (beräknat)  
255 Pytt i panna fryst  
257 Janssons frestelse kaffebrädd mjölk (beräknat)  
258 Laxpudding (beräknat)  
261 Potatissallad gräddfil majonnäs (beräknat)  
265 Potatismos pulver berik  
266 Potatispalt  
267 Potatiskroketter frysta  
269 Potatismos hemlagat  
271 Raggmunkar potatisplättar potatispannkakor hemlagade  
273 Potatisbullar (beräknat)  
275 Potatisgratäng mjölk ost (beräknat)  
276 Potatiskroketter frysta värmda\_M (beräknat)  
281 Schweizisk potatiskaka rösti fryst värmd  
282 Potatiskroketter frysta värmda  
283 Potatismos pulver berik tillagad  
289 Morot  
290 Palsternacka  
291 Pepparrot  
293 Rädisa  
294 Rödbeta  
295 Rättika  
301 Morotsjuice  
302 Rotmos hemlagad  
305 Morötter kokta (beräknat)  
306 Morötter stuvade (beräknat)  
310 Jordärtskocka kokt (beräknat)  
312 Rotselleri kokt (beräknat)  
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)  
317 Rödbetssoppa typ Borsjtj (beräknat)  
318 Rotmos pulver berik tillagad  
319 Rödbeta inlagd u lag  
320 Avokado  
321 Stjälkselleri  
322 Blomkål  
329 Mungbönsgroddar  
333 Champinjoner  
334 Friséesallat  
335 Endivesallat  
336 Fänkål  
337 Grönkål  
339 Gurka  
340 Isbergssallat  
344 Lök gul röd  
348 Mangold  
352 Persilja blad  
354 Purjolök  
355 Rödkål  
356 Huvudsallat  
357 Savojkål

358 Salladskål  
360 Spenat  
362 Squash  
364 Tomat  
365 Soltorkade tomater i olja avrunna  
366 Trädgårdskrasse  
370 Vitkål  
371 Vitlök  
372 Aubergine  
376 Alfalfagroddar  
377 Dill  
378 Gräslök  
379 Basilika färsk  
384 Linsgroddar  
389 Grönsaksblandning örter majs paprika fryst  
390 Grönsallat gurka tomat u dressing (beräknat)  
392 Paprika grön gul röd (beräknat)  
393 Bambuskott konserv u lag  
400 Majskorn konserv u lag  
401 Oliver gröna inlagda  
402 Oliver svarta m olja konserv  
403 Grönsaksblandning inlagda el pickels sötad u lag  
404 Sparris grön vit konserv u lag  
406 Surkål konserv m lag  
407 Tomater hela konserv m lag  
408 Tomatjuice konserv drickf  
409 Tomatpasta konserv  
410 Tomatpuré konc konserv  
411 Vaxbönor konserv u lag  
413 Gröna örter konserv u lag  
416 Paprikasallad inlagd u lag  
417 Ajvar relish grönsakspasta m paprika aubergin  
418 Svamp konserv u lag  
419 Kantareller konserv u lag  
420 Syltlök inlagd  
423 Fefferoni inlagd konserv  
424 Wokgrönsaker Asiatiska wokade i rapsolja  
425 Wokgrönsaker Classic wokade i rapsolja  
426 Grönsaksblandning örter morötter konserv m lag  
427 Grönsaksjuice konserv el pastöriserad drickf  
428 Champinjoner konserv u lag  
439 Grönsaksbiff stekt (beräknat)  
451 Paprika förvällad (beräknat)  
452 Purjolök kokt (beräknat)  
453 Rödkål brynt kokt (beräknat)  
454 Sparrisstuvning (beräknat)  
456 Spenatstuvning (beräknat)  
458 Champinjonstuvning (beräknat)  
461 Tomatröra italiensk (beräknat)  
462 Tomatröra mexikansk salsa kall (beräknat)  
465 Vitkål kokt (beräknat)  
467 Vitkålssallad pizzasallad (beräknat)  
475 Grönsaksgryta majs purjo örter (beräknat)  
487 Gurka inlagd  
488 Bostongurka  
489 Gurka fermenterad u lag



490 Saltgurka u lag  
491 Ättiksgurka u lag  
492 Kronärtskocka kokt  
495 Majscolv kokt  
500 Rödkål konserv  
502 Grönsaker blandade fermenterade  
510 Får i kål (beräknat)  
512 Kålpudding (beräknat)  
520 Granatäpple  
521 Grapefrukt  
522 Guava  
523 Hallon  
524 Hallon sockrade frysta  
525 Hjortron  
526 Jordgubbar  
535 Grönsaksbuljong pasta/pulver storhushåll  
545 Grönsaksbuljong ätf  
546 Honungsmelon  
547 Nätmelon  
548 Rabarber  
549 Vattenmelon  
550 Ananas  
551 Apelsin  
552 Aprikos  
553 Banan  
554 Björnbär  
555 Blåbär  
556 Blåbär frysta  
558 Cherimoya  
559 Citron  
560 Småcitrus clementiner mandariner satsumas  
561 Fikon  
564 Kaktusfikon  
565 Kiwi  
566 Krusbär  
567 Physalis  
568 Kumquat  
569 Kvitten  
570 Surkörsbär moreller  
571 Sötkörsbär bigarråer  
572 Lime  
573 Lingon  
574 Mango  
576 Nektarin  
577 Papaya  
578 Paradisäpplen  
579 Passionsfrukt  
580 Persika  
581 Sharon  
582 Plommon  
583 Päron  
585 Röda vinbär  
586 Svarta vinbär  
587 Vindruvor  
588 Äpple m skal  
589 Äpple u skal

590 Hallon frysta  
591 Björnbär frysta  
593 Jordgubbar frysta  
597 Hallon blåbär sockrade frysta (beräknat)  
598 Apelsinskal  
599 Aprikoser torkade  
600 Banan torkad  
601 Blåbär torkade  
602 Citronskal  
603 Dadlar torkade  
604 Fikon torkade  
605 Katrinplommon 32,5 % vatten  
606 Nypon u frön torkade  
608 Persikor torkade  
609 Päron torkade  
610 Russin  
611 Äpplen torkade  
612 Fukt torkad  
613 Papaya torkad  
614 Ananas konserv m juice  
617 Ananas konserv m medelsöt lag  
618 Aprikoser konserv m juice  
619 Aprikoser konserv m medelsöt lag  
622 Fikon konserv m medelsöt lag  
623 Kiwi konserv u lag  
625 Persikor konserv m medelsöt lag  
626 Plommon konserv m medelsöt lag  
627 Päron konserv m lättsöt lag  
628 Päron konserv m medelsöt lag  
629 Äpplen konserv  
630 Grapefrukt konserv m lättsöt lag  
632 Frukta cocktail konserv m medelsöt lag  
633 Mandarin konserv m lättsöt lag  
634 Mango konserv m medelsöt lag  
635 Apelsinsallad (beräknat)  
637 Fukt bär konserv osötad el m sötmedel u energi  
638 Fruktallad (beräknat)  
645 Citronjuice färskpressad  
647 Småcitrusjuice färskpressad  
649 Grapefruktjuice färskpressad  
652 Limejuice färskpressad  
655 Risgrynsgröt (beräknat)  
658 Druvjuice konserv drickf  
659 Äppeljuice konserv drickf  
660 Ananasjuice konserv drickf  
661 Apelsinjuice pastöriserad drickf  
664 Aprikosnektar pastöriserad drickf  
665 Persikonektar pastöriserad drickf  
666 Päronnektar pastöriserad drickf  
668 Apelsinnektar pastöriserad osötad drickf berik  
670 Katrinplommondryck konserv drickf  
675 Bovetegröt (beräknat)  
677 Havregrynsgröt (beräknat)  
679 Frukostflingor puffat rostat ris Vårgårda ris  
682 Mannagrynsgröt (beräknat)  
683 Kruskagröt russin havregryn veteflingor vetekli (beräknat)

684 Rågmjölsgrot (beräknat)  
694 Välling för vuxna fullkorn berik  
695 Havrevälling (beräknat)  
700 Havredryck drickf Oatly  
701 Havredryck berik choklad drickf Oatly  
702 Havregryn ångprep el havremjöl  
703 Fiberhavregryn ångprep  
706 Frukostflingor berik Corn flakes majs  
710 Frukostflingor fullkornsvete Weetabix  
712 Frukostflingor flingblandning Basmüsli  
713 Frukostflingor berik Rice Krispies  
714 Frukostflingor vetekli malt rostat Allbran Plus  
715 Frukostflingor berik Havrefras  
716 Frukostflingor berik ris socker kakao Coco Pops  
719 Frukostflingor musli med 33% frukt, olja, socker  
721 Frukostflingor flingblandning müsli frukt nötter socker el honung  
723 Frukostflingor flingblandning glutenfri frukt socker soja  
724 Frukostflingor berik vetekli Allbran Regular  
725 Frukostflingor berik Special K  
726 Frukostflingor berik Kalaspuffar  
727 Frukostflingor berik Frosties  
728 Frukostflingor Loops  
731 Pannkaka tunn hemlagad  
735 Ugnspannkaka (beräknat)  
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)  
739 Fläskpannkaka (beräknat)  
740 Räkcrêpe mellanmjölk mjölk vispgrädde (crêpe 56 % fyllning 44 %) hemlagad  
742 Champinjoncrêpe mellanmjölk mjölk vispgrädde (crêpe 56% fyllning 44 %) hemlagad  
748 Pannkaka tunn fylld ospec. (beräknat)  
755 Smulpajdeg gräddad (beräknat)  
756 Köttfärspaj (beräknat)  
757 Kycklingpaj (beräknat)  
758 Pirog m köttfärsfyllning (beräknat)  
759 Pizza m skinka salami köttfärs (beräknat)  
762 Pizza Capricciosa rökt skinka fryst el kyld värmd  
765 Pizza pan pizza rökt griskött fryst värmd  
768 Fiskpaj (beräknat)  
775 Kycklingburgare MC Donalds  
776 Fiskburgare MC Donalds  
788 Pitabröd m falafel sallad sesam pepperoni  
795 Pizzapålägg skinka tomat hårdost (beräknat)  
796 Ost- och skinkpaj (beräknat)  
797 Smörgåstårta landgång leverpastej Cottage cheese skinka (beräknat)  
824 Vinbladsdolma m ris konserv  
829 Bulgur  
831 Couscous  
832 Couscous tillagad  
833 Korngryn kokta hemlagade  
835 Majsgryn polenta kokt (beräknat)  
838 Ris à la Malta (beräknat)  
840 Risifrutti 6% fett  
842 Paella (beräknat)  
851 Pasta berik kokt m salt  
853 Stuvade makaroner (beräknat)  
856 Makaronipudding m skinka falukorv äggstanning (beräknat)  
858 Köttfärssås o spaghetti (beräknat)

860 Lasagne  
861 Ravioli m sås fryst el konserv  
862 Tortellini m köttfyllning  
866 Lasagne vegetarisk (beräknat)  
872 Tortellini ravioli m ostfyllning ospec.  
873 Nudelsoppa olika smaker kryddad  
882 Kikärter torkade kokta u salt  
883 Mungbönor torkade kokta u salt  
885 Linser torkade kokta u salt  
892 Bruna bönor kokta (beräknat)  
893 Vita bönor torkade kokta (beräknat)  
897 Ärtsoppa m fläsk hemlagad  
898 Chili con carne (beräknat)  
900 Ärtsoppa m fläsk konserv tillagad m vatten  
901 Vita bönor i tomatsås konserv  
902 Vita bönor i tomatsås (beräknat)  
904 Ärtsoppa vegetarisk (beräknat)  
907 Sojadryck  
909 Sojasås  
912 Sojaglass vegetarisk u laktos 11% fett Tofuline  
915 Sojabiff stekt (beräknat)  
919 Kikärtsbiffar falafel friterade (beräknat)  
920 Lammfog lammbringa  
921 Lammkotlett  
922 Lammlägg  
923 Lammrygg lammhals  
924 Lammstek rå  
925 Lammfärs 12% fett  
926 Tunnbringa lamm  
927 Lammkotlett fett bortskuret  
928 Harkött hare  
930 Hjortfog svensk  
931 Hjortstek svensk  
932 Hjort ryggbiff svensk  
933 Hästkött  
944 Kaninkött  
956 Fog märgpipa nöt  
965 Renstek rå  
966 Renfog  
967 Renskav fryst  
968 Rådjurskött  
969 Fog gris  
970 Fläskfilé gris  
971 Fläskkotlett gris m 5 mm fettkant  
972 Revbensspjäll gris  
973 Grisfötter  
974 Rimmad skinka julskinka gris rå ca 3% fett  
975 Fläskben gris  
976 Picknickfog rå gris  
977 Grytbitar gris  
978 Fläskkarré gris  
980 Fläskfärs gris 20% fett  
981 Fogbladsstek gris rå  
982 Fläskkotlett gris fett bortskuret  
983 Fläskkotlett gris m 2 mm fettkant  
984 Fläsklägg u svål gris putsad

- 985 Fläsk sida gris m svål i bit
- 986 Stekfläsk sida gris m svål skivor
- 987 Flintastek gris m svål rå
- 988 Skinka innanlår gris
- 989 Skinka fransyska gris
- 990 Skinka ytterlår gris
- 991 Rimmat sidfläsk el stekfläsk gris i skivor
- 992 Fläskfärs gris 8% fett
- 995 Älgskav fryst
- 997 Grissvål
- 998 Hamburgerkött rökt hästkött
- 999 Saltkött av nöt rimmat kokt
- 1000 Rökt nötkött
- 1001 Renkött rökt
- 1002 Renkött torkat
- 1003 Bacon gris
- 1005 Fläskbog gris konserv inkl 6-8% gelé
- 1006 Kassler rökt kotlettertrad gris
- 1007 Skinka gris konserv inkl 8-11% gelé
- 1008 Italiensk lufttorkad skinka gris
- 1009 Rökt skinka gris 6% fett
- 1010 Rökt skinka gris 3% fett
- 1011 Rökt sidfläsk gris
- 1014 Biff ryggbiff nöt stekt (beräknat)
- 1015 Rimmad skinka el julskinka gris kokt 4,5% fett
- 1016 Kassler rökt kotlettertrad gris stekt el värmd (beräknat)
- 1017 Entrecôte nöt stekt (beräknat)
- 1018 Bogfläsk stekt gris (beräknat)
- 1019 Fläskött gris kokt (beräknat)
- 1020 Rimmat sidfläsk gris stekt (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 fläskrulad /rullsylta (beräknat)
- 1030 Grisfötter kokta (beräknat)
- 1031 Harstek hare (beräknat)
- 1036 Lammkotlett stekt (beräknat)
- 1037 Lammstek (beräknat)
- 1042 Rimmad oxbringa nöt kokt (beräknat)
- 1044 Rostbiff nöt ugnstek (beräknat)
- 1045 Revbensspjäll gris ugnstek grillat (beräknat)
- 1046 Rökt skinka gris stekt (beräknat)
- 1047 Rådjurskött ugnstek (beräknat)
- 1048 Renkött kokt (beräknat)
- 1049 Renkött ugnstek (beräknat)
- 1050 Älgstek (beräknat)
- 1055 Fläskkarré gris stekt u steksky
- 1056 Skinkstek gris stekt fryst u steksky
- 1057 Stek nöt stekt fryst u steksky
- 1059 Revbensspjäll gris grillat ugnstek
- 1060 Dillkött m nötkött m purjolök morötter o sås hemlagad
- 1061 Kalops nötkött lök morötter sås hemlagad
- 1063 Rimmat sidfläsk el stekfläsk gris m löksås (beräknat)

1064 Rimmat sidfläsk gris panerat stekt (beräknat)  
1065 Fläskkotlett gris panerad stekt (beräknat)  
1068 Gulasch nötkött (beräknat)  
1069 Hargryta (beräknat)  
1070 Kalvköttgryta lök tomat morötter rotselleri (beräknat)  
1072 Kalvläggsgryta typ Osso buco (beräknat)  
1074 Lammfrikassé (beräknat)  
1075 Lammköttgryta lök tomat (beräknat)  
1077 Nötköttgryta lök purjolök morötter (beräknat)  
1078 Pepparrotskött nötkött lök morötter sås (beräknat)  
1079 Nötköttgryta lök tomat morötter rotselleri i lergryta (beräknat)  
1080 Renskav stekt m vispgrädde (beräknat)  
1081 Renskavsgryta (beräknat)  
1083 Kalops (beräknat)  
1085 Fläskköttgryta gris grönsaker (beräknat)  
1087 Biff Stroganoff nötkött fryst  
1088 Dillkött nötkött m sås fryst  
1095 Kalops nötkött fryst sås  
1106 Köttbullar stekta hemlagade  
1110 Hamburgare ca 9% fett stekt (beräknat)  
1111 Hamburgare ca 17% fett stekt (beräknat)  
1112 Köttfärsjärpar stekta blandfärs 70/30 (beräknat)  
1113 Kalvfrikadeller (beräknat)  
1114 Kalvfärsbiffar (beräknat)  
1115 Köttfärssås på nötfärs (beräknat)  
1116 Köttfärssoppa (beräknat)  
1117 Köttfärsgulasch m gräddfil (beräknat)  
1118 Köttfärsgulasch u gräddfil (beräknat)  
1119 Köttbullar nötfärs stekta (beräknat)  
1120 Köttbullar grisfärs stekta (beräknat)  
1121 Köttfärssås grisfärs (beräknat)  
1122 Köttbullsgryta m lök äpple banan (beräknat)  
1123 Köttfärssås till moussaka (beräknat)  
1124 Köttfärsröra till tacobröd (beräknat)  
1125 Lammfärsbiffar stekta (beräknat)  
1127 Köttfärslimpa blandfärs (beräknat)  
1128 Pannbiff nötfärs stekt (beräknat)  
1129 Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)  
1130 Parisersmörgås u stekt ägg (beräknat)  
1131 Älgfärsbiffar stekta (beräknat)  
1132 Köttfärssås älgfärs (beräknat)  
1138 Hamburgare stekt fryst  
1145 Köttfärssås fryst el konserv  
1146 Kåldolmar stekta frysta u sås  
1149 Pannbiff stekt fryst  
1154 Duva stekt  
1169 Ripa stekt  
1170 Kycklingbröstfilé u skinn ugnstekt  
1172 Kycklingbröstfilé u skinn wokad strimlor rapsolja  
1177 Strutsfilé stekt  
1178 Kalkon kokt  
1182 Kyckling m skinn stekt (beräknat)  
1183 Fasan stekt (beräknat)  
1184 Gås stekt (beräknat)  
1186 Kalkon m skinn stekt (beräknat)  
1191 Rökt kalkon

1199 Bondomelett (beräknat)  
1207 Kyckling friterad Chicken McNuggets  
1210 Kalvbuljong konc storhushåll  
1211 Kalvbuljong konc låg salt storhushåll  
1212 Köttbuljong konc storhushåll  
1213 Köttbuljong konc låg salt storhushåll  
1214 Skinkbuljong konc storhushåll  
1215 Hönsbuljong konc låg salt storhushåll  
1216 Hönsbuljong konc storhushåll  
1217 Köttbuljong pulver tärning  
1218 Köttbuljong konserv ätf  
1221 Dopp i grytan (beräknat)  
1222 Köttbuljong tärning ätf (beräknat)  
1223 Köttbuljong ätf  
1224 Hönsbuljong ätf  
1226 Äggula  
1230 Fransk omelett vatten (beräknat)  
1235 Skinklåda (beräknat)  
1236 Torsksufflé (beräknat)  
1252 Sik urtagen varmrökt  
1265 Ansjovis skarpsill inlagd  
1266 Böckling varmrökt  
1269 Lax sida kallrökt  
1271 Sardiner i olja konserv  
1272 Sardiner i tomatsås konserv  
1276 Tonfisk i olja konserv avrunnen  
1277 Ål rund- o varmrökt  
1278 Tonfisk i vatten konserv avrunnen  
1281 Matjessill konserv  
1285 Gravad lax  
1286 Lax rimmad  
1288 Lax urtagen varmrökt  
1289 Makrillfilé varmrökt  
1294 Fiskpinnar råa frysta  
1296 Makrillfilé konserv i tomatsås  
1297 Surströmming  
1298 Lutfisk kokt hemlagad  
1299 Salt sill panerad stekt hemlagad  
1305 Abborrfilé panerad stekt (beräknat)  
1307 Fiskpanetter fiskpinnar stekta (beräknat)  
1316 Lax stekt (beräknat)  
1317 Lax kokt (beräknat)  
1318 Makrill kokt (beräknat)  
1319 Makrill panerad stekt (beräknat)  
1320 Makrill opanerad stekt (beräknat)  
1328 Sill panerad stekt (beräknat)  
1330 Strömming panerad stekt (beräknat)  
1332 Kräftströmming (beräknat)  
1333 Strömming opanerad stekt (beräknat)  
1334 Tonfisk stekt (beräknat)  
1340 Fisk rökt (beräknat)  
1345 Fiskbullar konserv u buljong  
1347 Böcklingpastej  
1348 Fiskpudding m ris hemlagad  
1351 Fiskbullar panerade stekta (beräknat)  
1352 Fiskbullar i buljong konserv stuvade m mjölk (beräknat)

1356 Fiskpaté m skaldjur (beräknat)  
1371 Fisk m mandel o ströbröd fryst  
1372 Fiskgratäng m potatismos o dillsås fryst tillagad  
1375 Sushi blandning 7 bitar  
1377 Kaviar örökt  
1378 Kaviar rökt  
1379 Lättkaviar Kalles  
1381 Stenbitskaviar  
1382 Löjrom saltad  
1383 Torskrom stekt (beräknat)  
1386 Ostron  
1390 Musslor konserv u lag  
1396 Hummer konserv el kokt  
1397 Krabba kokt  
1398 Krabba konserv  
1399 Räkor konserv m lag  
1400 Räkor konserv u lag  
1401 Räkor kokta  
1402 Kräfta konserv el kokt  
1403 Havskräfta  
1406 Friterade räkor restaurang  
1408 Friterad bläckfisk restaurang  
1411 Räkstuvning (beräknat)  
1419 Fiskbuljong konc storhushåll  
1420 Fiskbuljong konc storhushåll låg salt  
1422 Fiskbuljong ätf  
1425 Blodbröd hårt  
1429 Blodbröd paltbröd  
1431 Blodpudding 13% fett stekt (beräknat)  
1432 Blodpudding 8% fett stekt (beräknat)  
1433 Paltbröd kokt (beräknat)  
1457 Kycklinglever stekt (beräknat)  
1461 Leverstuvning hemlagad  
1464 Kycklinglever stuvad (beräknat)  
1465 Nöt levergryta äpple potatis lök tomat (beräknat)  
1467 Leverbiff mald stekt fryst  
1469 Leverstuvning fryst  
1470 Gåsleverpastej rökt konserv  
1474 Leverpastej bredbar ca 24% fett  
1475 Leverpastej skivbar 26% fett  
1476 Leverpastej skivbar 14% fett  
1477 Leverpastej bredbar ca 10% fett  
1478 Leverpastej bredbar 3-3,5% fett  
1479 Leverbiff mald lever stekt hemlagad  
1480 Paté på köttfärs kycklinglever (beräknat)  
1482 Lantpaté  
1483 Grönpepparpaté  
1491 Fläskkorv ca 21% fett kokt  
1496 Medvurst ca 23% fett kokt  
1497 Rökt medvurst ca 36% fett  
1498 Salami svensk ca 33% fett  
1506 Rökt påläggskorv 34% fett ospec  
1510 Rökt påläggskorv 10% fett ospec  
1513 Chorizo korv stekt  
1517 Salami importerad 45% fett  
1523 Bacon magert gris rökt stekt (beräknat)



1524 Bacon lättbacon gris  
1529 Falukorv stekt (beräknat)  
1530 Frukostkorv stekt (beräknat)  
1531 Isterband stekt (beräknat)  
1534 Varmkorv kokt (beräknat)  
1535 Varmkorv stekt (beräknat)  
1537 Falukorv m hårdost tomat lök äpple ugnstek (beräknat)  
1541 Pölsa värmd stekt (beräknat)  
1552 Korv Stroganoff fryst  
1557 Cashewnötter  
1558 Hasselnötter  
1559 Jordnötssmör  
1560 Jordnötter torkade  
1562 Jordnötter rostade saltade  
1564 Kokosflingor torkade  
1565 Kokosnöt  
1567 Linfrön torkade  
1568 Paranötter  
1569 Pekannötter  
1570 Pistaschnötter  
1573 Sesamfrön torkade u skal  
1574 Solrosfrön torkade  
1575 Sötmandel torkad  
1576 Valnötter  
1577 Kastanjer rostade  
1579 Torkade saltade kikärter snacks  
1580 Jordnötsbågar jordnötsringar  
1581 Tortilla chips  
1582 Ostbågar  
1583 Popcorn poppade  
1584 Potatischips  
1585 Salta pinnar  
1586 Popcorn mikro 22% fett  
1587 Chips smaksatta 34% fett  
1588 Chips light 25% fett  
1589 Japanmix Exotic snacks  
1591 Kokosvatten vätskan i kokosnöt  
1592 Sesamdryck vattenextrakt av frön m skal  
1593 Sesamdryck vattenextrakt av frön u skal  
1594 Sött vetebröd kanelbullar hembakta (beräknat)  
1595 Rågskorpor  
1597 Veteskorpor osötade  
1598 Sött vetebröd  
1599 Sött vetebröd slätt  
1600 Sött vetebröd sötat m fruktsocker  
1601 Vetebröd osötat  
1602 Fyllt vetebröd bullar längd ospec.  
1603 Veteskorpor  
1604 Fullkornsskorpor osötade  
1605 Mandelkubb  
1606 Munkar u fyllning  
1607 Munkar fyllda m äppelmos vaniljkräm  
1608 Wienerbröd fyllt m vaniljkräm sylt florsocker  
1609 Sött vetebröd på bakpulver (beräknat)  
1610 Saffransbröd (beräknat)  
1611 Kex Cream Crackers

1612 Wafers fyllda rån kex  
1613 Kex Hob-nobs  
1614 Kex Marie  
1615 Kex Brago  
1616 Kex Singoalla  
1617 Kex Ballerina  
1618 Maränger m choklad  
1619 Småkakor ospec.  
1620 Jitterbugg mördeg maräng  
1621 Amerikanska cookies choklad  
1623 Smörgåskex  
1624 Pepparkakor  
1625 Spettekaka  
1626 Maräng  
1627 Fyllda kex  
1628 Cheese crackers ostkex  
1629 Salta kex Salinas  
1631 Kex sötade m sorbitol  
1632 Pepparkakor sötade m sorbitol  
1633 Smörgåsrån  
1634 Fyllda rån sötade m sorbitol  
1635 Fyllda rån sötade m fruktsocker  
1636 Våffelstrut ofylld  
1637 Småkakor sötade m sorbitol  
1639 Mördeg gräddad (beräknat)  
1640 Smördeg gräddad (beräknat)  
1641 Smördeg fryst  
1643 Wienerbröd  
1645 Gräddtårta  
1646 Toscabit mazarinmassa mandel choklad  
1647 Bärtårta grädde vaniljkräm sylt gele  
1648 Princesstårta fylld m grädde vaniljkräm hallonsylt marsipan  
1649 Chokladtårta aprikossylt chokladöverdrag Sachertårta  
1650 Napoleonbakelse grädde vaniljkräm hallonsylt glasyr  
1651 Frukttårta hallonsylt vaniljkräm mandelmassa frukter gele  
1652 Chokladbiskvi mandelbotten smörkräm choklad  
1653 Mazariner mördegsbotten mazarinfyllning glasyr  
1654 Drömrulltårta  
1655 Rulltårta m sylt  
1656 Punschrulle  
1657 Chokladboll  
1658 Gräddtårta hembakad jordgubb banan  
1659 Potatisbakelse vaniljkräm smörkräm marsipan  
1660 Äppelkaka m ströbröd (beräknat)  
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)  
1662 Semla vetebulle fylld m mandelmassa vispad grädde  
1663 Chokladrutor m glasyr o riven kokos (beräknat)  
1664 Ambrosiakaka (beräknat)  
1665 Punschrulle Dammsugare (beräknat)  
1666 Arraksboll (beräknat)  
1667 Petits-choux fyllda m vispgrädde sylt (beräknat)  
1668 Semla (beräknat)  
1669 Fransk äppelkaka (beräknat)  
1672 Chokladkaka (beräknat)  
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)  
1677 Amerikanska muffins ospec

1678 Mjuk kaka sockerkaka mjuk pepparkaka  
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)  
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)  
1681 Sockerkaka fin 150 g fett i receptet (beräknat)  
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)  
1683 Mjuk nötkaka (beräknat)  
1684 Sockerkaka m 50 g fett i receptet (beräknat)  
1685 Sockerkaka, saftig (beräknat)  
1686 Digestivekex  
1687 Fruktkaka (beräknat)  
1689 Gräddglass 12% fett  
1690 Glass veg fett ca 8%  
1691 Glass veg fett ca 10%  
1692 Glasstrut ca 15% fett  
1693 Glass m syntetiskt sötmedel el lightglass ca 6% fett  
1694 Glasstrut Daim  
1695 Glass m chokladkex GB Sandwich  
1696 Gräddglass ca 15% fett  
1697 Glass veg fett 12%  
1698 Lättglass ca 5% fett  
1699 Glasspinne ca 25% fett  
1700 Glasspinne m kakaoöverdrag 20% fett  
1701 Glasspinne el split m isöverdrag ca 6% fett  
1702 Glasstrut ca 10% fett  
1703 Mjukglass vanilj  
1705 Glasstårta 17% fett  
1706 Glass m maräng 10% fett  
1707 Glass m havre 10% fett vanilj Oatly  
1708 Glass parfait (beräknat)  
1712 Gräddersättning m havre 13% fett Oatly iMat  
1713 Gräddfil 12% fett  
1714 Kaffegrädde 12% fett  
1715 Vispgrädde 40% fett  
1716 Mellangrädde 27% fett  
1717 Matlagningsgrädde 15% fett  
1718 Matlagningsgrädde 5% fett Laga lätt  
1719 Crème fraiche 34% fett  
1721 Lätt crème fraiche 15% fett  
1725 Gräddpulver gräddersättning 35% fett  
1734 Blåbärssoppa (beräknat)  
1744 Kräm bär o el frukt ospec. (beräknat)  
1747 Saftsoppa (beräknat)  
1748 Saftsås (beräknat)  
1749 Blåbärssoppa pastöriserad berik  
1750 Fruksoppa blandad torkad frukt pastöriserad berik ätf  
1751 Nyponsoppa pastöriserad el på pulver berik ätf  
1754 Saftkräm pastöriserad berik  
1758 Katrinplommonkaka (beräknat)  
1759 Kalvdans mjölkpulver ägg (beräknat)  
1761 Marängsviss hovdessert (beräknat)  
1762 Brylépudding (beräknat)  
1764 Chokladpudding (beräknat)  
1766 Chokladmousse (beräknat)  
1768 Chokladsås (beräknat)  
1769 Kolasås (beräknat)  
1771 Vaniljsås mjölk kaffegrädde (beräknat)

1773 Ostkaka lätt osockrad 3% fett  
1775 Citronfromage  
1781 Rabarberpaj (beräknat)  
1782 Äppelpaj (beräknat)  
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestivekex (beräknat)  
1790 Friterad banan (beräknat)  
1791 Ugnsstekt äpple (beräknat)  
1793 Apelsinmarmelad  
1796 Apelsinmarmelad lättsockrad  
1797 Marmelad aprikos björnbär jordgubbar  
1798 Lingonsylt  
1800 Lingonsylt osötad  
1801 Jordgubbssylt  
1809 Äppelmos  
1810 Äppelmos lättsockrat  
1811 Äppelmos osötat el m sötmedel u energi  
1812 Cumberlandsås (beräknat)  
1814 Apelsinsaft berik konc  
1815 Apelsinsaft berik drickf  
1817 Saft lättsockrad konc  
1818 Saft lättsockrad drickf  
1819 Saft röd konc  
1820 Saft röd drickf  
1821 Svartvinbärssaft berik konc  
1822 Saft sötad m sorbitol konc  
1825 Saft osötad el m sötmedel u energi konc  
1826 Fruktdryck m kolsyra  
1827 Fruktdryck u kolsyra  
1828 Läsk m kolsyra  
1829 Coladryck  
1830 Lightläsk  
1831 Cola light  
1832 Sportdryck drickf  
1834 Saft sötad m sorbitol drickf (beräknat)  
1837 Hallonsaft drickf  
1838 Svartvinbärssaft berik drickf  
1839 Måltidsdricka äpple lingon berik drickf  
1840 Lingondricka berik drickf  
1842 Saft osötad el m sötmedel u energi berik drickf  
1843 Isglass  
1844 Sorbet  
1845 Saftis  
1846 Chokladdryck på vatten (beräknat)  
1847 Chokladdryck Pucko  
1848 Mjolkchoklad m hackade hasselnötter Schweizernöt  
1849 Mjolkchoklad fylld m mandelkrokant Daim  
1850 Mjolkchoklad m mjuk kolafyllning Plopp Center  
1851 Kex överdragna m mjolkchoklad kitkat  
1852 Kex och kola överdragen m mjolkchoklad Twix/Lion  
1853 Kola och jordnötter överdragen m mjolkchoklad Snickers  
1854 Mjuk kola och mjuk chokladmaräng överdragen m mjolkchoklad Japp Mars  
1855 Choklad o chokladpraliner  
1858 Chokladpraliner  
1859 Mjuk kokos överdragen m tjockt lager mjolkchoklad Bounty  
1860 Nöt- och chokladkräm Nutella  
1861 Choklad u tillsatt socker

1863 Gelékonfekt  
1864 Karameller syrliga  
1865 Kola  
1866 Lakritskonfekt  
1867 Marmeladkonfekt  
1868 Skumgodis  
1869 Polkagrisar  
1870 Tuggummi  
1871 Klubba chokladkola karamell  
1873 Saltlakrits  
1874 Supersalt lakrits Djungelvrål  
1875 Chokladkola mörk m chokladöverdrag Riesen  
1876 Kexchoklad  
1877 Fruktkola AKO  
1878 Skumbilar Ahlgrens bilar  
1879 Chokladboll med kokos  
1880 Mums-mums  
1881 Energibar choklad nötter Start  
1882 Karameller syrliga sockerfria  
1884 Tuggummi sockerfritt  
1885 Mandelmassa  
1888 Chokladbollar (beräknat)  
1892 Socker  
1893 Brun farin  
1894 Ljus sirap  
1896 Honung  
1897 Druvsocker  
1898 Fruktsocker  
1900 Svagdricka 2,3 vol. %  
1901 Lättöl 2,3 vol. %  
1902 Öl pilsner 3,5 vol. %  
1903 Cider 1 vol. %  
1904 Vitt vin 1 vol. %  
1905 Rödvin rosévin 1%  
1906 Starköl el exportöl 5,6 vol. %  
1907 Rödvin 12 vol. %  
1908 Vitt vin halvtorr el halvsött 12,5 vol. %  
1909 Vitt vin el rhenvin 10 vol. %  
1910 Vitt vin sött 13,5 vol. %  
1911 Vitt vin torrt 12 vol. %  
1912 Vinglögg 10 vol. %  
1914 Madeira 18 vol. %  
1915 Portvin vitt rött 20 vol. %  
1916 Sherry halvtorr 17 vol. %  
1917 Starkvinsglögg 16 vol. %  
1918 Brännvin renat el vodka 40 vol. %  
1919 Likör söt 24 vol. %  
1920 Likör Kaptenlöjtnant 38 vol. %  
1921 Konjak el brandy 40 vol. %  
1922 Punsch 26 vol. %  
1923 Rom 40 vol. %  
1924 Kryddat brännvin 40 vol. %  
1925 Gin 40 vol. %  
1926 Whisky 40 vol. %  
1927 Likör mindre söt 24 vol. %  
1929 Irish coffee (beräknat)

1948 Samarin drickf  
1949 Sodavatten  
1950 Vichyvatten  
1951 Mineralvatten  
1952 Mineralvatten m tillsatt kalium  
1953 Kranvatten  
1955 Snabbkaffe pulver  
1956 Snabbkaffe drickf  
1957 Kaffe bryggt  
1958 Bryggt kaffe espresso drickf  
1959 Snabbkaffe koffeinfritt drickf  
1960 Tepulver  
1962 Te bryggt  
1963 Örtte drickf  
1964 Nyponte m svarta vinbär drickf  
1965 Ättiksprit ättiksyra 12 %  
1966 Vinäger ättiksyra 7 %  
1967 Äppelcidervinäger ättiksyra 7 %  
1972 Senap svensk  
1973 Senap fransk  
1975 Joderat salt  
1976 Mineralsalt  
1977 Havssalt  
1978 Örtsalt  
1987 Ljus sås buljong (beräknat)  
1992 Sky (beräknat)  
2003 Pestosås basilika parmesan valnöt (beräknat)  
2007 Sweet chili sås  
2024 Frukostflingor müsli Plus  
2025 Frukostflingor müsli Bär  
2027 Frukostflingor frukt nötter/kokos olja socker Start, hasselnöt  
2028 Frukostflingor frukt nötter/kokos olja socker ICA crunchy russin  
2029 Frukostflingor frukt nötter/kokos olja socker: ICA Crunchy naturell  
2030 Frukostflingor frukt nötter/kokos olja socker: F-müsli tropical  
2031 Frukostflingor frukt olja socker: Signum früsli crisp jordgubb  
2032 Frukostflingor flingblandning frukt olja: familjemüsli  
2033 Frukostflingor frukt olja: F-müsli banan  
2035 Crab sticks Ullmo  
2036 Milda mat 15% fett  
2037 Milda Minimat 7% fett  
2038 Milda Fraiche 24% fett  
2039 Milda Visp 20% 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 Mjökchoklad, genomsnittsvärde  
2058 Rostad lök  
2059 Glasspinne, Hallon o mjök, 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, kikärtskroetter frysta  
2070 Alpro soja  
2071 Special K Bar, red fruit, berikad  
2072 Special K Bar, Chocolate, berikade  
2079 Äggnudlar kokta m salt (beräknat)  
2081 Kantarellstuvning (beräknat)  
2083 Ratatouille (beräknat)  
2086 Crème Fraiche gourmet Bearnaise Saffran&tomat fett 27 % (beräknat)  
2092 Dansk sjömansbiff (beräknat)  
2096 Flygande Jakob Kyckling bacon jordnötter banan (beräknat)  
2097 Prinskorv stekt (beräknat)  
2098 Skinkröra (beräknat)  
2099 Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)  
2100 Köttfärsås blandfärs 70\_30 (beräknat)  
2104 Carbonara (beräknat)  
2107 Skagenröra (beräknat)  
2123 Havregrynsgröt på fiberhavregryn (beräknat)  
2125 Risnudlar kokta m salt (beräknat)  
2138 Kebabpizza (beräknat)  
2162 Palsternacka kokt (beräknat)  
2164 Fänkål kokt (beräknat)  
2165 Kroppkakor (beräknat)  
2184 Ostkaka 7% fett  
2189 Rapsolja oberik  
2190 Bordsmargarin Bregott fett 75% berikad  
2192 Lättmargarin Lätta fett 40% berikad  
2205 Ägg kokt (beräknat)  
2219 Toscaglasyr (beräknat)  
2399 Bordsmargarin Carlshamn LättLätt fett 30% berikad  
2400 Flytande margarin Carlshamn GottGott fett 80% berikad  
2401 Flytande margarin Carlshamn Mjökfritt fett 80% berikad  
2402 Bordsmargarin Carlshamn Runda Bords fett 60% berikad  
2403 Bordsmargarin Carlshamn Mjökfritt fett 80% berikad  
2404 Hushållsmargarin Carlshamn Mjökfritt fett 80% berikad  
2405 Hushållsmargarin Carlshamn GottGott fett 80% berikad  
2413 Lammrygg lammhals kokt (beräknat)  
2470 Flytande margarin Mjuka Milda fett 80% berikad  
2471 Lättmargarin Milda smörgås lätt fett 40% berikad  
2472 Lättmargarin Mini Lätta fett 28% berikad  
2474 Flytande margarin Becel fett 82%  
2488 Lättmargarin Lätta Yoghurt fett 28%  
2489 Lättmargarin Becel Olive fett 35%  
2490 Bordsmargarin Becel Gold fett 70% berikad  
2506 Döner kebab (beräknat)  
2510 Hamburgare dubbel bröd ost sallad dressing (beräknat)  
2511 Hamburgare enkel bröd inlagd gurka (beräknat)  
2513 Basmatiris kokt (beräknat)  
2514 Jasminris kokt (beräknat)  
2516 Ris långkornigt parboiled kokt (beräknat)

2517 Råris långkornigt kokt (beräknat)  
2548 Älgkalops (beräknat)  
2557 Tacoskal  
2561 Rucolasallat  
3136 Bulgur kokt (beräknat)  
3323 Älgfärs  
3324 Älg ytterlår

Nya livsmedel

2210 Aloe Vera Juice Syreberikad Hela Pharma AB  
2214 Aloe Vera Juice Sasco  
2216 Aloe Vera Juice med grönt te Naturapoteket  
2217 Aloe Berry nectar Forever Living Products  
2218 Aloe Vera naturell Forever Living Products  
2220 Makaroner/spaghetti glutenfri okokt Semper  
2221 Fusilli / lasagneplattor glutenfri okokt Semper  
2222 Pepparkakor glutenfritt Semper  
2223 Digestivekex glutenfritt Semper  
2224 Chokladkakor glutenfritt Semper  
2225 Grovknäcke glutenfritt Semper  
2226 Tagliatelle äggpasta glutenfritt okokt Semper  
2227 Pasta 100 % majs glutenfri okokt  
2228 Bearnaisesås fett 8% Kelda  
2229 Klassisk gräddsås fett 6% Kelda  
2230 Ostsås fett 8% Kelda  
2231 Bearnaise sås fett 44% Spisa Rydbergs  
2232 Rödvin sås fett 1,5% Spisa Rydbergs  
2233 Kebabasås vit fett 30% Rydbergs  
2234 Svamp sås fett 8,5% Spisa Rydbergs  
2235 Café de Paris sås fett 39% Spisa Rydbergs  
2236 Varmkorv fett 7% Må gott  
2237 Prinskorv fett 8% Må gott  
2238 Chorizo fett 9% Må gott  
2239 Lättkorv fett 7% Må gott  
2240 Salami fett 9% Må gott  
2241 Kokt medwurst fett 7% Må gott  
2242 Fruktyoghurt lättsockrad fett 0,2%  
2243 Fruktyoghurt lättsockrad laktosreducerad fett 0,1%  
2244 Frukostflingor fullkorn sockrad, frön o russin 40 %  
2245 Frukostflingor fullkorn naturell  
2246 After eight  
2520 Tagliatelle, glutenfritt kokt (beräknat)  
2521 Makaroner/spaghetti glutenfri kokt (beräknat)  
2522 Pasta 100% majs glutenfri kokt (beräknat)  
3433 Linfröolja  
3518 Quinoa röd kokt m salt

Borttagna livsmedel

2398 Lättmargarin Keiju fett 40% berik

**Version 091130**

Nya livsmedel	ursprung
2090 Kebabpanna (beräknat)	beräknat
3564 Bulgur fullkorn kokt u salt	analyserat
3668 Sojadryck berikad	lånat
3669 Havredryck berikad typ Solhav	lånat
3752 Couscous fullkorn kokt m salt	analyserat



3753 Pasta berikad kokt m salt typ C analyserat  
 3754 Pasta berikad kokt m salt typ I analyserat  
 3755 Pasta berikad kokt m salt typ E analyserat  
 3756 Pasta kokt m salt analyserat  
 3760 Vita bönor torkade kokta m sa analyserat  
 3761 Stora vita bönor konserv analyserat  
 3762 Kikärter torkade kokta m salt analyserat  
 3790 Rågsiktsbröd ca 7% fibrer analyserat  
 3791 Vitt bröd ca 5% fibrer typ Jätte analyserat  
 3792 Vitt bröd ca 6% fibrer typ Äntliç analyserat  
 3793 Hårt bröd råg ca 14% fibrer typ analyserat  
 3794 Rågbröd ca 6% fibrer typ Lingç analyserat  
 3795 Vitt bröd ca 5% fibrer typ Påge analyserat  
 3796 Grahamsbröd ca 13% fibrer ty analyserat  
 3797 Rågbröd ca 7% fibrer typ Korn analyserat  
 3798 Korvbröd grovt analyserat  
 3815 Kikärter konserv analyserat  
 3816 Kidneybönor röda bönor konserv analyserat  
 3817 Svarta bönor konserv analyserat  
 3818 Hamburgerbröd analyserat  
 3819 Vitt bröd mjölk typ tekaka ca 4 analyserat  
 3820 Bruna bönor konserv analyserat  
 3821 Gröna linser torkade kokta m s analyserat  
 3822 Röda linser torkade kokta m s analyserat  
 3823 Röda linser konserv analyserat  
 3824 Gröna linser konserv analyserat  
 3825 Hamburgerbröd grovt analyserat  
 3826 Pasta berikad kokt m salt analyserat  
 3828 Pasta >50% fullkorn kokt m sç analyserat  
 3847 Smörgåstårta landgång fisk sk beräknat

Borttagna livsmedel

876 Bruna bönor konserv -  
 882 Kikärter torkade kokta u salt  
 893 Vita bönor torkade kokta m salt - (beräknat)

Livsmedel med näringsvärdesförändring gammalt vs nytt värde

22 Sesamsås (beräkn Retinol	68	89
22 Sesamsås (beräkn Vitamin D	0,05	0,32
26 Dressing vinägrett Mättade fet	5,3	2,9
26 Dressing vinägrett Enkelomät	11,6	25,5
26 Dressing vinägrett Fleromätta	24,7	13,1
26 Dressing vinägrett Fettsyra 16	4,3	1,8
26 Dressing vinägrett Fettsyra 18	0,8	0,7
26 Dressing vinägrett Fettsyra 20	0,2	0,2
26 Dressing vinägrett Fettsyra 16	0	0,1
26 Dressing vinägrett Fettsyra 18	11,2	24,3
26 Dressing vinägrett Fettsyra 18	24	8,4
26 Dressing vinägrett Fettsyra 18	0,6	4,7
26 Dressing vinägrett Järn	0,83	0,27
26 Dressing vinägrett Kalcium	20	14
26 Dressing vinägrett Kalium	35	35
26 Dressing vinägrett Natrium	632	632
26 Dressing vinägrett Vitamin E	5,73	10,04
26 Dressing vinägrett ?-Tokofero	5,73	10,04
54 Grönsaksmajonnä Mättade fet	1,7	2,3
54 Grönsaksmajonnä Enkelomät	2	4
54 Grönsaksmajonnä Fleromätta	5,6	12,8

54 Grönsaksmajonnä Fettsyra 4:1	0,1	0,1
54 Grönsaksmajonnä Fettsyra 12	0	0
54 Grönsaksmajonnä Fettsyra 14	0,1	0,1
54 Grönsaksmajonnä Fettsyra 16	1	1,6
54 Grönsaksmajonnä Fettsyra 18	0,3	0,5
54 Grönsaksmajonnä Fettsyra 20	0	0,1
54 Grönsaksmajonnä Fettsyra 16	0	0
54 Grönsaksmajonnä Fettsyra 18	1,9	3,9
54 Grönsaksmajonnä Fettsyra 18	4,9	11,4
54 Grönsaksmajonnä Fettsyra 18	0,6	1,4
54 Grönsaksmajonnä Transfettsy	0	0
54 Grönsaksmajonnä Kolesterol	16,8	32
54 Grönsaksmajonnä Monosackarid	2,5	1,3
54 Grönsaksmajonnä Disackarid	2,6	2,4
54 Grönsaksmajonnä Sackaros	2,2	2,2
54 Grönsaksmajonnä Energi (kJ)	529	901
54 Grönsaksmajonnä Energi (kcal)	126	215
54 Grönsaksmajonnä Aska	0,7	0,9
54 Grönsaksmajonnä Vatten	79	69,8
54 Grönsaksmajonnä Avfall	2	0
54 Grönsaksmajonnä Kolhydrat	6,5	4,8
54 Grönsaksmajonnä Protein	1,6	1,7
54 Grönsaksmajonnä Fibrer	2	1,9
54 Grönsaksmajonnä Fett	10,1	20,9
54 Grönsaksmajonnä Fosfor	38	39
54 Grönsaksmajonnä Jod	1	1
54 Grönsaksmajonnä Järn	0,47	0,53
54 Grönsaksmajonnä Kalcium	26	23
54 Grönsaksmajonnä Kalium	119	104
54 Grönsaksmajonnä Magnesium	9	10
54 Grönsaksmajonnä Natrium	190	263
54 Grönsaksmajonnä Selen	0,5	0,6
54 Grönsaksmajonnä Zink	0,31	0,36
54 Grönsaksmajonnä Retinolekvi	244	295
54 Grönsaksmajonnä Retinol	27	43
54 Grönsaksmajonnä Vitamin D	0,01	0
54 Grönsaksmajonnä Vitamin E	0,71	1,38
54 Grönsaksmajonnä $\alpha$ -Tokoferol	0,71	1,38
54 Grönsaksmajonnä Karoten	2 088	2 423
54 Grönsaksmajonnä Tiamin	0,05	0,05
54 Grönsaksmajonnä Riboflavin	0,05	0,05
54 Grönsaksmajonnä Askorbinsy	4	3
54 Grönsaksmajonnä Niacin	0,4	0,4
54 Grönsaksmajonnä Niacinekviv	0,7	0,7
54 Grönsaksmajonnä Vitamin B1	0,13	0,26
54 Grönsaksmajonnä Vitamin B6	0,07	0,08
54 Grönsaksmajonnä Folat	15	18
58 Béarnaisesås (ber: Retinol	88	508
58 Béarnaisesås (ber: Vitamin D	0,59	5,84
59 Hollandaisesås (ber: Mättade fet	24,9	7,4
59 Hollandaisesås (ber: Enkelomätt	26,7	33,8
59 Hollandaisesås (ber: Fleromätt	9,9	16
59 Hollandaisesås (ber: Fettsyra 4:1	0,2	0
59 Hollandaisesås (ber: Fettsyra 12	1,4	0,1
59 Hollandaisesås (ber: Fettsyra 14	0,8	0,1
59 Hollandaisesås (ber: Fettsyra 16	17,7	3,6

59 Hollandaisesås (bε Fettsyra 18	2,2	1,6
59 Hollandaisesås (bε Fettsyra 20	0	0,4
59 Hollandaisesås (bε Fettsyra 16	0,2	0,3
59 Hollandaisesås (bε Fettsyra 18	26,3	33,3
59 Hollandaisesås (bε Fettsyra 18	7,7	10,6
59 Hollandaisesås (bε Fettsyra 18	3	4,5
59 Hollandaisesås (bε Fettsyra 20	0,1	0,1
59 Hollandaisesås (bε Fettsyra 22	0	0
59 Hollandaisesås (bε Fettsyra 22	0,1	0,1
59 Hollandaisesås (bε Kolesterol	254,8	232,1
59 Hollandaisesås (bε Monosacke	0,1	0,1
59 Hollandaisesås (bε Disackarid	0,2	0
59 Hollandaisesås (bε Sackaros	0	0
59 Hollandaisesås (bε Energi (kJ) 2 378	2 162	
59 Hollandaisesås (bε Energi (kcal	568	517
59 Hollandaisesås (bε Aska	1,9	1,7
59 Hollandaisesås (bε Vatten	31,7	38,1
59 Hollandaisesås (bε Kolhydrat	0,6	0,4
59 Hollandaisesås (bε Protein	3,3	2,9
59 Hollandaisesås (bε Fett	62,5	56,9
59 Hollandaisesås (bε Fosfor	106	97
59 Hollandaisesås (bε Jod	35	31
59 Hollandaisesås (bε Järn	1,1	1
59 Hollandaisesås (bε Kalcium	29	27
59 Hollandaisesås (bε Kalium	30	27
59 Hollandaisesås (bε Magnesium	3	3
59 Hollandaisesås (bε Natrium	615	560
59 Hollandaisesås (bε Selen	6	5,4
59 Hollandaisesås (bε Zink	0,24	0,22
59 Hollandaisesås (bε Retinolekvi	680	109
59 Hollandaisesås (bε Retinol	678	617
59 Hollandaisesås (bε Vitamin D	7,78	7,09
59 Hollandaisesås (bε Vitamin E	8,72	13,68
59 Hollandaisesås (bε ?-Tokofero	8,72	13,68
59 Hollandaisesås (bε Karoten	25	23
59 Hollandaisesås (bε Tiamin	0,04	0,04
59 Hollandaisesås (bε Riboflavin	0,07	0,07
59 Hollandaisesås (bε Askorbinsy	1	1
59 Hollandaisesås (bε Niacin	0	0
59 Hollandaisesås (bε Niacinekviv	0,8	0,7
59 Hollandaisesås (bε Vitamin B1	0,6	0,55
59 Hollandaisesås (bε Vitamin B6	0,05	0,05
59 Hollandaisesås (bε Folat	20	19
121 Lättmjölk 0,5% fett Energi (kJ)	164	163
121 Lättmjölk 0,5% fett Energi (kcal	39	39
121 Lättmjölk 0,5% fett Kolhydrat	5	5
121 Lättmjölk 0,5% fett Retinolekvi	45	25
121 Lättmjölk 0,5% fett ?-Tokofero	0,01	0,01
121 Lättmjölk 0,5% fett Niacinekviv	0,9	0,9
158 Chokladdryck lätt Energi (kJ)	273	272
158 Chokladdryck lätt Energi (kcal	65	65
158 Chokladdryck lätt Kolhydrat	10,6	10,6
158 Chokladdryck lätt Retinolekvi	42	23
158 Chokladdryck lätt ?-Tokofero	0,02	0,01
158 Chokladdryck lätt Niacinekviv	0,9	0,9
185 Kornbröd ca 3% fit Mättade fet	1,4	0,5

185 Kornbröd ca 3% fit Enkelomätt	1,3	1,9
185 Kornbröd ca 3% fit Fleromätt	1,1	1,5
185 Kornbröd ca 3% fit Fettsyra 4:1	0	0
185 Kornbröd ca 3% fit Fettsyra 12	0,1	0
185 Kornbröd ca 3% fit Fettsyra 14	0	0
185 Kornbröd ca 3% fit Fettsyra 16	1	0,3
185 Kornbröd ca 3% fit Fettsyra 18	0,1	0,1
185 Kornbröd ca 3% fit Fettsyra 20	0	0
185 Kornbröd ca 3% fit Fettsyra 16	0	0
185 Kornbröd ca 3% fit Fettsyra 18	1,3	1,9
185 Kornbröd ca 3% fit Fettsyra 18	0,9	1,1
185 Kornbröd ca 3% fit Fettsyra 18	0,2	0,3
185 Kornbröd ca 3% fit Disackarid	2,3	2,3
185 Kornbröd ca 3% fit Energi (kJ)	999	999
185 Kornbröd ca 3% fit Energi (kcal)	239	239
185 Kornbröd ca 3% fit Vatten	43	43
185 Kornbröd ca 3% fit Kolhydrat	42,4	42,4
185 Kornbröd ca 3% fit Protein	5,8	5,8
185 Kornbröd ca 3% fit Retinolekvi	29	0
185 Kornbröd ca 3% fit Vitamin E	0,58	0,9
185 Kornbröd ca 3% fit ?-Tokoferol	0,58	0,9
185 Kornbröd ca 3% fit Niacinekvi	4,1	4,1
186 Grahamsscones (t Retinol	8	138
186 Grahamsscones (t Vitamin D	0,01	1,64
205 Vitt bröd vete scon Retinol	9	100
205 Vitt bröd vete scon Vitamin D	0,01	1,15
240 Potatis stekt (beräk Retinol	0	32
240 Potatis stekt (beräk Vitamin D	0	0,4
241 Potatis råstekt (beräk Retinol	0	29
241 Potatis råstekt (beräk Vitamin D	0	0,36
242 Potatis kokt stekt ( Retinol	0	34
242 Potatis kokt stekt ( Vitamin D	0	0,43
257 Janssons frestelse Retinol	30	38
257 Janssons frestelse Vitamin D	0,06	0,16
258 Laxpudding (beräk Mättade fet	1,5	1,3
258 Laxpudding (beräk Enkelomätt	1,8	2
258 Laxpudding (beräk Fleromätt	0,8	0,9
258 Laxpudding (beräk Fettsyra 4:1	0,1	0,1
258 Laxpudding (beräk Fettsyra 12	0	0
258 Laxpudding (beräk Fettsyra 14	0,1	0,1
258 Laxpudding (beräk Fettsyra 16	1	0,8
258 Laxpudding (beräk Fettsyra 18	0,2	0,2
258 Laxpudding (beräk Fettsyra 20	0	0
258 Laxpudding (beräk Fettsyra 16	0,2	0,2
258 Laxpudding (beräk Fettsyra 18	1,5	1,7
258 Laxpudding (beräk Fettsyra 18	0,3	0,3
258 Laxpudding (beräk Fettsyra 18	0,1	0,1
258 Laxpudding (beräk Disackarid	1,7	1,7
258 Laxpudding (beräk Energi (kJ)	476	475
258 Laxpudding (beräk Energi (kcal)	114	114
258 Laxpudding (beräk Vatten	75	75
258 Laxpudding (beräk Kolhydrat	9,5	9,5
258 Laxpudding (beräk Protein	7,9	7,9
258 Laxpudding (beräk Retinolekvi	54	47
258 Laxpudding (beräk Vitamin E	0,93	1,01
258 Laxpudding (beräk ?-Tokoferol	0,93	1,01

258 Laxpudding (beräk Niacinekviv	3,9	3,9
259 Sillpudding (beräkr Retinol	34	50
259 Sillpudding (beräkr Vitamin D	1,2	1,39
262 Potatis- o purjolök: Mättade fet	0,6	0,4
262 Potatis- o purjolök: Enkelomäti	0,4	0,6
262 Potatis- o purjolök: Fleromätta	0,2	0,3
262 Potatis- o purjolök: Fettsyra 4:(	0	0
262 Potatis- o purjolök: Fettsyra 12	0	0
262 Potatis- o purjolök: Fettsyra 14	0	0
262 Potatis- o purjolök: Fettsyra 16	0,3	0,2
262 Potatis- o purjolök: Fettsyra 18	0,1	0,1
262 Potatis- o purjolök: Fettsyra 20	0	0
262 Potatis- o purjolök: Fettsyra 16	0	0
262 Potatis- o purjolök: Fettsyra 18	0,4	0,6
262 Potatis- o purjolök: Fettsyra 18	0,1	0,2
262 Potatis- o purjolök: Fettsyra 18	0	0,1
262 Potatis- o purjolök: Disackarid	0,5	0,5
262 Potatis- o purjolök: Energi (kJ)	156	155
262 Potatis- o purjolök: Energi (kca	37	37
262 Potatis- o purjolök: Vatten	90,7	90,7
262 Potatis- o purjolök: Kolhydrat	5	5
262 Potatis- o purjolök: Protein	1,1	1,1
262 Potatis- o purjolök: Retinolekvi	16	8
262 Potatis- o purjolök: Vitamin E	0,29	0,38
262 Potatis- o purjolök: ?-Tokofero	0,29	0,38
262 Potatis- o purjolök: Niacinekviv	1,1	1,1
263 Pytt i panna veget: Retinol	0	19
263 Pytt i panna veget: Vitamin D	0	0,24
272 Potatisstuvning (be Mättade fet	1	0,7
272 Potatisstuvning (be Enkelomäti	0,6	0,8
272 Potatisstuvning (be Fleromätta	0,2	0,3
272 Potatisstuvning (be Fettsyra 4:(	0,1	0,1
272 Potatisstuvning (be Fettsyra 12	0,1	0
272 Potatisstuvning (be Fettsyra 14	0,1	0,1
272 Potatisstuvning (be Fettsyra 16	0,5	0,3
272 Potatisstuvning (be Fettsyra 18	0,1	0,1
272 Potatisstuvning (be Fettsyra 20	0	0
272 Potatisstuvning (be Fettsyra 16	0	0
272 Potatisstuvning (be Fettsyra 18	0,6	0,7
272 Potatisstuvning (be Fettsyra 18	0,2	0,2
272 Potatisstuvning (be Fettsyra 18	0,1	0,1
272 Potatisstuvning (be Disackarid	2,1	2,1
272 Potatisstuvning (be Energi (kJ)	348	348
272 Potatisstuvning (be Energi (kca	83	83
272 Potatisstuvning (be Vatten	80	80
272 Potatisstuvning (be Kolhydrat	13,4	13,4
272 Potatisstuvning (be Protein	2,5	2,5
272 Potatisstuvning (be Retinolekvi	20	11
272 Potatisstuvning (be Vitamin E	0,19	0,29
272 Potatisstuvning (be ?-Tokofero	0,19	0,29
272 Potatisstuvning (be Niacinekviv	1,7	1,7
273 Potatisbullar (beräl Retinol	21	33
273 Potatisbullar (beräl Vitamin D	0,14	0,29
274 Potatismos (beräki Mättade fet	0,7	0,4
274 Potatismos (beräki Enkelomäti	0,5	0,7
274 Potatismos (beräki Fleromätta	0,2	0,4

274 Potatismos (beräki Fettsyra 4:1	0	0
274 Potatismos (beräki Fettsyra 12	0	0
274 Potatismos (beräki Fettsyra 14	0	0
274 Potatismos (beräki Fettsyra 16	0,4	0,2
274 Potatismos (beräki Fettsyra 18	0,1	0,1
274 Potatismos (beräki Fettsyra 20	0	0
274 Potatismos (beräki Fettsyra 16	0	0
274 Potatismos (beräki Fettsyra 18	0,5	0,7
274 Potatismos (beräki Fettsyra 18	0,2	0,2
274 Potatismos (beräki Fettsyra 18	0,1	0,1
274 Potatismos (beräki Disackarid	1,8	1,8
274 Potatismos (beräki Energi (kJ)	329	329
274 Potatismos (beräki Energi (kca	79	79
274 Potatismos (beräki Vatten	80,2	80,2
274 Potatismos (beräki Kolhydrat	13,5	13,5
274 Potatismos (beräki Protein	2,2	2,2
274 Potatismos (beräki Retinolekvi	16	6
274 Potatismos (beräki Vitamin E	0,17	0,29
274 Potatismos (beräki ?-Tokofero	0,17	0,28
274 Potatismos (beräki Niacinekvi	1,7	1,7
278 Potatismos lättmjö Mättade fet	0,5	0,2
278 Potatismos lättmjö Enkelomäti	0,4	0,6
278 Potatismos lättmjö Fleromätta	0,2	0,3
278 Potatismos lättmjö Fettsyra 4:1	0	0
278 Potatismos lättmjö Fettsyra 12	0	0
278 Potatismos lättmjö Fettsyra 14	0	0
278 Potatismos lättmjö Fettsyra 16	0,3	0,1
278 Potatismos lättmjö Fettsyra 18	0	0
278 Potatismos lättmjö Fettsyra 20	0	0
278 Potatismos lättmjö Fettsyra 16	0	0
278 Potatismos lättmjö Fettsyra 18	0,4	0,6
278 Potatismos lättmjö Fettsyra 18	0,2	0,2
278 Potatismos lättmjö Fettsyra 18	0,1	0,1
278 Potatismos lättmjö Disackarid	1	1
278 Potatismos lättmjö Energi (kJ)	365	365
278 Potatismos lättmjö Energi (kca	87	87
278 Potatismos lättmjö Vatten	78,1	78,1
278 Potatismos lättmjö Kolhydrat	16,7	16,7
278 Potatismos lättmjö Protein	1,9	1,9
278 Potatismos lättmjö Retinolekvi	18	5
278 Potatismos lättmjö Vitamin E	0,17	0,28
278 Potatismos lättmjö ?-Tokofero	0,17	0,28
278 Potatismos lättmjö Niacinekvi	1,4	1,4
279 Potatisgratäng lätt Energi (kJ)	348	348
279 Potatisgratäng lätt Energi (kca	83	83
279 Potatisgratäng lätt Kolhydrat	11,8	11,8
279 Potatisgratäng lätt Retinolekvi	26	20
279 Potatisgratäng lätt ?-Tokofero	0,09	0,09
279 Potatisgratäng lätt Niacinekvi	2	2
306 Morötter stuvade (I Retinol	6	28
306 Morötter stuvade (I Vitamin D	0,01	0,27
307 Morotssoppa (berä Mättade fet	1,1	0,9
307 Morotssoppa (berä Enkelomäti	0,7	0,9
307 Morotssoppa (berä Fleromätta	0,2	0,3
307 Morotssoppa (berä Fettsyra 4:1	0,1	0,1
307 Morotssoppa (berä Fettsyra 12	0	0

307 Morotssoppa (berä Fettsyra 14	0,1	0,1
307 Morotssoppa (berä Fettsyra 16	0,6	0,4
307 Morotssoppa (berä Fettsyra 18	0,2	0,2
307 Morotssoppa (berä Fettsyra 20	0	0
307 Morotssoppa (berä Fettsyra 16	0	0
307 Morotssoppa (berä Fettsyra 18	0,7	0,8
307 Morotssoppa (berä Fettsyra 18	0,2	0,2
307 Morotssoppa (berä Fettsyra 18	0,1	0,1
307 Morotssoppa (berä Disackarid	1,8	1,8
307 Morotssoppa (berä Energi (kJ)	184	184
307 Morotssoppa (berä Energi (kca	44	44
307 Morotssoppa (berä Vatten	89,6	89,6
307 Morotssoppa (berä Kolhydrat	4,6	4,6
307 Morotssoppa (berä Protein	0,9	0,9
307 Morotssoppa (berä Retinolekvi	287	280
307 Morotssoppa (berä Vitamin E	0,42	0,5
307 Morotssoppa (berä ?-Tokofero	0,42	0,5
307 Morotssoppa (berä Niacinekvi	1	1
308 Morots- o ärtsoppa Mättade fet	0,5	0,3
308 Morots- o ärtsoppa Enkelomäti	0,4	0,6
308 Morots- o ärtsoppa Fleromätta	0,2	0,3
308 Morots- o ärtsoppa Fettsyra 4:l	0	0
308 Morots- o ärtsoppa Fettsyra 12	0	0
308 Morots- o ärtsoppa Fettsyra 14	0	0
308 Morots- o ärtsoppa Fettsyra 16	0,3	0,1
308 Morots- o ärtsoppa Fettsyra 18	0,1	0,1
308 Morots- o ärtsoppa Fettsyra 20	0	0
308 Morots- o ärtsoppa Fettsyra 16	0	0
308 Morots- o ärtsoppa Fettsyra 18	0,4	0,5
308 Morots- o ärtsoppa Fettsyra 18	0,2	0,2
308 Morots- o ärtsoppa Fettsyra 18	0,1	0,1
308 Morots- o ärtsoppa Disackarid	1,7	1,7
308 Morots- o ärtsoppa Energi (kJ)	166	166
308 Morots- o ärtsoppa Energi (kca	40	40
308 Morots- o ärtsoppa Vatten	89,7	89,7
308 Morots- o ärtsoppa Kolhydrat	5	5
308 Morots- o ärtsoppa Protein	1,5	1,5
308 Morots- o ärtsoppa Retinolekvi	131	123
308 Morots- o ärtsoppa Vitamin E	0,27	0,36
308 Morots- o ärtsoppa ?-Tokofero	0,27	0,36
308 Morots- o ärtsoppa Niacinekvi	1	1
314 Rotsaks gryta rötter Retinol	0	26
314 Rotsaks gryta rötter Vitamin D	0	0,32
315 Rotsaksbiff stekt (t Retinol	67	103
315 Rotsaksbiff stekt (t Vitamin D	0,46	0,91
317 Rödbets soppa typ Retinol	0	5
317 Rödbets soppa typ Vitamin D	0	0,06
433 Blomkål gratinerad Retinol	23	38
433 Blomkål gratinerad Vitamin D	0,06	0,25
435 Blomkålsstuvning ( Retinol	9	20
435 Blomkålsstuvning ( Vitamin D	0,01	0,14
436 Gröna bönor stuva Mättade fet	1,7	0,8
436 Gröna bönor stuva Enkelomäti	1,5	2,1
436 Gröna bönor stuva Fleromätta	0,6	1
436 Gröna bönor stuva Fettsyra 4:l	0,1	0,1
436 Gröna bönor stuva Fettsyra 12	0,1	0

436 Gröna bönor stuva Fettsyra 14	0,1	0,1
436 Gröna bönor stuva Fettsyra 16	1,1	0,4
436 Gröna bönor stuva Fettsyra 18	0,2	0,2
436 Gröna bönor stuva Fettsyra 20	0	0
436 Gröna bönor stuva Fettsyra 16	0	0
436 Gröna bönor stuva Fettsyra 18	1,5	2,1
436 Gröna bönor stuva Fettsyra 18	0,5	0,7
436 Gröna bönor stuva Fettsyra 18	0,2	0,3
436 Gröna bönor stuva Disackarid	1,3	1,3
436 Gröna bönor stuva Energi (kJ)	284	284
436 Gröna bönor stuva Energi (kca	68	68
436 Gröna bönor stuva Vatten	85,7	85,7
436 Gröna bönor stuva Kolhydrat	5	5
436 Gröna bönor stuva Protein	2	2
436 Gröna bönor stuva Retinolekvi	56	24
436 Gröna bönor stuva Vitamin E	0,53	0,88
436 Gröna bönor stuva ?-Tokofero	0,53	0,88
436 Gröna bönor stuva Niacinekvi	0,9	0,9
437 Grönkålssoppa (bε Retinol	0	13
437 Grönkålssoppa (bε Vitamin D	0	0,16
439 Grönsaksbiff stekt Mättade fet	1	0,7
439 Grönsaksbiff stekt Enkelomät	4,2	3
439 Grönsaksbiff stekt Fleromätta	1,5	2,3
439 Grönsaksbiff stekt Fettsyra 12	0	0
439 Grönsaksbiff stekt Fettsyra 14	0	0
439 Grönsaksbiff stekt Fettsyra 16	0,8	0,4
439 Grönsaksbiff stekt Fettsyra 18	0,2	0,2
439 Grönsaksbiff stekt Fettsyra 20	0	0
439 Grönsaksbiff stekt Fettsyra 16	0	0
439 Grönsaksbiff stekt Fettsyra 18	4,1	2,9
439 Grönsaksbiff stekt Fettsyra 18	1,3	1,7
439 Grönsaksbiff stekt Fettsyra 18	0,2	0,5
439 Grönsaksbiff stekt Energi (kJ)	578	539
439 Grönsaksbiff stekt Energi (kca	138	129
439 Grönsaksbiff stekt Aska	1,2	1,2
439 Grönsaksbiff stekt Vatten	71,8	72,8
439 Grönsaksbiff stekt Fett	7,1	6
439 Grönsaksbiff stekt Fosfor	87	87
439 Grönsaksbiff stekt Järn	0,92	0,9
439 Grönsaksbiff stekt Kalcium	25	25
439 Grönsaksbiff stekt Natrium	95	126
439 Grönsaksbiff stekt Zink	0,69	0,69
439 Grönsaksbiff stekt Retinolekvi	9	9
439 Grönsaksbiff stekt Retinol	0	42
439 Grönsaksbiff stekt Vitamin D	0	0,52
439 Grönsaksbiff stekt Vitamin E	0,83	1,25
439 Grönsaksbiff stekt ?-Tokofero	0,83	1,25
439 Grönsaksbiff stekt Karoten	113	112
440 Grönsallat m vinäg Mättade fet	0,6	0,4
440 Grönsallat m vinäg Enkelomät	1,3	3
440 Grönsallat m vinäg Fleromätta	2,9	1,6
440 Grönsallat m vinäg Fettsyra 16	0,5	0,2
440 Grönsallat m vinäg Fettsyra 18	0,1	0,1
440 Grönsallat m vinäg Fettsyra 20	0	0
440 Grönsallat m vinäg Fettsyra 16	0	0
440 Grönsallat m vinäg Fettsyra 18	1,3	2,8



440 Grönsallat m vinäg Fettsyra 18	2,8	1
440 Grönsallat m vinäg Fettsyra 18	0,1	0,6
440 Grönsallat m vinäg Järn	0,53	0,46
440 Grönsallat m vinäg Kalcium	33	32
440 Grönsallat m vinäg Kalium	203	203
440 Grönsallat m vinäg Natrium	105	105
440 Grönsallat m vinäg Vitamin E	0,88	1,38
440 Grönsallat m vinäg ?-Tokofero	0,88	1,38
447 Löksås (beräknat) Retinol	9	48
447 Löksås (beräknat) Vitamin D	0,01	0,5
450 Nässelsoppa (berä Retinol	0	18
450 Nässelsoppa (berä Vitamin D	0	0,23
453 Rödkål brynt kokt ( Retinol	0	22
453 Rödkål brynt kokt ( Vitamin D	0	0,28
454 Sparrisstuvning (berä Mättade fet	3	2
454 Sparrisstuvning (berä Enkelomät	2	2,6
454 Sparrisstuvning (berä Fleromätta	0,7	1,1
454 Sparrisstuvning (berä Fettsyra 4:1	0,3	0,2
454 Sparrisstuvning (berä Fettsyra 12	0,2	0,1
454 Sparrisstuvning (berä Fettsyra 14	0,3	0,2
454 Sparrisstuvning (berä Fettsyra 16	1,7	0,9
454 Sparrisstuvning (berä Fettsyra 18	0,4	0,4
454 Sparrisstuvning (berä Fettsyra 20	0	0
454 Sparrisstuvning (berä Fettsyra 16	0	0
454 Sparrisstuvning (berä Fettsyra 18	2	2,6
454 Sparrisstuvning (berä Fettsyra 18	0,6	0,8
454 Sparrisstuvning (berä Fettsyra 18	0,2	0,3
454 Sparrisstuvning (berä Disackarid	1	1
454 Sparrisstuvning (berä Energi (kJ)	343	343
454 Sparrisstuvning (berä Energi (kca	82	82
454 Sparrisstuvning (berä Vatten	85	85
454 Sparrisstuvning (berä Kolhydrat	3,8	3,8
454 Sparrisstuvning (berä Protein	3	2,9
454 Sparrisstuvning (berä Retinolekvi	73	39
454 Sparrisstuvning (berä Vitamin E	1,89	2,27
454 Sparrisstuvning (berä ?-Tokofero	1,89	2,27
454 Sparrisstuvning (berä Niacinekviv	1,5	1,5
455 Spenat fräst (beräl Mättade fet	1,5	0,5
455 Spenat fräst (beräl Enkelomät	1,5	2,1
455 Spenat fräst (beräl Fleromätta	1	1,4
455 Spenat fräst (beräl Fettsyra 4:1	0	0
455 Spenat fräst (beräl Fettsyra 12	0,1	0
455 Spenat fräst (beräl Fettsyra 14	0	0
455 Spenat fräst (beräl Fettsyra 16	1	0,2
455 Spenat fräst (beräl Fettsyra 18	0,1	0,1
455 Spenat fräst (beräl Fettsyra 20	0	0
455 Spenat fräst (beräl Fettsyra 16	0	0
455 Spenat fräst (beräl Fettsyra 18	1,4	2,1
455 Spenat fräst (beräl Fettsyra 18	0,5	0,7
455 Spenat fräst (beräl Fettsyra 18	0,5	0,6
455 Spenat fräst (beräl Disackarid	0,2	0,1
455 Spenat fräst (beräl Energi (kJ)	253	252
455 Spenat fräst (beräl Energi (kca	60	60
455 Spenat fräst (beräl Vatten	85,9	85,9
455 Spenat fräst (beräl Kolhydrat	0,7	0,7
455 Spenat fräst (beräl Protein	4	4

455 Spenat fräst (beräknat Retinolekvi	412	378
455 Spenat fräst (beräknat Vitamin E	1	1,38
455 Spenat fräst (beräknat ?-Tokofero	1	1,38
455 Spenat fräst (beräknat Niacinekviv	1,3	1,3
457 Champinjoner stek Retinol	0	34
457 Champinjoner stek Vitamin D	0	0,42
458 Champinjonstuvnir Retinol	16	75
458 Champinjonstuvnir Vitamin D	0,01	0,75
459 Champinjonsås (beräknat Retinol	31	80
459 Champinjonsås (beräknat Vitamin D	0,02	0,64
463 Vegetarisk gryta (beräknat Mättade fet	0,8	0,3
463 Vegetarisk gryta (beräknat Enkelomätt	0,8	1,2
463 Vegetarisk gryta (beräknat Fleromätta	0,4	0,7
463 Vegetarisk gryta (beräknat Fettsyra 4:1	0	0
463 Vegetarisk gryta (beräknat Fettsyra 12	0	0
463 Vegetarisk gryta (beräknat Fettsyra 14	0	0
463 Vegetarisk gryta (beräknat Fettsyra 16	0,6	0,1
463 Vegetarisk gryta (beräknat Fettsyra 18	0,1	0,1
463 Vegetarisk gryta (beräknat Fettsyra 20	0	0
463 Vegetarisk gryta (beräknat Fettsyra 16	0	0
463 Vegetarisk gryta (beräknat Fettsyra 18	0,8	1,2
463 Vegetarisk gryta (beräknat Fettsyra 18	0,4	0,5
463 Vegetarisk gryta (beräknat Fettsyra 18	0,1	0,2
463 Vegetarisk gryta (beräknat Disackarid	1	1
463 Vegetarisk gryta (beräknat Energi (kJ)	216	215
463 Vegetarisk gryta (beräknat Energi (kca	52	51
463 Vegetarisk gryta (beräknat Vatten	87,2	87,2
463 Vegetarisk gryta (beräknat Kolhydrat	5,6	5,6
463 Vegetarisk gryta (beräknat Protein	1,2	1,2
463 Vegetarisk gryta (beräknat Retinolekvi	127	108
463 Vegetarisk gryta (beräknat Vitamin E	1,26	1,48
463 Vegetarisk gryta (beräknat ?-Tokofero	1,26	1,48
463 Vegetarisk gryta (beräknat Niacinekviv	1	1
467 Vitkålssallad pizza: Mättade fet	1,6	0,9
467 Vitkålssallad pizza: Enkelomätt	3,3	7,3
467 Vitkålssallad pizza: Fleromätta	7,2	3,8
467 Vitkålssallad pizza: Fettsyra 16	1,3	0,5
467 Vitkålssallad pizza: Fettsyra 18	0,2	0,2
467 Vitkålssallad pizza: Fettsyra 20	0	0,1
467 Vitkålssallad pizza: Fettsyra 16	0	0
467 Vitkålssallad pizza: Fettsyra 18	3,2	7
467 Vitkålssallad pizza: Fettsyra 18	7	2,5
467 Vitkålssallad pizza: Fettsyra 18	0,2	1,4
467 Vitkålssallad pizza: Järn	0,52	0,36
467 Vitkålssallad pizza: Kalcium	30	28
467 Vitkålssallad pizza: Kalium	194	194
467 Vitkålssallad pizza: Natrium	340	339
467 Vitkålssallad pizza: Vitamin E	2,14	3,4
467 Vitkålssallad pizza: ?-Tokofero	2,14	3,4
470 Aubergine stekt (beräknat Retinol	0	38
470 Aubergine stekt (beräknat Vitamin D	0	0,47
472 Ärter morötter stuv Mättade fet	1,4	0,6
472 Ärter morötter stuv Enkelomätt	1,2	1,7
472 Ärter morötter stuv Fleromätta	0,6	0,9
472 Ärter morötter stuv Fettsyra 4:1	0	0
472 Ärter morötter stuv Fettsyra 12	0,1	0

472	Ärter morötter stuv Fettsyra 14	0,1	0
472	Ärter morötter stuv Fettsyra 16	0,9	0,3
472	Ärter morötter stuv Fettsyra 18	0,1	0,1
472	Ärter morötter stuv Fettsyra 20	0	0
472	Ärter morötter stuv Fettsyra 16	0	0
472	Ärter morötter stuv Fettsyra 18	1,2	1,7
472	Ärter morötter stuv Fettsyra 18	0,5	0,6
472	Ärter morötter stuv Fettsyra 18	0,2	0,3
472	Ärter morötter stuv Disackarid	3,2	3,2
472	Ärter morötter stuv Energi (kJ)	343	343
472	Ärter morötter stuv Energi (kca	82	82
472	Ärter morötter stuv Vatten	81,3	81,3
472	Ärter morötter stuv Kolhydrat	9	9
472	Ärter morötter stuv Protein	3	3
472	Ärter morötter stuv Retinolekvi	218	192
472	Ärter morötter stuv Vitamin E	0,59	0,89
472	Ärter morötter stuv ?-Tokofero	0,59	0,89
472	Ärter morötter stuv Niacinekviv	1,7	1,7
475	Grönsaksgryta ma Mättade fet	0,5	0,2
475	Grönsaksgryta ma Enkelomät	0,5	0,6
475	Grönsaksgryta ma Fleromätta	0,4	0,5
475	Grönsaksgryta ma Fettsyra 4:l	0	0
475	Grönsaksgryta ma Fettsyra 12	0	0
475	Grönsaksgryta ma Fettsyra 14	0	0
475	Grönsaksgryta ma Fettsyra 16	0,3	0,1
475	Grönsaksgryta ma Fettsyra 18	0	0
475	Grönsaksgryta ma Fettsyra 20	0	0
475	Grönsaksgryta ma Fettsyra 16	0	0
475	Grönsaksgryta ma Fettsyra 18	0,5	0,6
475	Grönsaksgryta ma Fettsyra 18	0,4	0,4
475	Grönsaksgryta ma Fettsyra 18	0,1	0,1
475	Grönsaksgryta ma Disackarid	2,4	2,4
475	Grönsaksgryta ma Energi (kJ)	400	400
475	Grönsaksgryta ma Energi (kca	96	96
475	Grönsaksgryta ma Vatten	74,2	74,2
475	Grönsaksgryta ma Kolhydrat	14,1	14,1
475	Grönsaksgryta ma Protein	4,2	4,2
475	Grönsaksgryta ma Retinolekvi	27	18
475	Grönsaksgryta ma Vitamin E	0,51	0,62
475	Grönsaksgryta ma ?-Tokofero	0,51	0,62
475	Grönsaksgryta ma Niacinekviv	2,1	2,1
478	Grönsaksgryta osç Mättade fet	0,4	0,1
478	Grönsaksgryta osç Enkelomät	0,3	0,5
478	Grönsaksgryta osç Fleromätta	0,2	0,3
478	Grönsaksgryta osç Fettsyra 4:l	0	0
478	Grönsaksgryta osç Fettsyra 12	0	0
478	Grönsaksgryta osç Fettsyra 14	0	0
478	Grönsaksgryta osç Fettsyra 16	0,3	0,1
478	Grönsaksgryta osç Fettsyra 18	0	0
478	Grönsaksgryta osç Fettsyra 20	0	0
478	Grönsaksgryta osç Fettsyra 16	0	0
478	Grönsaksgryta osç Fettsyra 18	0,3	0,5
478	Grönsaksgryta osç Fettsyra 18	0,2	0,2
478	Grönsaksgryta osç Fettsyra 18	0,1	0,1
478	Grönsaksgryta osç Disackarid	0,7	0,7
478	Grönsaksgryta osç Energi (kJ)	164	164

478 Grönsaksgryta osø Energi (kcal)	39	39
478 Grönsaksgryta osø Vatten	89,3	89,3
478 Grönsaksgryta osø Kolhydrat	4,9	4,9
478 Grönsaksgryta osø Protein	1,6	1,6
478 Grönsaksgryta osø Retinolekvi	37	30
478 Grönsaksgryta osø Vitamin E	0,61	0,69
478 Grönsaksgryta osø ?-Tokoferol	0,61	0,69
478 Grönsaksgryta osø Niacinekvi	1,2	1,2
479 Grönsaksgratäng c Retinol	24	45
479 Grönsaksgratäng c Vitamin D	0,02	0,29
511 Kåldolmar stekta (I Mättade fet	3	2,2
511 Kåldolmar stekta (I Enkelomätt	2,6	3,1
511 Kåldolmar stekta (I Fleromätt	0,7	1,1
511 Kåldolmar stekta (I Fettsyra 4:(	0,1	0
511 Kåldolmar stekta (I Fettsyra 12	0,1	0
511 Kåldolmar stekta (I Fettsyra 14	0,2	0,1
511 Kåldolmar stekta (I Fettsyra 16	1,8	1,2
511 Kåldolmar stekta (I Fettsyra 18	0,7	0,7
511 Kåldolmar stekta (I Fettsyra 20	0	0
511 Kåldolmar stekta (I Fettsyra 16	0,1	0,1
511 Kåldolmar stekta (I Fettsyra 18	2,5	2,9
511 Kåldolmar stekta (I Fettsyra 18	0,5	0,7
511 Kåldolmar stekta (I Fettsyra 18	0,2	0,3
511 Kåldolmar stekta (I Disackarid	1	1
511 Kåldolmar stekta (I Energi (kJ)	528	528
511 Kåldolmar stekta (I Energi (kcal)	126	126
511 Kåldolmar stekta (I Vatten	73,3	73,3
511 Kåldolmar stekta (I Kolhydrat	8,6	8,6
511 Kåldolmar stekta (I Protein	7,2	7,2
511 Kåldolmar stekta (I Retinolekvi	36	10
511 Kåldolmar stekta (I Vitamin E	0,43	0,71
511 Kåldolmar stekta (I ?-Tokoferol	0,43	0,71
511 Kåldolmar stekta (I Niacinekvi	2,8	2,8
512 Kålpudding (beräkn Retinol	14	16
512 Kålpudding (beräkn Vitamin D	0,16	0,19
515 Moussaka (beräkn Mättade fet	2,3	2,2
515 Moussaka (beräkn Enkelomätt	1,9	2,5
515 Moussaka (beräkn Fleromätt	1,4	0,8
515 Moussaka (beräkn Fettsyra 12	0	0
515 Moussaka (beräkn Fettsyra 14	0,2	0,2
515 Moussaka (beräkn Fettsyra 16	1,2	1,1
515 Moussaka (beräkn Fettsyra 18	0,6	0,6
515 Moussaka (beräkn Fettsyra 20	0	0
515 Moussaka (beräkn Fettsyra 16	0,1	0,1
515 Moussaka (beräkn Fettsyra 18	1,8	2,4
515 Moussaka (beräkn Fettsyra 18	1,2	0,5
515 Moussaka (beräkn Fettsyra 18	0,2	0,2
515 Moussaka (beräkn Fettsyra 20	0	0
515 Moussaka (beräkn Fettsyra 22	0	0
515 Moussaka (beräkn Kolesterol	45,3	45,3
515 Moussaka (beräkn Monosack	2,4	2,4
515 Moussaka (beräkn Disackarid	1,2	1,2
515 Moussaka (beräkn Sackaros	0,3	0,3
515 Moussaka (beräkn Energi (kJ)	479	468
515 Moussaka (beräkn Energi (kcal)	115	112
515 Moussaka (beräkn Aska	1,8	1,9

515 Moussaka (beräkn Vatten	76,1	76,4
515 Moussaka (beräkn Avfall	11	11
515 Moussaka (beräkn Kolhydrat	5,3	5,3
515 Moussaka (beräkn Protein	8,5	8,5
515 Moussaka (beräkn Fibrer	1,9	1,9
515 Moussaka (beräkn Fett	6,2	5,9
515 Moussaka (beräkn Fosfor	114	114
515 Moussaka (beräkn Jod	39	39
515 Moussaka (beräkn Järn	1,27	1,27
515 Moussaka (beräkn Kalcium	68	68
515 Moussaka (beräkn Kalium	357	357
515 Moussaka (beräkn Magnesium	22	22
515 Moussaka (beräkn Natrium	361	374
515 Moussaka (beräkn Selen	7,8	7,8
515 Moussaka (beräkn Zink	1,89	1,88
515 Moussaka (beräkn Retinolekvi	52	33
515 Moussaka (beräkn Retinol	45	44
515 Moussaka (beräkn Vitamin D	0,39	0,46
515 Moussaka (beräkn Vitamin E	0,7	0,92
515 Moussaka (beräkn ?-Tokoferol	0,7	0,92
515 Moussaka (beräkn Karoten	83	83
515 Moussaka (beräkn Tiamin	0,07	0,07
515 Moussaka (beräkn Riboflavin	0,11	0,11
515 Moussaka (beräkn Askorbinsyra	2	2
515 Moussaka (beräkn Niacin	1,7	1,7
515 Moussaka (beräkn Niacinekviv	3,4	3,3
515 Moussaka (beräkn Vitamin B1	0,33	0,33
515 Moussaka (beräkn Vitamin B6	0,13	0,13
515 Moussaka (beräkn Folat	17	17
530 Grönsakssufflé (beräkn Retinol	56	79
530 Grönsakssufflé (beräkn Vitamin D	0,36	0,65
531 Grönsakslåda (beräkn Mättade fetter	1,9	1,6
531 Grönsakslåda (beräkn Enkelomättade	1,5	1,7
531 Grönsakslåda (beräkn Fleromättade	0,5	0,6
531 Grönsakslåda (beräkn Fettsyra 4:1	0,2	0,2
531 Grönsakslåda (beräkn Fettsyra 12:1	0,1	0
531 Grönsakslåda (beräkn Fettsyra 14:1	0,2	0,2
531 Grönsakslåda (beräkn Fettsyra 16:1	1,1	0,9
531 Grönsakslåda (beräkn Fettsyra 18:1	0,3	0,3
531 Grönsakslåda (beräkn Fettsyra 20:1	0	0
531 Grönsakslåda (beräkn Fettsyra 16:1	0,1	0,1
531 Grönsakslåda (beräkn Fettsyra 18:1	1,4	1,6
531 Grönsakslåda (beräkn Fettsyra 18:1	0,4	0,4
531 Grönsakslåda (beräkn Fettsyra 18:1	0,1	0,1
531 Grönsakslåda (beräkn Disackarider	3,2	3,2
531 Grönsakslåda (beräkn Energi (kJ)	375	375
531 Grönsakslåda (beräkn Energi (kcal)	90	90
531 Grönsakslåda (beräkn Vatten	80,1	80,1
531 Grönsakslåda (beräkn Kolhydrat	5,9	5,9
531 Grönsakslåda (beräkn Protein	5,6	5,6
531 Grönsakslåda (beräkn Retinolekvi	109	100
531 Grönsakslåda (beräkn Vitamin E	0,65	0,75
531 Grönsakslåda (beräkn ?-Tokoferol	0,65	0,75
531 Grönsakslåda (beräkn Niacinekviv	2,2	2,2
539 Broccoli-låda rökt s Retinol	104	110
539 Broccoli-låda rökt s Vitamin D	0,46	0,53

654 Risgrynsgröt m lätt Energi (kJ)	327	326
654 Risgrynsgröt m lätt Energi (kcal)	78	78
654 Risgrynsgröt m lätt Kolhydrat	14,9	14,9
654 Risgrynsgröt m lätt Retinolekvi	30	17
654 Risgrynsgröt m lätt ?-Tokoferol	0,01	0,01
654 Risgrynsgröt m lätt Niacinekviv	0,9	1
655 Risgrynsgröt (berä Retinol	17	26
655 Risgrynsgröt (berä Vitamin D	0,01	0,13
685 Vit stuvning (beräl Mättade fet	3	1,5
685 Vit stuvning (beräl Enkelomät	2,5	3,4
685 Vit stuvning (beräl Fleromätta	0,9	1,6
685 Vit stuvning (beräl Fettsyra 4:1	0,2	0,1
685 Vit stuvning (beräl Fettsyra 12	0,2	0,1
685 Vit stuvning (beräl Fettsyra 14	0,2	0,1
685 Vit stuvning (beräl Fettsyra 16	1,9	0,6
685 Vit stuvning (beräl Fettsyra 18	0,3	0,3
685 Vit stuvning (beräl Fettsyra 20	0	0
685 Vit stuvning (beräl Fettsyra 16	0	0
685 Vit stuvning (beräl Fettsyra 18	2,4	3,4
685 Vit stuvning (beräl Fettsyra 18	0,7	1,1
685 Vit stuvning (beräl Fettsyra 18	0,3	0,5
685 Vit stuvning (beräl Disackarid	4,6	4,6
685 Vit stuvning (beräl Energi (kJ)	435	435
685 Vit stuvning (beräl Energi (kcal)	104	104
685 Vit stuvning (beräl Vatten	80,3	80,4
685 Vit stuvning (beräl Kolhydrat	7,6	7,6
685 Vit stuvning (beräl Protein	3,7	3,7
685 Vit stuvning (beräl Retinolekvi	75	24
685 Vit stuvning (beräl Vitamin E	0,75	1,32
685 Vit stuvning (beräl ?-Tokoferol	0,75	1,32
685 Vit stuvning (beräl Niacinekviv	1,1	1
698 Vetemjölsvälling (t Retinol	25	36
698 Vetemjölsvälling (t Vitamin D	0,02	0,16
732 Fattiga riddare (berä Retinol	40	61
732 Fattiga riddare (berä Vitamin D	0,2	0,47
733 Pannkaka tunn m   Mättade fet	2,9	1,2
733 Pannkaka tunn m   Enkelomät	3,1	3,1
733 Pannkaka tunn m   Fleromätta	1,2	1,5
733 Pannkaka tunn m   Fettsyra 4:1	0,1	0
733 Pannkaka tunn m   Fettsyra 12	0,1	0
733 Pannkaka tunn m   Fettsyra 14	0,1	0
733 Pannkaka tunn m   Fettsyra 16	2	0,7
733 Pannkaka tunn m   Fettsyra 18	0,3	0,2
733 Pannkaka tunn m   Fettsyra 20	0	0
733 Pannkaka tunn m   Fettsyra 16	0,1	0,1
733 Pannkaka tunn m   Fettsyra 18	3	3
733 Pannkaka tunn m   Fettsyra 18	1	1
733 Pannkaka tunn m   Fettsyra 18	0,3	0,3
733 Pannkaka tunn m   Fettsyra 20	0	0
733 Pannkaka tunn m   Fettsyra 22	0	0
733 Pannkaka tunn m   Fettsyra 22	0	0
733 Pannkaka tunn m   Transfettsy	0	0
733 Pannkaka tunn m   Kolesterol	72,8	73,1
733 Pannkaka tunn m   Monosacka	0,1	0,1
733 Pannkaka tunn m   Disackarid	4,2	4,2
733 Pannkaka tunn m   Sackaros	0	0

733 Pannkaka tunn m   Energi (kJ)	769	713
733 Pannkaka tunn m   Energi (kcal)	184	170
733 Pannkaka tunn m   Aska	1,4	1,4
733 Pannkaka tunn m   Vatten	62	63,5
733 Pannkaka tunn m   Avfall	2	2
733 Pannkaka tunn m   Kolhydrat	21	21,1
733 Pannkaka tunn m   Protein	7,2	7,3
733 Pannkaka tunn m   Fiberer	0,6	0,6
733 Pannkaka tunn m   Fett	7,7	6,1
733 Pannkaka tunn m   Fosfor	135	135
733 Pannkaka tunn m   Jod	38	39
733 Pannkaka tunn m   Järn	0,63	0,64
733 Pannkaka tunn m   Kalcium	106	107
733 Pannkaka tunn m   Kalium	180	181
733 Pannkaka tunn m   Magnesium	18	18
733 Pannkaka tunn m   Natrium	275	264
733 Pannkaka tunn m   Selen	6	6,1
733 Pannkaka tunn m   Zink	0,59	0,59
733 Pannkaka tunn m   Retinolekvi	122	55
733 Pannkaka tunn m   Retinol	106	91
733 Pannkaka tunn m   Vitamin D	1,18	0,99
733 Pannkaka tunn m   Vitamin E	1,12	1,32
733 Pannkaka tunn m   $\alpha$ -Tokoferol	1,12	1,32
733 Pannkaka tunn m   Karoten	9	9
733 Pannkaka tunn m   Vitamin K	0	0
733 Pannkaka tunn m   Tiamin	0,13	0,13
733 Pannkaka tunn m   Riboflavin	0,2	0,2
733 Pannkaka tunn m   Askorbinsyra	0	0
733 Pannkaka tunn m   Niacin	1	1
733 Pannkaka tunn m   Niacinekviv	2,5	2,6
733 Pannkaka tunn m   Vitamin B1	0,52	0,52
733 Pannkaka tunn m   Vitamin B6	0,09	0,09
733 Pannkaka tunn m   Folat	12	12
734 Ugnspannkaka m   Energi (kJ)	775	775
734 Ugnspannkaka m   Energi (kcal)	185	185
734 Ugnspannkaka m   Kolhydrat	22,4	22,4
734 Ugnspannkaka m   Retinolekvi	81	64
734 Ugnspannkaka m   Retinol	63	102
734 Ugnspannkaka m   Vitamin D	0,61	1,09
734 Ugnspannkaka m   $\alpha$ -Tokoferol	1,46	1,46
734 Ugnspannkaka m   Niacinekviv	2,8	2,8
735 Ugnspannkaka (be Mättade fettsyror)	3	1,9
735 Ugnspannkaka (be Enkelomättade fettsyror)	2,9	3,6
735 Ugnspannkaka (be Fleromättade fettsyror)	1,1	1,6
735 Ugnspannkaka (be Fettsyra 4:1)	0,1	0,1
735 Ugnspannkaka (be Fettsyra 12:1)	0,1	0
735 Ugnspannkaka (be Fettsyra 14:1)	0,2	0,1
735 Ugnspannkaka (be Fettsyra 16:1)	2	1
735 Ugnspannkaka (be Fettsyra 18:1)	0,4	0,4
735 Ugnspannkaka (be Fettsyra 20:1)	0	0
735 Ugnspannkaka (be Fettsyra 16:1)	0,1	0,1
735 Ugnspannkaka (be Fettsyra 18:1)	2,8	3,5
735 Ugnspannkaka (be Fettsyra 18:1)	0,8	1,1
735 Ugnspannkaka (be Fettsyra 18:1)	0,2	0,4
735 Ugnspannkaka (be Disackarider)	4,5	4,5
735 Ugnspannkaka (be Energi (kJ))	797	797

735 Ugnspannkaka (beräknat Energi (kcal))	191	190
735 Ugnspannkaka (beräknat Vatten	60,1	60,2
735 Ugnspannkaka (beräknat Kolhydrat	22,2	22,2
735 Ugnspannkaka (beräknat Protein	8	8
735 Ugnspannkaka (beräknat Retinolekvi	102	64
735 Ugnspannkaka (beräknat Vitamin E	1,03	1,46
735 Ugnspannkaka (beräknat ?-Tokoferol	1,02	1,45
735 Ugnspannkaka (beräknat Niacinekvi	2,8	2,8
736 Vårflor äggvårflor ( Retinol	41	139
736 Vårflor äggvårflor ( Vitamin D	0,19	1,41
756 Köttfärsdj (beräknat Retinol	30	98
756 Köttfärsdj (beräknat Vitamin D	0,22	1,08
757 Kycklingdj (beräknat Retinol	30	55
757 Kycklingdj (beräknat Vitamin D	0,26	0,57
770 Vol-au-vent m räks Mättade fet	4,6	4
770 Vol-au-vent m räks Enkelomätt	4,2	4,5
770 Vol-au-vent m räks Fleromätt	1,7	2
770 Vol-au-vent m räks Fettsyra 4:1	0,2	0,2
770 Vol-au-vent m räks Fettsyra 12	0,3	0,2
770 Vol-au-vent m räks Fettsyra 14	0,3	0,2
770 Vol-au-vent m räks Fettsyra 16	3	2,5
770 Vol-au-vent m räks Fettsyra 18	0,5	0,4
770 Vol-au-vent m räks Fettsyra 20	0	0
770 Vol-au-vent m räks Fettsyra 16	0	0
770 Vol-au-vent m räks Fettsyra 18	4,1	4,5
770 Vol-au-vent m räks Fettsyra 18	1,3	1,5
770 Vol-au-vent m räks Fettsyra 18	0,5	0,6
770 Vol-au-vent m räks Disackarid	0,7	0,7
770 Vol-au-vent m räks Energi (kJ)	846	845
770 Vol-au-vent m räks Energi (kcal)	202	202
770 Vol-au-vent m räks Vatten	61,1	61,2
770 Vol-au-vent m räks Kolhydrat	17,9	17,9
770 Vol-au-vent m räks Protein	8	8
770 Vol-au-vent m räks Retinolekvi	105	84
770 Vol-au-vent m räks Vitamin E	1,67	1,9
770 Vol-au-vent m räks ?-Tokoferol	1,67	1,9
770 Vol-au-vent m räks Niacinekvi	2,9	2,9
791 Pirogfyllning förrätt Retinol	41	62
791 Pirogfyllning förrätt Vitamin D	0,41	0,68
797 Smörgåstårter land Mättade fet	2,7	3
797 Smörgåstårter land Enkelomätt	3,1	3,6
797 Smörgåstårter land Fleromätt	3,5	5,8
797 Smörgåstårter land Fettsyra 4:1	0,1	0,1
797 Smörgåstårter land Fettsyra 12	0	0
797 Smörgåstårter land Fettsyra 14	0,2	0,1
797 Smörgåstårter land Fettsyra 16	1,6	1,8
797 Smörgåstårter land Fettsyra 18	0,7	0,8
797 Smörgåstårter land Fettsyra 20	0	0
797 Smörgåstårter land Fettsyra 16	0,2	0,1
797 Smörgåstårter land Fettsyra 18	2,8	3,3
797 Smörgåstårter land Fettsyra 18	3	5
797 Smörgåstårter land Fettsyra 18	0,4	0,6
797 Smörgåstårter land Fettsyra 20	0	0
797 Smörgåstårter land Fettsyra 20	0	0
797 Smörgåstårter land Fettsyra 22	0	0
797 Smörgåstårter land Fettsyra 22	0	0



797 Smörgåstårta land Transfettsy	0	0
797 Smörgåstårta land Kolesterol	90,5	39,2
797 Smörgåstårta land Monosackarid	0,3	0,4
797 Smörgåstårta land Disackarid	1,5	1,4
797 Smörgåstårta land Sackaros	0,3	0,4
797 Smörgåstårta land Energi (kJ)	944	1 032
797 Smörgåstårta land Energi (kcal)	226	247
797 Smörgåstårta land Aska	1,9	2,1
797 Smörgåstårta land Vatten	54,2	52,5
797 Smörgåstårta land Avfall	1	0
797 Smörgåstårta land Kolhydrat	21,5	20,4
797 Smörgåstårta land Protein	10,6	9,9
797 Smörgåstårta land Fibrer	1,4	1,4
797 Smörgåstårta land Fett	10,5	13,7
797 Smörgåstårta land Fosfor	138	116
797 Smörgåstårta land Jod	3	0
797 Smörgåstårta land Järn	1,78	1,37
797 Smörgåstårta land Kalcium	45	30
797 Smörgåstårta land Kalium	139	163
797 Smörgåstårta land Magnesium	17	14
797 Smörgåstårta land Natrium	506	623
797 Smörgåstårta land Selen	7,6	4
797 Smörgåstårta land Zink	1,03	1,33
797 Smörgåstårta land Retinolekvi	946	875
797 Smörgåstårta land Retinol	942	870
797 Smörgåstårta land Vitamin D	0,36	0,26
797 Smörgåstårta land Vitamin E	0,87	0,84
797 Smörgåstårta land $\alpha$ -Tokoferol	0,87	0,84
797 Smörgåstårta land Karoten	53	64
797 Smörgåstårta land Tiamin	0,2	0,3
797 Smörgåstårta land Riboflavin	0,31	0,28
797 Smörgåstårta land Askorbinsyra	1	2
797 Smörgåstårta land Niacin	2,7	3,4
797 Smörgåstårta land Niacinekviv	4,7	5,2
797 Smörgåstårta land Vitamin B1	2,49	2,28
797 Smörgåstårta land Vitamin B6	0,19	0,24
797 Smörgåstårta land Folat	24	21
821 Risotto m råris veg Retinol	0	22
821 Risotto m råris veg Vitamin D	0	0,27
822 Risotto m råris veg Retinol	0	18
822 Risotto m råris veg Vitamin D	0	0,23
839 Risgrönska el ris Retinol	40	48
839 Risgrönska el ris Vitamin D	0,17	0,27
842 Paella (beräknat) Retinol	24	34
842 Paella (beräknat) Vitamin D	0,42	0,54
843 Risotto falukorv el Retinol	68	96
843 Risotto falukorv el Vitamin D	1,46	1,8
858 Köttfärsås o spag Retinol	1	7
858 Köttfärsås o spag Vitamin D	0,09	0,17
865 Pasta m tonfisk (beräknat) Fett	1,1	1,1
865 Pasta m tonfisk (beräknat) Enkelomättat	1	0,9
865 Pasta m tonfisk (beräknat) Fleromättat	2,4	2
865 Pasta m tonfisk (beräknat) Fettsyra 4:1	0,1	0,1
865 Pasta m tonfisk (beräknat) Fettsyra 12:1	0	0
865 Pasta m tonfisk (beräknat) Fettsyra 14:1	0,1	0,1
865 Pasta m tonfisk (beräknat) Fettsyra 16:1	0,6	0,6

865 Pasta m tonfisk (beräkn Fettsyra 18	0,2	0,2
865 Pasta m tonfisk (beräkn Fettsyra 20	0	0
865 Pasta m tonfisk (beräkn Fettsyra 16	0	0
865 Pasta m tonfisk (beräkn Fettsyra 18	1	0,9
865 Pasta m tonfisk (beräkn Fettsyra 18	2,2	1,8
865 Pasta m tonfisk (beräkn Fettsyra 18	0,3	0,2
865 Pasta m tonfisk (beräkn Fettsyra 20	0	0
865 Pasta m tonfisk (beräkn Fettsyra 20	0	0
865 Pasta m tonfisk (beräkn Fettsyra 22	0	0
865 Pasta m tonfisk (beräkn Fettsyra 22	0	0
865 Pasta m tonfisk (beräkn Transfettsy	0	0
865 Pasta m tonfisk (beräkn Kolesterol	13,2	12,5
865 Pasta m tonfisk (beräkn Monosackarid	0,4	0,4
865 Pasta m tonfisk (beräkn Disackarid	0,6	0,6
865 Pasta m tonfisk (beräkn Sackaros	0,3	0,3
865 Pasta m tonfisk (beräkn Energi (kJ)	607	587
865 Pasta m tonfisk (beräkn Energi (kcal)	145	140
865 Pasta m tonfisk (beräkn Aska	0,8	0,8
865 Pasta m tonfisk (beräkn Vatten	69,4	69,9
865 Pasta m tonfisk (beräkn Avfall	0	0
865 Pasta m tonfisk (beräkn Kolhydrat	17,5	17,6
865 Pasta m tonfisk (beräkn Protein	6,4	6,5
865 Pasta m tonfisk (beräkn Fibrer	0,6	0,6
865 Pasta m tonfisk (beräkn Fett	5,3	4,7
865 Pasta m tonfisk (beräkn Fosfor	68	69
865 Pasta m tonfisk (beräkn Jod	2	2
865 Pasta m tonfisk (beräkn Järn	0,6	0,6
865 Pasta m tonfisk (beräkn Kalcium	18	18
865 Pasta m tonfisk (beräkn Kalium	58	59
865 Pasta m tonfisk (beräkn Magnesium	13	13
865 Pasta m tonfisk (beräkn Natrium	231	231
865 Pasta m tonfisk (beräkn Selen	5,1	5,2
865 Pasta m tonfisk (beräkn Zink	0,46	0,46
865 Pasta m tonfisk (beräkn Retinolekvi	59	59
865 Pasta m tonfisk (beräkn Retinol	58	58
865 Pasta m tonfisk (beräkn Vitamin D	0,52	0,53
865 Pasta m tonfisk (beräkn Vitamin E	0,53	0,49
865 Pasta m tonfisk (beräkn $\alpha$ -Tokoferol	0,53	0,49
865 Pasta m tonfisk (beräkn Karoten	10	10
865 Pasta m tonfisk (beräkn Tiamin	0,13	0,13
865 Pasta m tonfisk (beräkn Riboflavin	0,08	0,08
865 Pasta m tonfisk (beräkn Ascorbinsy	0	0
865 Pasta m tonfisk (beräkn Niacin	2,6	2,6
865 Pasta m tonfisk (beräkn Niacinekviv	3,8	3,8
865 Pasta m tonfisk (beräkn Vitamin B1	0,3	0,3
865 Pasta m tonfisk (beräkn Vitamin B6	0,14	0,14
865 Pasta m tonfisk (beräkn Folat	7	7
898 Chili con carne (beräkn Retinol	2	16
898 Chili con carne (beräkn Vitamin D	0,12	0,3
903 Linssoppa (beräkn Mättade fet	0,1	0,1
903 Linssoppa (beräkn Enkelomätt	0,5	0,4
903 Linssoppa (beräkn Fleromätt	0,3	0,3
903 Linssoppa (beräkn Fettsyra 12	0	0
903 Linssoppa (beräkn Fettsyra 14	0	0
903 Linssoppa (beräkn Fettsyra 16	0,1	0,1
903 Linssoppa (beräkn Fettsyra 18	0	0

903 Linssoppa (beräkn Fettsyra 20	0	0
903 Linssoppa (beräkn Fettsyra 16	0	0
903 Linssoppa (beräkn Fettsyra 18	0,5	0,4
903 Linssoppa (beräkn Fettsyra 18	0,2	0,2
903 Linssoppa (beräkn Fettsyra 18	0,1	0,1
903 Linssoppa (beräkn Energi (kJ)	187	181
903 Linssoppa (beräkn Energi (kca	45	43
903 Linssoppa (beräkn Aska	0,9	1
903 Linssoppa (beräkn Vatten	88,3	88,5
903 Linssoppa (beräkn Fett	0,9	0,8
903 Linssoppa (beräkn Natrium	209	213
903 Linssoppa (beräkn Retinol	0	6
903 Linssoppa (beräkn Vitamin D	0	0,08
903 Linssoppa (beräkn Vitamin E	0,41	0,39
903 Linssoppa (beräkn ?-Tokofero	0,41	0,39
915 Sojabiff stekt (berä Mättade fet	2,3	1
915 Sojabiff stekt (berä Enkelomäti	2,6	3,4
915 Sojabiff stekt (berä Fleromätta	2,6	3,2
915 Sojabiff stekt (berä Fettsyra 4:1	0	0
915 Sojabiff stekt (berä Fettsyra 12	0,1	0
915 Sojabiff stekt (berä Fettsyra 14	0,1	0
915 Sojabiff stekt (berä Fettsyra 16	1,6	0,5
915 Sojabiff stekt (berä Fettsyra 18	0,3	0,2
915 Sojabiff stekt (berä Fettsyra 20	0	0
915 Sojabiff stekt (berä Fettsyra 16	0	0
915 Sojabiff stekt (berä Fettsyra 18	2,6	3,4
915 Sojabiff stekt (berä Fettsyra 18	2,2	2,5
915 Sojabiff stekt (berä Fettsyra 18	0,5	0,6
915 Sojabiff stekt (berä Disackarid	0,9	0,9
915 Sojabiff stekt (berä Energi (kJ)	633	633
915 Sojabiff stekt (berä Energi (kca	151	151
915 Sojabiff stekt (berä Vatten	67,7	67,7
915 Sojabiff stekt (berä Kolhydrat	11,4	11,4
915 Sojabiff stekt (berä Protein	7,3	7,3
915 Sojabiff stekt (berä Retinolekvi	44	1
915 Sojabiff stekt (berä Vitamin E	0,84	1,32
915 Sojabiff stekt (berä ?-Tokofero	0,84	1,32
915 Sojabiff stekt (berä Niacinekviv	2	2
1014 Biff ryggbiff nöt ste Mättade fet	2	2,6
1014 Biff ryggbiff nöt ste Enkelomäti	2,2	6,1
1014 Biff ryggbiff nöt ste Fleromätta	0,2	2,2
1014 Biff ryggbiff nöt ste Fettsyra 12	0	0
1014 Biff ryggbiff nöt ste Fettsyra 14	0,1	0,1
1014 Biff ryggbiff nöt ste Fettsyra 16	1,1	1,4
1014 Biff ryggbiff nöt ste Fettsyra 18	0,7	0,8
1014 Biff ryggbiff nöt ste Fettsyra 20	0	0,1
1014 Biff ryggbiff nöt ste Fettsyra 16	0,2	0,2
1014 Biff ryggbiff nöt ste Fettsyra 18	2	5,9
1014 Biff ryggbiff nöt ste Fettsyra 18	0,1	1,5
1014 Biff ryggbiff nöt ste Fettsyra 18	0	0,6
1014 Biff ryggbiff nöt ste Fettsyra 20	0	0
1014 Biff ryggbiff nöt ste Fettsyra 22	0	0
1014 Biff ryggbiff nöt ste Kolesterol	68,2	62,5
1014 Biff ryggbiff nöt ste Energi (kJ)	673	866
1014 Biff ryggbiff nöt ste Energi (kca	161	207
1014 Biff ryggbiff nöt ste Aska	1,7	1,7

1014 Biff ryggbiff nöt ste Vatten	64,6	60,8
1014 Biff ryggbiff nöt ste Protein	28,6	26,2
1014 Biff ryggbiff nöt ste Fett	5,1	11,4
1014 Biff ryggbiff nöt ste Fosfor	248	227
1014 Biff ryggbiff nöt ste Jod	13	12
1014 Biff ryggbiff nöt ste Järn	2,89	2,65
1014 Biff ryggbiff nöt ste Kalcium	8	8
1014 Biff ryggbiff nöt ste Kalium	437	400
1014 Biff ryggbiff nöt ste Magnesiurn	29	27
1014 Biff ryggbiff nöt ste Natrium	180	215
1014 Biff ryggbiff nöt ste Selen	11,8	10,8
1014 Biff ryggbiff nöt ste Zink	4,99	4,57
1014 Biff ryggbiff nöt ste Retinolekvi	8	7
1014 Biff ryggbiff nöt ste Retinol	7	74
1014 Biff ryggbiff nöt ste Vitamin D	0,66	1,44
1014 Biff ryggbiff nöt ste Vitamin E	0,13	1,8
1014 Biff ryggbiff nöt ste ?-Tokofero	0,13	1,8
1014 Biff ryggbiff nöt ste Karoten	10	10
1014 Biff ryggbiff nöt ste Tiamin	0,07	0,07
1014 Biff ryggbiff nöt ste Riboflavin	0,27	0,25
1014 Biff ryggbiff nöt ste Niacin	7,5	6,9
1014 Biff ryggbiff nöt ste Niacinekviv	12,7	11,7
1014 Biff ryggbiff nöt ste Vitamin B1	1,47	1,35
1014 Biff ryggbiff nöt ste Vitamin B6	0,5	0,46
1014 Biff ryggbiff nöt ste Folat	12	11
1017 Entrecôte nöt stekl Mättade fet	6,2	6,4
1017 Entrecôte nöt stekl Enkelomät	4,8	8,5
1017 Entrecôte nöt stekl Fleromätta	0,4	2,4
1017 Entrecôte nöt stekl Fettsyra 12	0	0
1017 Entrecôte nöt stekl Fettsyra 14	0,3	0,3
1017 Entrecôte nöt stekl Fettsyra 16	3	3,1
1017 Entrecôte nöt stekl Fettsyra 18	2,6	2,5
1017 Entrecôte nöt stekl Fettsyra 20	0	0,1
1017 Entrecôte nöt stekl Fettsyra 16	0,3	0,3
1017 Entrecôte nöt stekl Fettsyra 18	4,3	8
1017 Entrecôte nöt stekl Fettsyra 18	0,3	1,6
1017 Entrecôte nöt stekl Fettsyra 18	0	0,6
1017 Entrecôte nöt stekl Fettsyra 20	0	0
1017 Entrecôte nöt stekl Fettsyra 22	0	0
1017 Entrecôte nöt stekl Kolesterol	70,9	64,9
1017 Entrecôte nöt stekl Energi (kJ)	905	1 078
1017 Entrecôte nöt stekl Energi (kca	216	258
1017 Entrecôte nöt stekl Aska	1,4	1,4
1017 Entrecôte nöt stekl Vatten	60	56,5
1017 Entrecôte nöt stekl Avfall	13	12
1017 Entrecôte nöt stekl Protein	26,1	23,9
1017 Entrecôte nöt stekl Fett	12,5	18,1
1017 Entrecôte nöt stekl Fosfor	213	195
1017 Entrecôte nöt stekl Jod	13	12
1017 Entrecôte nöt stekl Järn	3,02	2,77
1017 Entrecôte nöt stekl Kalcium	10	9
1017 Entrecôte nöt stekl Kalium	398	364
1017 Entrecôte nöt stekl Magnesiurn	28	25
1017 Entrecôte nöt stekl Natrium	175	211
1017 Entrecôte nöt stekl Selen	11,8	10,8
1017 Entrecôte nöt stekl Zink	7,09	6,49

1017 Entrecôte nöt stekt Retinolekvi	9	8
1017 Entrecôte nöt stekt Retinol	8	75
1017 Entrecôte nöt stekt Vitamin D	1,05	1,8
1017 Entrecôte nöt stekt Vitamin E	0,13	1,8
1017 Entrecôte nöt stekt ?-Tokofero	0,13	1,8
1017 Entrecôte nöt stekt Karoten	13	12
1017 Entrecôte nöt stekt Tiamin	0,04	0,03
1017 Entrecôte nöt stekt Riboflavin	0,15	0,13
1017 Entrecôte nöt stekt Niacin	7,3	6,7
1017 Entrecôte nöt stekt Niacinekviv	12,1	11,1
1017 Entrecôte nöt stekt Vitamin B1	1,47	1,35
1017 Entrecôte nöt stekt Vitamin B6	0,47	0,43
1017 Entrecôte nöt stekt Folat	12	11
1023 Fläskfilé gris stekt Retinol	12	23
1023 Fläskfilé gris stekt Vitamin D	0,78	0,91
1025 Fläskkotlett gris stekt Mättade fet	6,9	7,1
1025 Fläskkotlett gris stekt Enkelomätt	6,6	10,2
1025 Fläskkotlett gris stekt Fleromätta	1,8	3,7
1025 Fläskkotlett gris stekt Fettsyra 4:1	0	0
1025 Fläskkotlett gris stekt Fettsyra 12	0	0
1025 Fläskkotlett gris stekt Fettsyra 14	0,3	0,3
1025 Fläskkotlett gris stekt Fettsyra 16	4,1	4,1
1025 Fläskkotlett gris stekt Fettsyra 18	2,4	2,4
1025 Fläskkotlett gris stekt Fettsyra 20	0	0,1
1025 Fläskkotlett gris stekt Fettsyra 16	0,5	0,5
1025 Fläskkotlett gris stekt Fettsyra 18	5,8	9,4
1025 Fläskkotlett gris stekt Fettsyra 18	1,4	2,6
1025 Fläskkotlett gris stekt Fettsyra 18	0,1	0,7
1025 Fläskkotlett gris stekt Fettsyra 20	0	0
1025 Fläskkotlett gris stekt Fettsyra 20	0	0
1025 Fläskkotlett gris stekt Fettsyra 22	0	0
1025 Fläskkotlett gris stekt Fettsyra 22	0,1	0,1
1025 Fläskkotlett gris stekt Kolesterol	77,1	70,5
1025 Fläskkotlett gris stekt Energi (kJ) 1 028	1 028	1 193
1025 Fläskkotlett gris stekt Energi (kcal)	246	285
1025 Fläskkotlett gris stekt Aska	1,8	1,8
1025 Fläskkotlett gris stekt Vatten	56,5	53,2
1025 Fläskkotlett gris stekt Avfall	27	24
1025 Fläskkotlett gris stekt Protein	25,8	23,6
1025 Fläskkotlett gris stekt Fett	15,9	21,4
1025 Fläskkotlett gris stekt Fosfor	250	229
1025 Fläskkotlett gris stekt Jod	17	15
1025 Fläskkotlett gris stekt Järn	1,97	1,8
1025 Fläskkotlett gris stekt Kalcium	8	8
1025 Fläskkotlett gris stekt Kalium	432	395
1025 Fläskkotlett gris stekt Magnesium	36	33
1025 Fläskkotlett gris stekt Natrium	214	247
1025 Fläskkotlett gris stekt Selen	13,3	12,2
1025 Fläskkotlett gris stekt Zink	3,85	3,53
1025 Fläskkotlett gris stekt Retinolekvi	12	11
1025 Fläskkotlett gris stekt Retinol	12	79
1025 Fläskkotlett gris stekt Vitamin D	0,76	1,54
1025 Fläskkotlett gris stekt Vitamin E	0,53	2,19
1025 Fläskkotlett gris stekt ?-Tokofero	0,53	2,19
1025 Fläskkotlett gris stekt Tiamin	0,85	0,77
1025 Fläskkotlett gris stekt Riboflavin	0,38	0,35

1025	Fläskkotlett gris st	Niacin	7,4	6,8
1025	Fläskkotlett gris st	Niacinekviv	12,2	11,1
1025	Fläskkotlett gris st	Vitamin B1	0,72	0,66
1025	Fläskkotlett gris st	Vitamin B6	0,56	0,52
1025	Fläskkotlett gris st	Folat	7	6
1036	Lammkotlett stekt	Mättade fet	7,9	8
1036	Lammkotlett stekt	Enkelomäti	5,9	9,6
1036	Lammkotlett stekt	Fleromätta	1,2	3,2
1036	Lammkotlett stekt	Fettsyra 4:(	0,1	0,1
1036	Lammkotlett stekt	Fettsyra 12	0,1	0,1
1036	Lammkotlett stekt	Fettsyra 14	1	0,9
1036	Lammkotlett stekt	Fettsyra 16	3,5	3,6
1036	Lammkotlett stekt	Fettsyra 18	2,6	2,6
1036	Lammkotlett stekt	Fettsyra 20	0,2	0,3
1036	Lammkotlett stekt	Fettsyra 16	0,5	0,5
1036	Lammkotlett stekt	Fettsyra 18	5,3	8,9
1036	Lammkotlett stekt	Fettsyra 18	0,7	2
1036	Lammkotlett stekt	Fettsyra 18	0,2	0,7
1036	Lammkotlett stekt	Fettsyra 20	0	0
1036	Lammkotlett stekt	Kolesterol	102,4	93,8
1036	Lammkotlett stekt	Energi (kJ)	996	1 161
1036	Lammkotlett stekt	Energi (kca	238	278
1036	Lammkotlett stekt	Aska	1,6	1,6
1036	Lammkotlett stekt	Vatten	58,5	55,2
1036	Lammkotlett stekt	Avfall	39	36
1036	Lammkotlett stekt	Protein	24	22
1036	Lammkotlett stekt	Fett	15,9	21,3
1036	Lammkotlett stekt	Fosfor	236	217
1036	Lammkotlett stekt	Jod	13	12
1036	Lammkotlett stekt	Järn	2,1	1,93
1036	Lammkotlett stekt	Kalcium	20	18
1036	Lammkotlett stekt	Kalium	289	265
1036	Lammkotlett stekt	Magnesium	22	21
1036	Lammkotlett stekt	Natrium	191	225
1036	Lammkotlett stekt	Selen	1,8	1,7
1036	Lammkotlett stekt	Zink	4,46	4,09
1036	Lammkotlett stekt	Retinolekvi	70	64
1036	Lammkotlett stekt	Retinol	70	131
1036	Lammkotlett stekt	Vitamin D	0,52	1,32
1036	Lammkotlett stekt	Vitamin E	0,92	2,52
1036	Lammkotlett stekt	?-Tokofero	0,92	2,52
1036	Lammkotlett stekt	Karoten	9	8
1036	Lammkotlett stekt	Tiamin	0,17	0,15
1036	Lammkotlett stekt	Riboflavin	0,31	0,29
1036	Lammkotlett stekt	Niacin	5,6	5,2
1036	Lammkotlett stekt	Niacinekviv	10,1	9,2
1036	Lammkotlett stekt	Vitamin B1	1,26	1,15
1036	Lammkotlett stekt	Vitamin B6	0,21	0,19
1036	Lammkotlett stekt	Folat	5	5
1037	Lammstek (beräkn	Mättade fet	3,6	3,7
1037	Lammstek (beräkn	Enkelomäti	2,7	4
1037	Lammstek (beräkn	Fleromätta	0,6	1,2
1037	Lammstek (beräkn	Fettsyra 4:(	0	0
1037	Lammstek (beräkn	Fettsyra 12	0	0,1
1037	Lammstek (beräkn	Fettsyra 14	0,5	0,4
1037	Lammstek (beräkn	Fettsyra 16	1,6	1,7

1037 Lammstek (beräkn Fettsyra 18	1,2	1,2
1037 Lammstek (beräkn Fettsyra 20	0,1	0,1
1037 Lammstek (beräkn Fettsyra 16	0,2	0,2
1037 Lammstek (beräkn Fettsyra 18	2,4	3,7
1037 Lammstek (beräkn Fettsyra 18	0,3	0,7
1037 Lammstek (beräkn Fettsyra 18	0,1	0,3
1037 Lammstek (beräkn Fettsyra 20	0	0
1037 Lammstek (beräkn Kolesterol	94,9	92,3
1037 Lammstek (beräkn Energi (kJ)	675	738
1037 Lammstek (beräkn Energi (kca	161	176
1037 Lammstek (beräkn Aska	1,4	1,4
1037 Lammstek (beräkn Vatten	67,3	66
1037 Lammstek (beräkn Avfall	32	31
1037 Lammstek (beräkn Protein	24,1	23,4
1037 Lammstek (beräkn Fett	7,2	9,2
1037 Lammstek (beräkn Fosfor	237	231
1037 Lammstek (beräkn Jod	11	11
1037 Lammstek (beräkn Järn	2,19	2,13
1037 Lammstek (beräkn Kalcium	14	13
1037 Lammstek (beräkn Kalium	268	260
1037 Lammstek (beräkn Magnesium	21	20
1037 Lammstek (beräkn Natrium	161	173
1037 Lammstek (beräkn Selen	1,7	1,7
1037 Lammstek (beräkn Zink	4,14	4,02
1037 Lammstek (beräkn Retinolekvi	65	63
1037 Lammstek (beräkn Retinol	65	85
1037 Lammstek (beräkn Vitamin D	0,49	0,75
1037 Lammstek (beräkn Vitamin E	0,85	1,38
1037 Lammstek (beräkn ?-Tokofero	0,85	1,38
1037 Lammstek (beräkn Karoten	9	8
1037 Lammstek (beräkn Tiamin	0,14	0,14
1037 Lammstek (beräkn Riboflavin	0,25	0,25
1037 Lammstek (beräkn Niacin	7,7	7,5
1037 Lammstek (beräkn Niacinekviv	12,1	11,8
1037 Lammstek (beräkn Vitamin B1	1,17	1,14
1037 Lammstek (beräkn Vitamin B6	0,19	0,19
1037 Lammstek (beräkn Folat	2	2
1043 Oxrudad nöt stekt ( Mättade fet	5,7	3,2
1043 Oxrudad nöt stekt ( Enkelomäti	7,7	6,3
1043 Oxrudad nöt stekt ( Fleromätta	2,2	2,3
1043 Oxrudad nöt stekt ( Fettsyra 4:1	0	0
1043 Oxrudad nöt stekt ( Fettsyra 12	0	0
1043 Oxrudad nöt stekt ( Fettsyra 14	0,2	0,2
1043 Oxrudad nöt stekt ( Fettsyra 16	3,5	1,8
1043 Oxrudad nöt stekt ( Fettsyra 18	1,8	1
1043 Oxrudad nöt stekt ( Fettsyra 20	0,1	0
1043 Oxrudad nöt stekt ( Fettsyra 16	0,3	0,2
1043 Oxrudad nöt stekt ( Fettsyra 18	7,3	5,8
1043 Oxrudad nöt stekt ( Fettsyra 18	1,6	1,4
1043 Oxrudad nöt stekt ( Fettsyra 18	0,5	0,6
1043 Oxrudad nöt stekt ( Fettsyra 20	0	0
1043 Oxrudad nöt stekt ( Fettsyra 20	0	0
1043 Oxrudad nöt stekt ( Fettsyra 22	0	0
1043 Oxrudad nöt stekt ( Fettsyra 22	0	0,1
1043 Oxrudad nöt stekt ( Kolesterol	64,2	95,5
1043 Oxrudad nöt stekt ( Monosacke	0,2	0,1

1043 Oxrulado nötkött ( Disackarid	0,5	0,2
1043 Oxrulado nötkött ( Sackaros	0,1	0,2
1043 Oxrulado nötkött ( Energi (kJ)	985	1 009
1043 Oxrulado nötkött ( Energi (kcal)	235	241
1043 Oxrulado nötkött ( Aska	2,8	3,3
1043 Oxrulado nötkött ( Vatten	58,5	51,6
1043 Oxrulado nötkött ( Avfall	1	2
1043 Oxrulado nötkött ( Kolhydrat	1,2	0,9
1043 Oxrulado nötkött ( Protein	21	31,9
1043 Oxrulado nötkött ( Fiber	0,1	0,1
1043 Oxrulado nötkött ( Fett	16,4	12,2
1043 Oxrulado nötkött ( Fosfor	211	300
1043 Oxrulado nötkött ( Jod	25	47
1043 Oxrulado nötkött ( Järn	2,09	3,49
1043 Oxrulado nötkött ( Kalcium	24	18
1043 Oxrulado nötkött ( Kalium	371	539
1043 Oxrulado nötkött ( Magnesium	25	35
1043 Oxrulado nötkött ( Natrium	576	687
1043 Oxrulado nötkött ( Selen	8,4	12,8
1043 Oxrulado nötkött ( Zink	3,16	5,2
1043 Oxrulado nötkött ( Retinolekvi	5	9
1043 Oxrulado nötkött ( Retinol	5	63
1043 Oxrulado nötkött ( Vitamin D	0,45	1,31
1043 Oxrulado nötkött ( Vitamin E	1,05	1,64
1043 Oxrulado nötkött ( ?-Tokoferol	1,05	1,64
1043 Oxrulado nötkött ( Karoten	3	34
1043 Oxrulado nötkött ( Tiamin	0,13	0,12
1043 Oxrulado nötkött ( Riboflavin	0,18	0,28
1043 Oxrulado nötkött ( Askorbinsyra	0	1
1043 Oxrulado nötkött ( Niacin	4,8	7,4
1043 Oxrulado nötkött ( Niacinlekvä	8,7	13,3
1043 Oxrulado nötkött ( Vitamin B1	0,98	1,86
1043 Oxrulado nötkött ( Vitamin B6	0,34	0,57
1043 Oxrulado nötkött ( Folat	9	14
1062 Biff Stroganoff nötkött Retinol	37	70
1062 Biff Stroganoff nötkött Vitamin D	0,4	0,81
1062 Biff Stroganoff nötkött Riboflavin	0,17	0,17
1062 Biff Stroganoff nötkött Askorbinsyra	2	3
1062 Biff Stroganoff nötkött Vitamin B6	0,22	0,21
1064 Rimmat sidfläsk gr Retinol	32	84
1064 Rimmat sidfläsk gr Vitamin D	0,67	1,32
1065 Fläskkotlett gris pa Retinol	27	72
1065 Fläskkotlett gris pa Vitamin D	0,66	1,22
1066 Wienerschnitzel m Retinol	28	67
1066 Wienerschnitzel m Vitamin D	0,53	1,01
1068 Gulasch nötkött (ber Retinol	6	28
1068 Gulasch nötkött (ber Vitamin D	0,26	0,55
1069 Hargryta (beräknat Retinol	4	23
1069 Hargryta (beräknat Vitamin D	0,26	0,51
1072 Kalvläggsgryta typ Retinol	14	37
1072 Kalvläggsgryta typ Vitamin D	0,15	0,43
1074 Lammfrikassé (ber Mättade fet	5,1	6,5
1074 Lammfrikassé (ber Enkelomätt	3,9	4,6
1074 Lammfrikassé (ber Fleromätt	0,8	1
1074 Lammfrikassé (ber Fettsyra 4:1	0	0,2
1074 Lammfrikassé (ber Fettsyra 12	0,1	0,2



1074 Lammfrikassé (ber Fettsyra 14	0,6	0,8
1074 Lammfrikassé (ber Fettsyra 16	2,3	3,1
1074 Lammfrikassé (ber Fettsyra 18	1,7	1,8
1074 Lammfrikassé (ber Fettsyra 20	0,1	0,1
1074 Lammfrikassé (ber Fettsyra 16	0,3	0,3
1074 Lammfrikassé (ber Fettsyra 18	3,4	4,2
1074 Lammfrikassé (ber Fettsyra 18	0,5	0,6
1074 Lammfrikassé (ber Fettsyra 18	0,1	0,2
1074 Lammfrikassé (ber Fettsyra 20	0	0
1074 Lammfrikassé (ber Transfettsy	0	0,1
1074 Lammfrikassé (ber Kolesterol	66,6	67,2
1074 Lammfrikassé (ber Monosackar	0	0
1074 Lammfrikassé (ber Disackarid	0	0,3
1074 Lammfrikassé (ber Sackaros	0	0
1074 Lammfrikassé (ber Energi (kJ)	686	764
1074 Lammfrikassé (ber Energi (kca	164	183
1074 Lammfrikassé (ber Aska	1,6	1,6
1074 Lammfrikassé (ber Vatten	70,2	68,5
1074 Lammfrikassé (ber Avfall	27	25
1074 Lammfrikassé (ber Kolhydrat	1,9	2
1074 Lammfrikassé (ber Protein	16	15,1
1074 Lammfrikassé (ber Fibrer	0,1	0,1
1074 Lammfrikassé (ber Fett	10,3	12,8
1074 Lammfrikassé (ber Fosfor	156	150
1074 Lammfrikassé (ber Jod	17	17
1074 Lammfrikassé (ber Järn	2,06	1,92
1074 Lammfrikassé (ber Kalcium	19	24
1074 Lammfrikassé (ber Kalium	199	194
1074 Lammfrikassé (ber Magnesium	16	16
1074 Lammfrikassé (ber Natrium	296	288
1074 Lammfrikassé (ber Selen	1,3	1,3
1074 Lammfrikassé (ber Zink	3,04	2,86
1074 Lammfrikassé (ber Retinolekvi	46	72
1074 Lammfrikassé (ber Retinol	45	71
1074 Lammfrikassé (ber Vitamin D	0,34	0,5
1074 Lammfrikassé (ber Vitamin E	0,61	0,8
1074 Lammfrikassé (ber ?-Tokofero	0,61	0,8
1074 Lammfrikassé (ber Karoten	6	14
1074 Lammfrikassé (ber Vitamin K	0	0
1074 Lammfrikassé (ber Tiamin	0,09	0,08
1074 Lammfrikassé (ber Riboflavin	0,13	0,13
1074 Lammfrikassé (ber Askorbinsy	0	0
1074 Lammfrikassé (ber Niacin	4,1	3,8
1074 Lammfrikassé (ber Niacinekviv	7	6,6
1074 Lammfrikassé (ber Vitamin B1	0,43	0,42
1074 Lammfrikassé (ber Vitamin B6	0,05	0,05
1074 Lammfrikassé (ber Folat	4	4
1075 Lammköttgryta lök Mättade fet	4,6	4,6
1075 Lammköttgryta lök Enkelomätt	3,5	3,7
1075 Lammköttgryta lök Fleromätta	1,1	0,9
1075 Lammköttgryta lök Fettsyra 12	0,1	0,1
1075 Lammköttgryta lök Fettsyra 14	0,6	0,6
1075 Lammköttgryta lök Fettsyra 16	2,1	2
1075 Lammköttgryta lök Fettsyra 18	1,5	1,5
1075 Lammköttgryta lök Fettsyra 20	0,1	0,1
1075 Lammköttgryta lök Fettsyra 16	0,3	0,3

1075 Lammköttgryta lök Fettsyra 18	3,1	3,3
1075 Lammköttgryta lök Fettsyra 18	0,8	0,5
1075 Lammköttgryta lök Fettsyra 18	0,1	0,1
1075 Lammköttgryta lök Energi (kJ)	693	688
1075 Lammköttgryta lök Energi (kcal)	166	164
1075 Lammköttgryta lök Aska	1,8	1,8
1075 Lammköttgryta lök Vatten	67,9	68
1075 Lammköttgryta lök Fett	9,7	9,6
1075 Lammköttgryta lök Fosfor	165	165
1075 Lammköttgryta lök Natrium	343	347
1075 Lammköttgryta lök Retinolekvi	54	48
1075 Lammköttgryta lök Retinol	46	45
1075 Lammköttgryta lök Vitamin D	0,35	0,37
1075 Lammköttgryta lök Vitamin E	0,75	0,81
1075 Lammköttgryta lök $\alpha$ -Tokofero	0,75	0,81
1077 Nötköttgryta lök pu Retinol	5	24
1077 Nötköttgryta lök pu Vitamin D	0,21	0,45
1079 Nötköttgryta lök total Retinol	2	11
1079 Nötköttgryta lök total Vitamin D	0,24	0,35
1080 Renskav stekt m v Retinol	164	190
1080 Renskav stekt m v Vitamin D	0,44	0,77
1081 Renskavsgryta (beräknat) Mättade fetter	6,8	6,3
1081 Renskavsgryta (beräknat) Enkelomättade fetter	4,6	4,9
1081 Renskavsgryta (beräknat) Fleromättade fetter	0,7	0,9
1081 Renskavsgryta (beräknat) Fettsyra 4:1	0,6	0,6
1081 Renskavsgryta (beräknat) Fettsyra 12	0,2	0,2
1081 Renskavsgryta (beräknat) Fettsyra 14	0,8	0,8
1081 Renskavsgryta (beräknat) Fettsyra 16	3,6	3,2
1081 Renskavsgryta (beräknat) Fettsyra 18	1,3	1,3
1081 Renskavsgryta (beräknat) Fettsyra 20	0	0
1081 Renskavsgryta (beräknat) Fettsyra 16	0,4	0,4
1081 Renskavsgryta (beräknat) Fettsyra 18	4	4,3
1081 Renskavsgryta (beräknat) Fettsyra 18	0,5	0,6
1081 Renskavsgryta (beräknat) Fettsyra 18	0,2	0,3
1081 Renskavsgryta (beräknat) Disackarider	0,7	0,7
1081 Renskavsgryta (beräknat) Energi (kJ)	765	765
1081 Renskavsgryta (beräknat) Energi (kcal)	183	183
1081 Renskavsgryta (beräknat) Vatten	67,6	67,6
1081 Renskavsgryta (beräknat) Kolhydrat	2,1	2,1
1081 Renskavsgryta (beräknat) Protein	14,5	14,5
1081 Renskavsgryta (beräknat) Retinolekvi	105	88
1081 Renskavsgryta (beräknat) Vitamin E	1,01	1,2
1081 Renskavsgryta (beräknat) $\alpha$ -Tokofero	1,01	1,2
1081 Renskavsgryta (beräknat) Niacinekvi	7,7	7,7
1082 Skinksås gris mjöll Retinol	21	47
1082 Skinksås gris mjöll Vitamin D	0,19	0,53
1083 Kalops (beräknat) Mättade fetter	4,3	4,3
1083 Kalops (beräknat) Enkelomättade fetter	4,9	4,8
1083 Kalops (beräknat) Fleromättade fetter	0,9	0,9
1083 Kalops (beräknat) Fettsyra 12	0	0
1083 Kalops (beräknat) Fettsyra 14	0,2	0,2
1083 Kalops (beräknat) Fettsyra 16	2,2	2,2
1083 Kalops (beräknat) Fettsyra 18	1,6	1,7
1083 Kalops (beräknat) Fettsyra 20	0	0
1083 Kalops (beräknat) Fettsyra 16	0,3	0,3
1083 Kalops (beräknat) Fettsyra 18	4,4	4,4

1083 Kalops (beräknat)	Fettsyra 18	0,6	0,5
1083 Kalops (beräknat)	Fettsyra 18	0,3	0,2
1083 Kalops (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1083 Kalops (beräknat)	Fettsyra 22	0	0
1083 Kalops (beräknat)	Kolesterol	37,4	37,4
1083 Kalops (beräknat)	Monosackarid	0,4	0,4
1083 Kalops (beräknat)	Disackarid	0,2	0,2
1083 Kalops (beräknat)	Sackaros	0,2	0,2
1083 Kalops (beräknat)	Energi (kJ)	665	655
1083 Kalops (beräknat)	Energi (kcal)	159	156
1083 Kalops (beräknat)	Aska	1,3	1,3
1083 Kalops (beräknat)	Vatten	72,3	72,6
1083 Kalops (beräknat)	Avfall	20	20
1083 Kalops (beräknat)	Kolhydrat	2,2	2,2
1083 Kalops (beräknat)	Protein	13,2	13,2
1083 Kalops (beräknat)	Fibrer	0,2	0,2
1083 Kalops (beräknat)	Fett	10,9	10,6
1083 Kalops (beräknat)	Fosfor	120	119
1083 Kalops (beräknat)	Jod	25	25
1083 Kalops (beräknat)	Järn	1,74	1,74
1083 Kalops (beräknat)	Kalcium	11	11
1083 Kalops (beräknat)	Kalium	250	249
1083 Kalops (beräknat)	Magnesium	17	17
1083 Kalops (beräknat)	Natrium	235	247
1083 Kalops (beräknat)	Selen	6,3	6,3
1083 Kalops (beräknat)	Zink	3,09	3,09
1083 Kalops (beräknat)	Retinolekvi	11	11
1083 Kalops (beräknat)	Retinol	9	24
1083 Kalops (beräknat)	Vitamin D	0,42	0,61
1083 Kalops (beräknat)	Vitamin E	0,71	0,68
1083 Kalops (beräknat)	?-Tokoferol	0,71	0,68
1083 Kalops (beräknat)	Karoten	18	18
1083 Kalops (beräknat)	Vitamin K	0	0
1083 Kalops (beräknat)	Tiamin	0,04	0,04
1083 Kalops (beräknat)	Riboflavin	0,09	0,09
1083 Kalops (beräknat)	Askorbinsyra	0	0
1083 Kalops (beräknat)	Niacin	4	4
1083 Kalops (beräknat)	Niacinekviv	6,5	6,5
1083 Kalops (beräknat)	Vitamin B1	0,63	0,63
1083 Kalops (beräknat)	Vitamin B6	0,17	0,17
1083 Kalops (beräknat)	Folat	8	8
1085 Fläskköttgryta gris	Retinol	3	28
1085 Fläskköttgryta gris	Vitamin D	0,17	0,48
1109 Pannbiff gris stekt	Mättade fettsyror	7	6,9
1109 Pannbiff gris stekt	Enkelomättade fettsyror	6,9	6,8
1109 Pannbiff gris stekt	Fleromättade fettsyror	1,9	1,9
1109 Pannbiff gris stekt	Fettsyra 4:0	0	0
1109 Pannbiff gris stekt	Fettsyra 12:0	0	0
1109 Pannbiff gris stekt	Fettsyra 14:0	0,3	0,3
1109 Pannbiff gris stekt	Fettsyra 16:0	4,2	4,2
1109 Pannbiff gris stekt	Fettsyra 18:0	2,4	2,3
1109 Pannbiff gris stekt	Fettsyra 20:0	0	0
1109 Pannbiff gris stekt	Fettsyra 16:1	0,6	0,5
1109 Pannbiff gris stekt	Fettsyra 18:1	6,2	6,1
1109 Pannbiff gris stekt	Fettsyra 18:2	1,5	1,4
1109 Pannbiff gris stekt	Fettsyra 18:3	0,1	0,1

1109	Pannbiff gris stekt	Fettsyra 20	0,1	0,1
1109	Pannbiff gris stekt	Fettsyra 20	0	0
1109	Pannbiff gris stekt	Fettsyra 22	0	0
1109	Pannbiff gris stekt	Fettsyra 22	0,1	0,1
1109	Pannbiff gris stekt	Transfettsy	0	0
1109	Pannbiff gris stekt	Kolesterol	111,2	110
1109	Pannbiff gris stekt	Monosackarid	0,3	0,3
1109	Pannbiff gris stekt	Disackarid	0,2	0,2
1109	Pannbiff gris stekt	Sackaros	0,1	0,1
1109	Pannbiff gris stekt	Energi (kJ)	1 094	1 084
1109	Pannbiff gris stekt	Energi (kcal)	261	259
1109	Pannbiff gris stekt	Aska	3,1	3
1109	Pannbiff gris stekt	Vatten	52,4	52,8
1109	Pannbiff gris stekt	Avfall	2	2
1109	Pannbiff gris stekt	Kolhydrat	7,6	7,6
1109	Pannbiff gris stekt	Protein	19,6	19,4
1109	Pannbiff gris stekt	Fibrer	0,4	0,4
1109	Pannbiff gris stekt	Fett	16,9	16,7
1109	Pannbiff gris stekt	Fosfor	226	224
1109	Pannbiff gris stekt	Jod	91	90
1109	Pannbiff gris stekt	Järn	1,25	1,24
1109	Pannbiff gris stekt	Kalcium	21	21
1109	Pannbiff gris stekt	Kalium	371	370
1109	Pannbiff gris stekt	Magnesium	31	31
1109	Pannbiff gris stekt	Natrium	803	794
1109	Pannbiff gris stekt	Selen	9	8,9
1109	Pannbiff gris stekt	Zink	3,09	3,05
1109	Pannbiff gris stekt	Retinolekvi	35	35
1109	Pannbiff gris stekt	Retinol	35	34
1109	Pannbiff gris stekt	Vitamin D	0,75	0,74
1109	Pannbiff gris stekt	Vitamin E	0,73	0,73
1109	Pannbiff gris stekt	?-Tokofero	0,73	0,73
1109	Pannbiff gris stekt	Karoten	6	6
1109	Pannbiff gris stekt	Vitamin K	0	0
1109	Pannbiff gris stekt	Tiamin	0,46	0,46
1109	Pannbiff gris stekt	Riboflavin	0,24	0,24
1109	Pannbiff gris stekt	Askorbinsy	0	0
1109	Pannbiff gris stekt	Niacin	3,9	3,8
1109	Pannbiff gris stekt	Niacinekviv	7,6	7,5
1109	Pannbiff gris stekt	Vitamin B1	0,69	0,68
1109	Pannbiff gris stekt	Vitamin B6	0,31	0,3
1109	Pannbiff gris stekt	Folat	9	9
1110	Hamburgare ca 9%	Retinol	7	36
1110	Hamburgare ca 9%	Vitamin D	0,53	0,91
1111	Hamburgare ca 17%	Retinol	7	36
1111	Hamburgare ca 17%	Vitamin D	0,53	0,91
1115	Köttfärssås på nötl	Retinol	2	16
1115	Köttfärssås på nötl	Vitamin D	0,2	0,37
1117	Köttfärsgulasch m	Retinol	14	40
1117	Köttfärsgulasch m	Vitamin D	0,21	0,53
1118	Köttfärsgulasch u ζ	Retinol	3	31
1118	Köttfärsgulasch u ζ	Vitamin D	0,22	0,57
1121	Köttfärssås grisfär:	Retinol	4	34
1121	Köttfärssås grisfär:	Vitamin D	0,27	0,65
1122	Köttbullsgryta m lö	Retinol	6	37
1122	Köttbullsgryta m lö	Vitamin D	0,04	0,43

1123	Köttfärssås till mou	Mättade fet	2,4	2,2
1123	Köttfärssås till mou	Enkelomät	2,5	3,6
1123	Köttfärssås till mou	Fleromätta	2,5	1,2
1123	Köttfärssås till mou	Fettsyra 12	0	0
1123	Köttfärssås till mou	Fettsyra 14	0,1	0,1
1123	Köttfärssås till mou	Fettsyra 16	1,3	1,1
1123	Köttfärssås till mou	Fettsyra 18	0,9	0,8
1123	Köttfärssås till mou	Fettsyra 20	0	0
1123	Köttfärssås till mou	Fettsyra 16	0,1	0,1
1123	Köttfärssås till mou	Fettsyra 18	2,3	3,4
1123	Köttfärssås till mou	Fettsyra 18	2,1	0,8
1123	Köttfärssås till mou	Fettsyra 18	0,3	0,3
1123	Köttfärssås till mou	Fettsyra 20	0	0
1123	Köttfärssås till mou	Fettsyra 22	0	0
1123	Köttfärssås till mou	Kolesterol	26,4	26,4
1123	Köttfärssås till mou	Monosacke	1,9	1,9
1123	Köttfärssås till mou	Disackarid	0,4	0,4
1123	Köttfärssås till mou	Sackaros	0,4	0,4
1123	Köttfärssås till mou	Energi (kJ)	526	504
1123	Köttfärssås till mou	Energi (kca	126	120
1123	Köttfärssås till mou	Aska	1,9	1,9
1123	Köttfärssås till mou	Vatten	75,5	76
1123	Köttfärssås till mou	Avfall	2	2
1123	Köttfärssås till mou	Kolhydrat	2,7	2,7
1123	Köttfärssås till mou	Protein	10,6	10,5
1123	Köttfärssås till mou	Fibrer	1,3	1,3
1123	Köttfärssås till mou	Fett	7,8	7,3
1123	Köttfärssås till mou	Fosfor	98	98
1123	Köttfärssås till mou	Jod	43	43
1123	Köttfärssås till mou	Järn	1,55	1,55
1123	Köttfärssås till mou	Kalcium	25	25
1123	Köttfärssås till mou	Kalium	311	310
1123	Köttfärssås till mou	Magnesiun	18	18
1123	Köttfärssås till mou	Natrium	455	479
1123	Köttfärssås till mou	Selen	4,2	4,2
1123	Köttfärssås till mou	Zink	2,99	2,98
1123	Köttfärssås till mou	Retinolekvi	47	11
1123	Köttfärssås till mou	Retinol	39	37
1123	Köttfärssås till mou	Vitamin D	0,54	0,67
1123	Köttfärssås till mou	Vitamin E	1,01	1,42
1123	Köttfärssås till mou	?-Tokofero	1,01	1,42
1123	Köttfärssås till mou	Karoten	102	102
1123	Köttfärssås till mou	Tiamin	0,05	0,05
1123	Köttfärssås till mou	Riboflavin	0,12	0,12
1123	Köttfärssås till mou	Askorbinsy	5	4
1123	Köttfärssås till mou	Niacin	2,5	2,5
1123	Köttfärssås till mou	Niacinekvi	4,4	4,4
1123	Köttfärssås till mou	Vitamin B1	0,38	0,38
1123	Köttfärssås till mou	Vitamin B6	0,19	0,19
1123	Köttfärssås till mou	Folat	16	16
1124	Köttfärssås till mou	Mättade fet	7	5,7
1124	Köttfärssås till mou	Enkelomät	6,5	7,4
1124	Köttfärssås till mou	Fleromätta	1,6	2,2
1124	Köttfärssås till mou	Fettsyra 4:1	0	0
1124	Köttfärssås till mou	Fettsyra 12	0,1	0
1124	Köttfärssås till mou	Fettsyra 14	0,3	0,3

1124 Köttfärsröra till tac	Fettsyra 16	4,1	3
1124 Köttfärsröra till tac	Fettsyra 18	2,1	2,1
1124 Köttfärsröra till tac	Fettsyra 20	0	0,1
1124 Köttfärsröra till tac	Fettsyra 16	0,3	0,3
1124 Köttfärsröra till tac	Fettsyra 18	6	6,9
1124 Köttfärsröra till tac	Fettsyra 18	1,2	1,5
1124 Köttfärsröra till tac	Fettsyra 18	0,3	0,5
1124 Köttfärsröra till tac	Disackarid	0,1	0
1124 Köttfärsröra till tac	Energi (kJ)	926	926
1124 Köttfärsröra till tac	Energi (kca	221	221
1124 Köttfärsröra till tac	Vatten	62,3	62,3
1124 Köttfärsröra till tac	Kolhydrat	3,5	3,5
1124 Köttfärsröra till tac	Protein	16,3	16,3
1124 Köttfärsröra till tac	Retinolekvi	53	7
1124 Köttfärsröra till tac	Vitamin E	0,81	1,33
1124 Köttfärsröra till tac	?-Tokofero	0,81	1,33
1124 Köttfärsröra till tac	Niacinekviv	6,5	6,5
1129 Pannbiff blandfärs	Mättade fet	3,7	5,9
1129 Pannbiff blandfärs	Enkelomät	4,9	7,9
1129 Pannbiff blandfärs	Fleromätta	1,5	2,4
1129 Pannbiff blandfärs	Fettsyra 4:1	0,1	0,1
1129 Pannbiff blandfärs	Fettsyra 12	0	0
1129 Pannbiff blandfärs	Fettsyra 14	0,2	0,3
1129 Pannbiff blandfärs	Fettsyra 16	2	3,1
1129 Pannbiff blandfärs	Fettsyra 18	1,2	2
1129 Pannbiff blandfärs	Fettsyra 20	0	0,1
1129 Pannbiff blandfärs	Fettsyra 16	0,2	0,3
1129 Pannbiff blandfärs	Fettsyra 18	4,6	7,4
1129 Pannbiff blandfärs	Fettsyra 18	1,1	1,7
1129 Pannbiff blandfärs	Fettsyra 18	0,3	0,5
1129 Pannbiff blandfärs	Fettsyra 20	0	0
1129 Pannbiff blandfärs	Fettsyra 20	0	0
1129 Pannbiff blandfärs	Fettsyra 22	0	0
1129 Pannbiff blandfärs	Fettsyra 22	0	0
1129 Pannbiff blandfärs	Transfettsy	0	0
1129 Pannbiff blandfärs	Kolesterol	52,3	83,8
1129 Pannbiff blandfärs	Monosacke	1,7	0,2
1129 Pannbiff blandfärs	Disackarid	1,8	1,5
1129 Pannbiff blandfärs	Sackaros	0,9	0,1
1129 Pannbiff blandfärs	Energi (kJ)	699	1 011
1129 Pannbiff blandfärs	Energi (kca	167	242
1129 Pannbiff blandfärs	Aska	1,8	2,5
1129 Pannbiff blandfärs	Vatten	69,3	58,1
1129 Pannbiff blandfärs	Avfall	4	1
1129 Pannbiff blandfärs	Kolhydrat	6,3	5,2
1129 Pannbiff blandfärs	Protein	11,1	16,8
1129 Pannbiff blandfärs	Fibrer	0,8	0,3
1129 Pannbiff blandfärs	Fett	10,7	17,1
1129 Pannbiff blandfärs	Fosfor	131	182
1129 Pannbiff blandfärs	Jod	45	71
1129 Pannbiff blandfärs	Järn	1,29	1,75
1129 Pannbiff blandfärs	Kalcium	44	48
1129 Pannbiff blandfärs	Kalium	286	305
1129 Pannbiff blandfärs	Magnesium	20	23
1129 Pannbiff blandfärs	Natrium	408	651
1129 Pannbiff blandfärs	Selen	5,2	8,4

1129 Pannbiff blandfärs Zink	2,51	3,86
1129 Pannbiff blandfärs Retinolekvi	21	33
1129 Pannbiff blandfärs Retinol	20	84
1129 Pannbiff blandfärs Vitamin D	0,32	1,16
1129 Pannbiff blandfärs Vitamin E	1,23	1,72
1129 Pannbiff blandfärs ?-Tokofero	1,23	1,72
1129 Pannbiff blandfärs Karoten	12	13
1129 Pannbiff blandfärs Vitamin K	0	0
1129 Pannbiff blandfärs Tiamin	0,11	0,16
1129 Pannbiff blandfärs Riboflavin	0,17	0,25
1129 Pannbiff blandfärs Ascorbinsy	1	0
1129 Pannbiff blandfärs Niacin	2,1	3,1
1129 Pannbiff blandfärs Niacinekvi	4,2	6,3
1129 Pannbiff blandfärs Vitamin B1	0,52	0,84
1129 Pannbiff blandfärs Vitamin B6	0,26	0,33
1129 Pannbiff blandfärs Folat	15	12
1132 Köttfärssås älgfärs Retinol	1	28
1132 Köttfärssås älgfärs Vitamin D	0	0,33
1135 Taco m köttfärsfyll Mättade fet	4,4	4
1135 Taco m köttfärsfyll Enkelomät	6,1	6,3
1135 Taco m köttfärsfyll Fleromätta	1,6	1,8
1135 Taco m köttfärsfyll Fettsyra 4:(	0,2	0,2
1135 Taco m köttfärsfyll Fettsyra 12	0,1	0,1
1135 Taco m köttfärsfyll Fettsyra 14	0,3	0,2
1135 Taco m köttfärsfyll Fettsyra 16	2,5	2,2
1135 Taco m köttfärsfyll Fettsyra 18	1,2	1,2
1135 Taco m köttfärsfyll Fettsyra 20	0	0
1135 Taco m köttfärsfyll Fettsyra 16	0,1	0,1
1135 Taco m köttfärsfyll Fettsyra 18	5,9	6,1
1135 Taco m köttfärsfyll Fettsyra 18	1,4	1,5
1135 Taco m köttfärsfyll Fettsyra 18	0,2	0,2
1135 Taco m köttfärsfyll Disackarid	0,4	0,4
1135 Taco m köttfärsfyll Energi (kJ)	932	932
1135 Taco m köttfärsfyll Energi (kca	223	223
1135 Taco m köttfärsfyll Vatten	57,4	57,4
1135 Taco m köttfärsfyll Kolhydrat	17,8	17,8
1135 Taco m köttfärsfyll Protein	8,5	8,5
1135 Taco m köttfärsfyll Retinolekvi	43	29
1135 Taco m köttfärsfyll Vitamin E	0,77	0,92
1135 Taco m köttfärsfyll ?-Tokofero	0,77	0,92
1135 Taco m köttfärsfyll Niacinekvi	3,2	3,2
1195 Kalkongryta m grö Retinol	28	47
1195 Kalkongryta m grö Vitamin D	1,03	1,27
1196 Kycklingfrikassé (b Retinol	13	24
1196 Kycklingfrikassé (b Vitamin D	0,33	0,47
1197 Kycklinggryta m lö Retinol	25	32
1197 Kycklinggryta m lö Vitamin D	0,74	0,83
1198 Ostsufflé (beräkna Mättade fet	8,2	7,8
1198 Ostsufflé (beräkna Enkelomät	4,5	4,8
1198 Ostsufflé (beräkna Fleromätta	0,8	1
1198 Ostsufflé (beräkna Fettsyra 4:(	1,1	1,1
1198 Ostsufflé (beräkna Fettsyra 12	0,4	0,3
1198 Ostsufflé (beräkna Fettsyra 14	1,1	1,1
1198 Ostsufflé (beräkna Fettsyra 16	4,1	3,7
1198 Ostsufflé (beräkna Fettsyra 18	1,4	1,4
1198 Ostsufflé (beräkna Fettsyra 20	0	0

1198 Ostsufflé (beräkna Fettsyra 16	0,2	0,2
1198 Ostsufflé (beräkna Fettsyra 18	4,1	4,4
1198 Ostsufflé (beräkna Fettsyra 18	0,6	0,7
1198 Ostsufflé (beräkna Fettsyra 18	0,2	0,2
1198 Ostsufflé (beräkna Disackarid	2	2
1198 Ostsufflé (beräkna Energi (kJ)	916	916
1198 Ostsufflé (beräkna Energi (kca	219	219
1198 Ostsufflé (beräkna Vatten	61,8	61,8
1198 Ostsufflé (beräkna Kolhydrat	6,7	6,7
1198 Ostsufflé (beräkna Protein	14,4	14,4
1198 Ostsufflé (beräkna Retinolekvi	170	154
1198 Ostsufflé (beräkna Vitamin E	1,03	1,2
1198 Ostsufflé (beräkna ?-Tokofero	1,03	1,2
1198 Ostsufflé (beräkna Niacinekvi	3,6	3,6
1199 Bondomelett (berä Retinol	51	61
1199 Bondomelett (berä Vitamin D	0,49	0,61
1204 Kyckling m grönsa Mättade fet	3,4	3,2
1204 Kyckling m grönsa Enkelomäti	6,7	7,6
1204 Kyckling m grönsa Fleromätta	3,8	2,7
1204 Kyckling m grönsa Fettsyra 12	0	0
1204 Kyckling m grönsa Fettsyra 14	0,1	0,1
1204 Kyckling m grönsa Fettsyra 16	2,5	2,3
1204 Kyckling m grönsa Fettsyra 18	0,7	0,7
1204 Kyckling m grönsa Fettsyra 20	0	0
1204 Kyckling m grönsa Fettsyra 16	0,6	0,6
1204 Kyckling m grönsa Fettsyra 18	5,9	6,8
1204 Kyckling m grönsa Fettsyra 18	3,3	2,2
1204 Kyckling m grönsa Fettsyra 18	0,3	0,3
1204 Kyckling m grönsa Fettsyra 20	0	0
1204 Kyckling m grönsa Fettsyra 20	0	0
1204 Kyckling m grönsa Fettsyra 22	0	0
1204 Kyckling m grönsa Fettsyra 22	0	0
1204 Kyckling m grönsa Kolesterol	56	55,9
1204 Kyckling m grönsa Monosacke	0,6	0,6
1204 Kyckling m grönsa Disackarid	0,6	0,6
1204 Kyckling m grönsa Sackaros	0,6	0,6
1204 Kyckling m grönsa Energi (kJ)	861	842
1204 Kyckling m grönsa Energi (kca	206	201
1204 Kyckling m grönsa Aska	1,2	1,3
1204 Kyckling m grönsa Vatten	64,9	65,4
1204 Kyckling m grönsa Avfall	5	5
1204 Kyckling m grönsa Kolhydrat	3,1	3,1
1204 Kyckling m grönsa Protein	15,4	15,3
1204 Kyckling m grönsa Fibrer	0,9	0,9
1204 Kyckling m grönsa Fett	14,6	14,1
1204 Kyckling m grönsa Fosfor	191	190
1204 Kyckling m grönsa Jod	0	0
1204 Kyckling m grönsa Järn	1,35	1,34
1204 Kyckling m grönsa Kalcium	28	28
1204 Kyckling m grönsa Kalium	326	325
1204 Kyckling m grönsa Magnesiun	37	37
1204 Kyckling m grönsa Natrium	96	118
1204 Kyckling m grönsa Selen	8,1	8,1
1204 Kyckling m grönsa Zink	1,3	1,29
1204 Kyckling m grönsa Retinolekvi	69	39
1204 Kyckling m grönsa Retinol	69	67



1204 Kyckling m grönsa	Vitamin D	1,37	1,48
1204 Kyckling m grönsa	Vitamin E	3,16	3,51
1204 Kyckling m grönsa	?-Tokofero	3,16	3,51
1204 Kyckling m grönsa	Karoten	10	10
1204 Kyckling m grönsa	Vitamin K	0	0
1204 Kyckling m grönsa	Tiamin	0,11	0,11
1204 Kyckling m grönsa	Riboflavin	0,21	0,21
1204 Kyckling m grönsa	Askorbinsy	1	1
1204 Kyckling m grönsa	Niacin	6,6	6,6
1204 Kyckling m grönsa	Niacinekviv	9,4	9,4
1204 Kyckling m grönsa	Vitamin B1	0,21	0,21
1204 Kyckling m grönsa	Vitamin B6	0,22	0,22
1204 Kyckling m grönsa	Folat	21	21
1205 Kycklinggryta m löf	Retinol	25	31
1205 Kycklinggryta m löf	Vitamin D	0,73	0,81
1229 Fransk omelett kaf	Mättade fet	5,6	7,6
1229 Fransk omelett kaf	Enkelomätt	7,3	8,2
1229 Fransk omelett kaf	Fleromätta	2,4	2,5
1229 Fransk omelett kaf	Fettsyra 4:0	0	0,8
1229 Fransk omelett kaf	Fettsyra 12	0,2	0,2
1229 Fransk omelett kaf	Fettsyra 14	0,1	0,8
1229 Fransk omelett kaf	Fettsyra 16	4,2	4
1229 Fransk omelett kaf	Fettsyra 18	0,9	1,5
1229 Fransk omelett kaf	Fettsyra 20	0	0,1
1229 Fransk omelett kaf	Fettsyra 16	0,3	0,4
1229 Fransk omelett kaf	Fettsyra 18	7	7,8
1229 Fransk omelett kaf	Fettsyra 18	1,8	1,7
1229 Fransk omelett kaf	Fettsyra 18	0,5	0,5
1229 Fransk omelett kaf	Transfettsy	0	0,2
1229 Fransk omelett kaf	Kolesterol	327	347,7
1229 Fransk omelett kaf	Disackarid	0,7	1
1229 Fransk omelett kaf	Energi (kJ)	816	946
1229 Fransk omelett kaf	Energi (kca	195	226
1229 Fransk omelett kaf	Aska	1,7	1,7
1229 Fransk omelett kaf	Vatten	70,2	66,5
1229 Fransk omelett kaf	Kolhydrat	0,7	1
1229 Fransk omelett kaf	Protein	10,4	10,6
1229 Fransk omelett kaf	Fett	16,9	20,2
1229 Fransk omelett kaf	Fosfor	178	176
1229 Fransk omelett kaf	Jod	55	58
1229 Fransk omelett kaf	Järn	1,49	1,51
1229 Fransk omelett kaf	Kalcium	67	64
1229 Fransk omelett kaf	Kalium	134	132
1229 Fransk omelett kaf	Magnesium	13	13
1229 Fransk omelett kaf	Natrium	454	453
1229 Fransk omelett kaf	Selen	18,9	19,2
1229 Fransk omelett kaf	Zink	0,32	0,33
1229 Fransk omelett kaf	Retinolekvi	212	227
1229 Fransk omelett kaf	Retinol	209	271
1229 Fransk omelett kaf	Vitamin D	1,71	1,76
1229 Fransk omelett kaf	Vitamin E	2,2	2,81
1229 Fransk omelett kaf	?-Tokofero	2,2	2,81
1229 Fransk omelett kaf	Karoten	33	67
1229 Fransk omelett kaf	Vitamin K		1
1229 Fransk omelett kaf	Tiamin	0,06	0,06
1229 Fransk omelett kaf	Riboflavin	0,33	0,35

1229	Fransk omelett kaf Niacin	0	0
1229	Fransk omelett kaf Niacinekviv	2,6	2,6
1229	Fransk omelett kaf Vitamin B1	1	1,08
1229	Fransk omelett kaf Vitamin B6	0,09	0,08
1229	Fransk omelett kaf Folat	26	27
1230	Fransk omelett vat Retinol	160	209
1230	Fransk omelett vat Vitamin D	1,1	1,71
1231	Sufflé u fyllning grä Mättade fet	3,4	2,1
1231	Sufflé u fyllning grä Enkelomäti	3,7	4,5
1231	Sufflé u fyllning grä Fleromätta	1,2	1,8
1231	Sufflé u fyllning grä Fettsyra 4:(	0,1	0,1
1231	Sufflé u fyllning grä Fettsyra 12	0,1	0
1231	Sufflé u fyllning grä Fettsyra 14	0,2	0,1
1231	Sufflé u fyllning grä Fettsyra 16	2,3	1,3
1231	Sufflé u fyllning grä Fettsyra 18	0,5	0,4
1231	Sufflé u fyllning grä Fettsyra 20	0	0
1231	Sufflé u fyllning grä Fettsyra 16	0,1	0,2
1231	Sufflé u fyllning grä Fettsyra 18	3,5	4,3
1231	Sufflé u fyllning grä Fettsyra 18	0,9	1,2
1231	Sufflé u fyllning grä Fettsyra 18	0,3	0,4
1231	Sufflé u fyllning grä Disackarid	3	2,9
1231	Sufflé u fyllning grä Energi (kJ)	595	595
1231	Sufflé u fyllning grä Energi (kca	142	142
1231	Sufflé u fyllning grä Vatten	73,3	73,3
1231	Sufflé u fyllning grä Kolhydrat	8	8
1231	Sufflé u fyllning grä Protein	7,3	7,3
1231	Sufflé u fyllning grä Retinolekvi	136	94
1231	Sufflé u fyllning grä Vitamin E	1,31	1,79
1231	Sufflé u fyllning grä ?-Tokofero	1,31	1,78
1231	Sufflé u fyllning grä Niacinekviv	2	2
1232	Äggakaka (beräkn: Retinol	85	103
1232	Äggakaka (beräkn: Vitamin D	0,48	0,71
1233	Ägg stekt (beräkn: Retinol	204	284
1233	Ägg stekt (beräkn: Vitamin D	1,4	2,4
1234	Äggröra m mjöl (berä Retinol	104	127
1234	Äggröra m mjöl (berä Vitamin D	0,62	0,91
1236	Torsksufflé (beräki Mättade fet	2,2	1,4
1236	Torsksufflé (beräki Enkelomäti	2,4	3
1236	Torsksufflé (beräki Fleromätta	0,9	1,3
1236	Torsksufflé (beräki Fettsyra 4:(	0,1	0,1
1236	Torsksufflé (beräki Fettsyra 12	0,1	0
1236	Torsksufflé (beräki Fettsyra 14	0,1	0,1
1236	Torsksufflé (beräki Fettsyra 16	1,5	0,9
1236	Torsksufflé (beräki Fettsyra 18	0,3	0,3
1236	Torsksufflé (beräki Fettsyra 20	0	0
1236	Torsksufflé (beräki Fettsyra 16	0,1	0,1
1236	Torsksufflé (beräki Fettsyra 18	2,3	2,8
1236	Torsksufflé (beräki Fettsyra 18	0,6	0,8
1236	Torsksufflé (beräki Fettsyra 18	0,2	0,3
1236	Torsksufflé (beräki Disackarid	1,9	1,9
1236	Torsksufflé (beräki Energi (kJ)	527	526
1236	Torsksufflé (beräki Energi (kca	126	126
1236	Torsksufflé (beräki Vatten	74,1	74,1
1236	Torsksufflé (beräki Kolhydrat	5,2	5,1
1236	Torsksufflé (beräki Protein	12,4	12,4
1236	Torsksufflé (beräki Retinolekvi	88	61

1236 Torsksufflé (beräki Vitamin E	1,3	1,6
1236 Torsksufflé (beräki ?-Tokofero	1,29	1,6
1236 Torsksufflé (beräki Niacinekviv	3,6	3,6
1305 Abborrfilé panerad Retinol	27	68
1305 Abborrfilé panerad Vitamin D	18,84	19,36
1307 Fiskpanetter fiskpii Mättade fet	5,7	4,2
1307 Fiskpanetter fiskpii Enkelomäti	5,7	6,6
1307 Fiskpanetter fiskpii Fleromätta	2,1	2,7
1307 Fiskpanetter fiskpii Fettsyra 4:(	0	0
1307 Fiskpanetter fiskpii Fettsyra 12	0,2	0,1
1307 Fiskpanetter fiskpii Fettsyra 14	0,2	0,1
1307 Fiskpanetter fiskpii Fettsyra 16	4,5	3,4
1307 Fiskpanetter fiskpii Fettsyra 18	0,5	0,5
1307 Fiskpanetter fiskpii Fettsyra 20	0	0,1
1307 Fiskpanetter fiskpii Fettsyra 16	0	0
1307 Fiskpanetter fiskpii Fettsyra 18	5,7	6,5
1307 Fiskpanetter fiskpii Fettsyra 18	1,7	2
1307 Fiskpanetter fiskpii Fettsyra 18	0,3	0,5
1307 Fiskpanetter fiskpii Disackarid	0,6	0,6
1307 Fiskpanetter fiskpii Energi (kJ)	986	985
1307 Fiskpanetter fiskpii Energi (kca	236	235
1307 Fiskpanetter fiskpii Vatten	56,7	56,7
1307 Fiskpanetter fiskpii Kolhydrat	14,4	14,3
1307 Fiskpanetter fiskpii Protein	13	13
1307 Fiskpanetter fiskpii Retinolekvi	51	2
1307 Fiskpanetter fiskpii Vitamin E	1,42	1,97
1307 Fiskpanetter fiskpii ?-Tokofero	1,42	1,97
1307 Fiskpanetter fiskpii Niacinekviv	3,5	3,5
1309 Regnbågslax pane Retinol	33	78
1309 Regnbågslax pane Vitamin D	15,09	15,65
1311 Gädda panerad ste Retinol	21	77
1311 Gädda panerad ste Vitamin D	6,02	6,73
1313 Hällefundra paner: Retinol	45	90
1313 Hällefundra paner: Vitamin D	8,64	9,21
1315 Kolja panerad stek Mättade fet	2,2	0,9
1315 Kolja panerad stek Enkelomäti	2,4	3,3
1315 Kolja panerad stek Fleromätta	1,1	1,7
1315 Kolja panerad stek Fettsyra 4:(	0	0
1315 Kolja panerad stek Fettsyra 12	0,1	0
1315 Kolja panerad stek Fettsyra 14	0,1	0
1315 Kolja panerad stek Fettsyra 16	1,6	0,5
1315 Kolja panerad stek Fettsyra 18	0,2	0,2
1315 Kolja panerad stek Fettsyra 20	0	0
1315 Kolja panerad stek Fettsyra 16	0	0
1315 Kolja panerad stek Fettsyra 18	2,4	3,2
1315 Kolja panerad stek Fettsyra 18	0,7	1
1315 Kolja panerad stek Fettsyra 18	0,2	0,4
1315 Kolja panerad stek Disackarid	0,2	0,2
1315 Kolja panerad stek Energi (kJ)	628	628
1315 Kolja panerad stek Energi (kca	150	150
1315 Kolja panerad stek Vatten	68	68
1315 Kolja panerad stek Kolhydrat	5,4	5,4
1315 Kolja panerad stek Protein	17,5	17,5
1315 Kolja panerad stek Retinolekvi	63	19
1315 Kolja panerad stek Vitamin E	1,18	1,68
1315 Kolja panerad stek ?-Tokofero	1,18	1,68

1315 Kolja panerad stek	Niacinekviv	6	6
1319 Makrill panerad ste	Mättade fet	5,8	4,5
1319 Makrill panerad ste	Enkelomätt	7	7,8
1319 Makrill panerad ste	Fleromätta	4,7	5,3
1319 Makrill panerad ste	Fettsyra 4:(	0	0
1319 Makrill panerad ste	Fettsyra 12	0,1	0
1319 Makrill panerad ste	Fettsyra 14	0,8	0,7
1319 Makrill panerad ste	Fettsyra 16	3,8	2,7
1319 Makrill panerad ste	Fettsyra 18	0,7	0,6
1319 Makrill panerad ste	Fettsyra 20	0	0,1
1319 Makrill panerad ste	Fettsyra 16	0,6	0,6
1319 Makrill panerad ste	Fettsyra 18	4,2	5,1
1319 Makrill panerad ste	Fettsyra 18	0,9	1,2
1319 Makrill panerad ste	Fettsyra 18	0,4	0,6
1319 Makrill panerad ste	Disackarid	0,1	0,1
1319 Makrill panerad ste	Energi (kJ) 1 173	1 172	
1319 Makrill panerad ste	Energi (kca	280	280
1319 Makrill panerad ste	Vatten	50	50
1319 Makrill panerad ste	Kolhydrat	5,1	5,1
1319 Makrill panerad ste	Protein	19,9	19,9
1319 Makrill panerad ste	Retinolekvi	84	38
1319 Makrill panerad ste	Vitamin E	0,96	1,48
1319 Makrill panerad ste	?-Tokofero	0,96	1,48
1319 Makrill panerad ste	Niacinekviv	15,1	15,1
1323 Rödspättafile pane	Retinol	23	65
1323 Rödspättafile pane	Vitamin D	1,91	2,44
1326 Sik panerad stekt (	Retinol	17	62
1326 Sik panerad stekt (	Vitamin D	7,25	7,82
1328 Sill panerad stekt (	Retinol	35	84
1328 Sill panerad stekt (	Vitamin D	11,55	12,16
1330 Strömming panera	Retinol	11	58
1330 Strömming panera	Vitamin D	9,06	9,65
1336 Torsk panerad stel	Retinol	22	63
1336 Torsk panerad stel	Vitamin D	1,01	1,52
1339 Vitlingfile panerad	Retinol	19	63
1339 Vitlingfile panerad	Vitamin D	0,72	1,27
1351 Fiskbullar panerad	Retinol	50	97
1351 Fiskbullar panerad	Vitamin D	0,38	0,97
1352 Fiskbullar i buljong	Retinol	36	51
1352 Fiskbullar i buljong	Vitamin D	0,21	0,4
1354 Fisksoppa (beräkn	Retinol	8	15
1354 Fisksoppa (beräkn	Vitamin D	0,23	0,31
1358 Fiskgratäng m dills	Retinol	14	22
1358 Fiskgratäng m dills	Vitamin D	0,31	0,42
1359 Fiskgratäng m ska	Mättade fet	1	0,9
1359 Fiskgratäng m ska	Enkelomätt	1	1,1
1359 Fiskgratäng m ska	Fleromätta	0,5	0,5
1359 Fiskgratäng m ska	Fettsyra 4:(	0,1	0,1
1359 Fiskgratäng m ska	Fettsyra 12	0	0
1359 Fiskgratäng m ska	Fettsyra 14	0,1	0,1
1359 Fiskgratäng m ska	Fettsyra 16	0,5	0,4
1359 Fiskgratäng m ska	Fettsyra 18	0,2	0,2
1359 Fiskgratäng m ska	Fettsyra 20	0	0
1359 Fiskgratäng m ska	Fettsyra 16	0	0
1359 Fiskgratäng m ska	Fettsyra 18	0,9	1
1359 Fiskgratäng m ska	Fettsyra 18	0,3	0,3

1359 Fiskgratäng m ska Fettsyra 18	0,1	0,1
1359 Fiskgratäng m ska Disackarid	1	1
1359 Fiskgratäng m ska Energi (kJ)	454	454
1359 Fiskgratäng m ska Energi (kcal)	109	108
1359 Fiskgratäng m ska Vatten	73,9	73,9
1359 Fiskgratäng m ska Kolhydrat	11,1	11,1
1359 Fiskgratäng m ska Protein	9,5	9,5
1359 Fiskgratäng m ska Retinolekvi	28	20
1359 Fiskgratäng m ska Retinol	22	29
1359 Fiskgratäng m ska Vitamin D	0,39	0,48
1359 Fiskgratäng m ska Vitamin E	0,61	0,67
1359 Fiskgratäng m ska ?-Tokofero	0,61	0,67
1359 Fiskgratäng m ska Niacinekvi	3,3	3,3
1361 Sillbullar (beräknat Retinol	5	51
1361 Sillbullar (beräknat Vitamin D	1,12	1,69
1370 Fiskgryta m purjolc Retinol	2	38
1370 Fiskgryta m purjolc Vitamin D	0,51	0,95
1383 Torskrom stekt (be Mättade fet	2,2	0,8
1383 Torskrom stekt (be Enkelomät	2,2	3,1
1383 Torskrom stekt (be Fleromätta	1,4	2
1383 Torskrom stekt (be Fettsyra 4:1	0	0
1383 Torskrom stekt (be Fettsyra 12	0,1	0
1383 Torskrom stekt (be Fettsyra 14	0,1	0
1383 Torskrom stekt (be Fettsyra 16	1,5	0,4
1383 Torskrom stekt (be Fettsyra 18	0,2	0,1
1383 Torskrom stekt (be Fettsyra 20	0,1	0,1
1383 Torskrom stekt (be Fettsyra 16	0,1	0,1
1383 Torskrom stekt (be Fettsyra 18	2,1	3
1383 Torskrom stekt (be Fettsyra 18	0,6	0,9
1383 Torskrom stekt (be Fettsyra 18	0,2	0,4
1383 Torskrom stekt (be Fettsyra 20	0,2	0,2
1383 Torskrom stekt (be Fettsyra 22	0,4	0,4
1383 Torskrom stekt (be Kolesterol	233,3	233,3
1383 Torskrom stekt (be Disackarid	0	0
1383 Torskrom stekt (be Energi (kJ)	679	678
1383 Torskrom stekt (be Energi (kcal)	162	162
1383 Torskrom stekt (be Aska	1,9	1,9
1383 Torskrom stekt (be Vatten	65,5	65,6
1383 Torskrom stekt (be Kolhydrat	2	2
1383 Torskrom stekt (be Protein	24,3	24,3
1383 Torskrom stekt (be Fett	6,3	6,3
1383 Torskrom stekt (be Fosfor	407	407
1383 Torskrom stekt (be Järn	1,79	1,79
1383 Torskrom stekt (be Kalcium	12	12
1383 Torskrom stekt (be Kalium	233	233
1383 Torskrom stekt (be Magnesium	11	11
1383 Torskrom stekt (be Natrium	436	436
1383 Torskrom stekt (be Selen	19,9	19,9
1383 Torskrom stekt (be Zink	2,58	2,58
1383 Torskrom stekt (be Retinolekvi	46	0
1383 Torskrom stekt (be Retinol	46	46
1383 Torskrom stekt (be Vitamin D	4,54	4,54
1383 Torskrom stekt (be Vitamin E	10,55	11,07
1383 Torskrom stekt (be ?-Tokofero	10,55	11,07
1383 Torskrom stekt (be Tiamin	0,22	0,22
1383 Torskrom stekt (be Riboflavin	0,44	0,44

1383 Torskrom stekt (berä Niacin	0,8	0,8
1383 Torskrom stekt (berä Niacinekviv	5,3	5,3
1383 Torskrom stekt (berä Vitamin B1	12,66	12,66
1383 Torskrom stekt (berä Vitamin B6	0,16	0,16
1383 Torskrom stekt (berä Folat	8	8
1409 Hummersås (beräl Mättade fet	5,6	5
1409 Hummersås (beräl Enkelomäti	2,7	3,1
1409 Hummersås (beräl Fleromätta	0,7	1
1409 Hummersås (beräl Fettsyra 4:(	0,7	0,7
1409 Hummersås (beräl Fettsyra 12	0,3	0,2
1409 Hummersås (beräl Fettsyra 14	0,8	0,8
1409 Hummersås (beräl Fettsyra 16	2,7	2,2
1409 Hummersås (beräl Fettsyra 18	0,9	0,9
1409 Hummersås (beräl Fettsyra 20	0	0
1409 Hummersås (beräl Fettsyra 16	0,1	0,1
1409 Hummersås (beräl Fettsyra 18	2,5	2,9
1409 Hummersås (beräl Fettsyra 18	0,4	0,6
1409 Hummersås (beräl Fettsyra 18	0,2	0,3
1409 Hummersås (beräl Disackarid	0,7	0,7
1409 Hummersås (beräl Energi (kJ)	563	563
1409 Hummersås (beräl Energi (kca	135	135
1409 Hummersås (beräl Vatten	76,6	76,7
1409 Hummersås (beräl Kolhydrat	3,2	3,2
1409 Hummersås (beräl Protein	8,3	8,3
1409 Hummersås (beräl Retinolekvi	85	63
1409 Hummersås (beräl Vitamin E	1,08	1,32
1409 Hummersås (beräl ?-Tokofero	1,08	1,32
1409 Hummersås (beräl Niacinekviv	2,4	2,4
1411 Räkstuvning (beräl Mättade fet	3	1,9
1411 Räkstuvning (beräl Enkelomäti	2,1	2,8
1411 Räkstuvning (beräl Fleromätta	0,8	1,2
1411 Räkstuvning (beräl Fettsyra 4:(	0,2	0,2
1411 Räkstuvning (beräl Fettsyra 12	0,2	0,1
1411 Räkstuvning (beräl Fettsyra 14	0,3	0,2
1411 Räkstuvning (beräl Fettsyra 16	1,7	0,9
1411 Räkstuvning (beräl Fettsyra 18	0,4	0,4
1411 Räkstuvning (beräl Fettsyra 20	0	0
1411 Räkstuvning (beräl Fettsyra 16	0	0,1
1411 Räkstuvning (beräl Fettsyra 18	2	2,7
1411 Räkstuvning (beräl Fettsyra 18	0,5	0,8
1411 Räkstuvning (beräl Fettsyra 18	0,2	0,3
1411 Räkstuvning (beräl Disackarid	0,7	0,7
1411 Räkstuvning (beräl Energi (kJ)	490	489
1411 Räkstuvning (beräl Energi (kca	117	117
1411 Räkstuvning (beräl Vatten	76,4	76,4
1411 Räkstuvning (beräl Kolhydrat	5,1	5,1
1411 Räkstuvning (beräl Protein	9,9	9,9
1411 Räkstuvning (beräl Retinolekvi	62	27
1411 Räkstuvning (beräl Vitamin E	1,1	1,49
1411 Räkstuvning (beräl ?-Tokofero	1,1	1,49
1411 Räkstuvning (beräl Niacinekviv	3	3
1412 Räksoppa (beräkn Mättade fet	2	1,3
1412 Räksoppa (beräkn Enkelomäti	1	0,9
1412 Räksoppa (beräkn Fleromätta	0,3	0,3
1412 Räksoppa (beräkn Fettsyra 4:(	0,3	0,2
1412 Räksoppa (beräkn Fettsyra 12	0,1	0,1

1412 Räksoppa (beräkn Fettsyra 14	0,3	0,2
1412 Räksoppa (beräkn Fettsyra 16	1	0,6
1412 Räksoppa (beräkn Fettsyra 18	0,3	0,2
1412 Räksoppa (beräkn Fettsyra 20	0	0
1412 Räksoppa (beräkn Fettsyra 16	0	0
1412 Räksoppa (beräkn Fettsyra 18	0,9	0,9
1412 Räksoppa (beräkn Fettsyra 18	0,2	0,2
1412 Räksoppa (beräkn Fettsyra 18	0,1	0,1
1412 Räksoppa (beräkn Fettsyra 20	0	0
1412 Räksoppa (beräkn Fettsyra 20	0	0
1412 Räksoppa (beräkn Fettsyra 22	0	0
1412 Räksoppa (beräkn Fettsyra 22	0	0
1412 Räksoppa (beräkn Transfettsy	0,1	0
1412 Räksoppa (beräkn Kolesterol	47,1	44,9
1412 Räksoppa (beräkn Monosacke	0,4	0,4
1412 Räksoppa (beräkn Disackarid	0,3	0,4
1412 Räksoppa (beräkn Sackaros	0,1	0,1
1412 Räksoppa (beräkn Energi (kJ)	290	261
1412 Räksoppa (beräkn Energi (kca	69	62
1412 Räksoppa (beräkn Aska	1,9	1,9
1412 Räksoppa (beräkn Vatten	85,2	85,9
1412 Räksoppa (beräkn Avfall	16	16
1412 Räksoppa (beräkn Kolhydrat	2,4	2,4
1412 Räksoppa (beräkn Protein	6,6	6,6
1412 Räksoppa (beräkn Fibrer	0,2	0,2
1412 Räksoppa (beräkn Fett	3,6	2,8
1412 Räksoppa (beräkn Fosfor	78	78
1412 Räksoppa (beräkn Jod	1	1
1412 Räksoppa (beräkn Järn	0,94	0,94
1412 Räksoppa (beräkn Kalcium	41	42
1412 Räksoppa (beräkn Kalium	77	79
1412 Räksoppa (beräkn Magnesium	16	16
1412 Räksoppa (beräkn Natrium	429	429
1412 Räksoppa (beräkn Selen	5,1	5,1
1412 Räksoppa (beräkn Zink	0,39	0,39
1412 Räksoppa (beräkn Retinolekvi	37	24
1412 Räksoppa (beräkn Retinol	33	26
1412 Räksoppa (beräkn Vitamin D	0,26	0,26
1412 Räksoppa (beräkn Vitamin E	0,65	0,7
1412 Räksoppa (beräkn ?-Tokofero	0,65	0,7
1412 Räksoppa (beräkn Karoten	56	52
1412 Räksoppa (beräkn Vitamin K	0	0
1412 Räksoppa (beräkn Tiamin	0,02	0,02
1412 Räksoppa (beräkn Riboflavin	0,02	0,03
1412 Räksoppa (beräkn Askorbinsy	1	1
1412 Räksoppa (beräkn Niacin	1	1
1412 Räksoppa (beräkn Niacinekvi	2,2	2,2
1412 Räksoppa (beräkn Vitamin B1	0,29	0,29
1412 Räksoppa (beräkn Vitamin B6	0,04	0,04
1412 Räksoppa (beräkn Folat	3	3
1458 Nötlever panerad s Retinol	17 074	17 113
1458 Nötlever panerad s Vitamin D	0,16	0,64
1462 Hjärtgryta (beräknε Retinol	3	18
1462 Hjärtgryta (beräknε Vitamin D	0,43	0,63
1463 Korvkaka leverkak Mättade fet	1,2	1
1463 Korvkaka leverkak Enkelomätt	0,9	1

1463 Korvkaka leverkak Fleromätta	0,4	0,5
1463 Korvkaka leverkak Fettsyra 4:1	0,1	0,1
1463 Korvkaka leverkak Fettsyra 12	0	0
1463 Korvkaka leverkak Fettsyra 14	0,1	0,1
1463 Korvkaka leverkak Fettsyra 16	0,7	0,5
1463 Korvkaka leverkak Fettsyra 18	0,2	0,2
1463 Korvkaka leverkak Fettsyra 20	0	0
1463 Korvkaka leverkak Fettsyra 16	0	0
1463 Korvkaka leverkak Fettsyra 18	0,8	1
1463 Korvkaka leverkak Fettsyra 18	0,2	0,3
1463 Korvkaka leverkak Fettsyra 18	0,1	0,1
1463 Korvkaka leverkak Fettsyra 20	0	0
1463 Korvkaka leverkak Fettsyra 20	0	0
1463 Korvkaka leverkak Fettsyra 22	0	0
1463 Korvkaka leverkak Fettsyra 22	0	0
1463 Korvkaka leverkak Transfettsy	0	0
1463 Korvkaka leverkak Kolesterol	73,3	73,2
1463 Korvkaka leverkak Monosackarid	3,1	3
1463 Korvkaka leverkak Disackarid	2,2	2,2
1463 Korvkaka leverkak Sackaros	0,7	0,7
1463 Korvkaka leverkak Energi (kJ)	375	375
1463 Korvkaka leverkak Energi (kcal)	90	90
1463 Korvkaka leverkak Aska	1,5	1,5
1463 Korvkaka leverkak Vatten	79,4	79,4
1463 Korvkaka leverkak Avfall	3	3
1463 Korvkaka leverkak Kolhydrat	10	10
1463 Korvkaka leverkak Protein	5,6	5,6
1463 Korvkaka leverkak Fibrer	0,7	0,7
1463 Korvkaka leverkak Fett	2,8	2,8
1463 Korvkaka leverkak Fosfor	111	111
1463 Korvkaka leverkak Jod	38	38
1463 Korvkaka leverkak Järn	2,45	2,45
1463 Korvkaka leverkak Kalcium	47	47
1463 Korvkaka leverkak Kalium	159	158
1463 Korvkaka leverkak Magnesium	14	14
1463 Korvkaka leverkak Natrium	317	317
1463 Korvkaka leverkak Selen	6,9	6,9
1463 Korvkaka leverkak Zink	1,11	1,11
1463 Korvkaka leverkak Retinolekvi 2 080	2 070	
1463 Korvkaka leverkak Retinol 2 073	2 071	
1463 Korvkaka leverkak Vitamin D	0,21	0,21
1463 Korvkaka leverkak Vitamin E	0,38	0,46
1463 Korvkaka leverkak ?-Tokoferol	0,38	0,46
1463 Korvkaka leverkak Karoten	80	80
1463 Korvkaka leverkak Vitamin K	0	0
1463 Korvkaka leverkak Tiamin	0,06	0,06
1463 Korvkaka leverkak Riboflavin	0,7	0,7
1463 Korvkaka leverkak Askorbinsyra	4	4
1463 Korvkaka leverkak Niacin	2,2	2,2
1463 Korvkaka leverkak Niacinekviv	3,3	3,3
1463 Korvkaka leverkak Vitamin B1	9,21	9,2
1463 Korvkaka leverkak Vitamin B6	0,16	0,16
1463 Korvkaka leverkak Folat	217	217
1464 Kycklinglever stuvad Mättade fet	2,7	1,7
1464 Kycklinglever stuvad Enkelomätt	2,6	3,3
1464 Kycklinglever stuvad Fleromätta	1,5	2



1464	Kycklinglever stuvε Fettsyra 4:	0	0
1464	Kycklinglever stuvε Fettsyra 12	0,1	0
1464	Kycklinglever stuvε Fettsyra 14	0,1	0
1464	Kycklinglever stuvε Fettsyra 16	1,9	1
1464	Kycklinglever stuvε Fettsyra 18	0,5	0,5
1464	Kycklinglever stuvε Fettsyra 20	0	0
1464	Kycklinglever stuvε Fettsyra 16	0	0
1464	Kycklinglever stuvε Fettsyra 18	2,6	3,2
1464	Kycklinglever stuvε Fettsyra 18	0,9	1,2
1464	Kycklinglever stuvε Fettsyra 18	0,3	0,4
1464	Kycklinglever stuvε Disackaridε	0,4	0,4
1464	Kycklinglever stuvε Energi (kJ)	532	532
1464	Kycklinglever stuvε Energi (kcal)	127	127
1464	Kycklinglever stuvε Vatten	75,5	75,5
1464	Kycklinglever stuvε Kolhydrat	3,4	3,3
1464	Kycklinglever stuvε Protein	11,2	11,2
1464	Kycklinglever stuvε Retinolekvi 4 847	4 812	
1464	Kycklinglever stuvε Vitamin E	1,87	2,27
1464	Kycklinglever stuvε ?-Tokoferol	1,87	2,27
1464	Kycklinglever stuvε Niacinekviv	9,2	9,2
1465	Nöt levergryta äppel Mättade fet	0,3	0,4
1465	Nöt levergryta äppel Enkelomätt	0,7	0,6
1465	Nöt levergryta äppel Fleromätt	0,5	0,4
1465	Nöt levergryta äppel Fettsyra 12	0	0
1465	Nöt levergryta äppel Fettsyra 14	0	0
1465	Nöt levergryta äppel Fettsyra 16	0,2	0,2
1465	Nöt levergryta äppel Fettsyra 18	0,1	0,1
1465	Nöt levergryta äppel Fettsyra 20	0	0
1465	Nöt levergryta äppel Fettsyra 16	0	0
1465	Nöt levergryta äppel Fettsyra 18	0,6	0,6
1465	Nöt levergryta äppel Fettsyra 18	0,3	0,2
1465	Nöt levergryta äppel Fettsyra 18	0,1	0,1
1465	Nöt levergryta äppel Fettsyra 20	0	0
1465	Nöt levergryta äppel Fettsyra 20	0	0
1465	Nöt levergryta äppel Fettsyra 22	0	0
1465	Nöt levergryta äppel Fettsyra 22	0	0
1465	Nöt levergryta äppel Kolesterol	76,6	76,6
1465	Nöt levergryta äppel Monosackε	2,9	2,9
1465	Nöt levergryta äppel Disackaridε	0,9	0,9
1465	Nöt levergryta äppel Sackaros	0,9	0,9
1465	Nöt levergryta äppel Energi (kJ)	365	361
1465	Nöt levergryta äppel Energi (kcal)	87	86
1465	Nöt levergryta äppel Aska	1,4	1,5
1465	Nöt levergryta äppel Vatten	78,3	78,5
1465	Nöt levergryta äppel Avfall	11	11
1465	Nöt levergryta äppel Kolhydrat	10,8	10,8
1465	Nöt levergryta äppel Protein	6,2	6,2
1465	Nöt levergryta äppel Fibrer	1,4	1,4
1465	Nöt levergryta äppel Fett	1,7	1,6
1465	Nöt levergryta äppel Fosfor	115	115
1465	Nöt levergryta äppel Jod	24	24
1465	Nöt levergryta äppel Järn	2,74	2,74
1465	Nöt levergryta äppel Kalcium	9	9
1465	Nöt levergryta äppel Kalium	358	358
1465	Nöt levergryta äppel Magnesium	23	23
1465	Nöt levergryta äppel Natrium	201	206

1465	Nöt levergryta äppel Selen	4,1	4,1
1465	Nöt levergryta äppel Zink	1,26	1,26
1465	Nöt levergryta äppel Retinolekvi	3 664	3 662
1465	Nöt levergryta äppel Retinol	3 626	3 631
1465	Nöt levergryta äppel Vitamin D	0,03	0,12
1465	Nöt levergryta äppel Vitamin E	0,77	0,76
1465	Nöt levergryta äppel ?-Tokoferol	0,77	0,76
1465	Nöt levergryta äppel Karoten	464	464
1465	Nöt levergryta äppel Tiamin	0,08	0,08
1465	Nöt levergryta äppel Riboflavin	0,77	0,77
1465	Nöt levergryta äppel Askorbinsyra	13	13
1465	Nöt levergryta äppel Niacin	3,8	3,8
1465	Nöt levergryta äppel Niacinekviv	4,9	4,9
1465	Nöt levergryta äppel Vitamin B1	18,26	18,24
1465	Nöt levergryta äppel Vitamin B6	0,21	0,21
1465	Nöt levergryta äppel Folat	423	423
1466	Njurstuvning (berä Mättade fettsyror)	3,1	3
1466	Njurstuvning (berä Enkelomättade fettsyror)	2,8	3
1466	Njurstuvning (berä Fleromättade fettsyror)	1,1	1,2
1466	Njurstuvning (berä Fettsyra 4:1)	0	0,3
1466	Njurstuvning (berä Fettsyra 12:1)	0,1	0,1
1466	Njurstuvning (berä Fettsyra 14:1)	0,1	0,3
1466	Njurstuvning (berä Fettsyra 16:1)	1,9	1,3
1466	Njurstuvning (berä Fettsyra 18:1)	0,7	0,8
1466	Njurstuvning (berä Fettsyra 20:1)	0	0
1466	Njurstuvning (berä Fettsyra 16:1)	0	0,1
1466	Njurstuvning (berä Fettsyra 18:1)	2,8	2,8
1466	Njurstuvning (berä Fettsyra 18:1)	0,8	0,8
1466	Njurstuvning (berä Fettsyra 18:1)	0,3	0,3
1466	Njurstuvning (berä Fettsyra 20:1)	0,1	0,1
1466	Njurstuvning (berä Transfettsyror)	0	0,1
1466	Njurstuvning (berä Kolesterol)	221,5	198
1466	Njurstuvning (berä Monosackarider)	0,2	0,5
1466	Njurstuvning (berä Disackarider)	0,3	0,6
1466	Njurstuvning (berä Sackaros)	0	0,2
1466	Njurstuvning (berä Energi (kJ))	537	519
1466	Njurstuvning (berä Energi (kcal))	128	124
1466	Njurstuvning (berä Aska)	1,9	1,2
1466	Njurstuvning (berä Vatten)	75,9	77,7
1466	Njurstuvning (berä Avfall)	5	5
1466	Njurstuvning (berä Kolhydrat)	3,1	3,3
1466	Njurstuvning (berä Protein)	10,6	9,1
1466	Njurstuvning (berä Alkohol)	0,3	0,3
1466	Njurstuvning (berä Fibrer)	0,4	0,4
1466	Njurstuvning (berä Fett)	7,9	8
1466	Njurstuvning (berä Fosfor)	190	163
1466	Njurstuvning (berä Jod)	1	2
1466	Njurstuvning (berä Järn)	3,28	2,85
1466	Njurstuvning (berä Kalcium)	23	21
1466	Njurstuvning (berä Kalium)	258	238
1466	Njurstuvning (berä Magnesium)	17	15
1466	Njurstuvning (berä Natrium)	403	179
1466	Njurstuvning (berä Selen)	55,1	47,5
1466	Njurstuvning (berä Zink)	1,52	1,32
1466	Njurstuvning (berä Retinolekvi)	86	70
1466	Njurstuvning (berä Retinol)	84	95

1466 Njurstuvning (berä Vitamin D	0,83	0,73
1466 Njurstuvning (berä Vitamin E	0,74	1,01
1466 Njurstuvning (berä ?-Tokofero	0,74	1,01
1466 Njurstuvning (berä Karoten	26	36
1466 Njurstuvning (berä Vitamin K	0	0
1466 Njurstuvning (berä Tiamin	0,25	0,22
1466 Njurstuvning (berä Riboflavin	1,27	1,1
1466 Njurstuvning (berä Askorbinsy	9	8
1466 Njurstuvning (berä Niacin	4,7	4
1466 Njurstuvning (berä Niacinekviv	6,6	5,7
1466 Njurstuvning (berä Vitamin B1	16,49	14,21
1466 Njurstuvning (berä Vitamin B6	0,16	0,14
1466 Njurstuvning (berä Folat	30	27
1480 Paté på köttfärs ky Retinol	2 575	2 586
1480 Paté på köttfärs ky Vitamin D	0,49	0,63
1534 Varmkorv kokt (be Mättade fet	8,3	8,1
1534 Varmkorv kokt (be Enkelomät	10,9	10,7
1534 Varmkorv kokt (be Fleromätta	2,3	2,3
1534 Varmkorv kokt (be Fettsyra 14	0,4	0,4
1534 Varmkorv kokt (be Fettsyra 16	5,1	5
1534 Varmkorv kokt (be Fettsyra 18	2,6	2,6
1534 Varmkorv kokt (be Fettsyra 20	0,1	0,1
1534 Varmkorv kokt (be Fettsyra 16	0,9	0,8
1534 Varmkorv kokt (be Fettsyra 18	9,7	9,5
1534 Varmkorv kokt (be Fettsyra 18	1,8	1,7
1534 Varmkorv kokt (be Fettsyra 18	0,1	0,1
1534 Varmkorv kokt (be Fettsyra 20	0,1	0,1
1534 Varmkorv kokt (be Fettsyra 22	0	0
1534 Varmkorv kokt (be Fettsyra 22	0,1	0,1
1534 Varmkorv kokt (be Kolesterol	68,4	67
1534 Varmkorv kokt (be Energi (kJ)	1 206	1 181
1534 Varmkorv kokt (be Energi (kca	288	282
1534 Varmkorv kokt (be Aska	3,1	3
1534 Varmkorv kokt (be Vatten	52,6	53,6
1534 Varmkorv kokt (be Kolhydrat	8,9	8,8
1534 Varmkorv kokt (be Protein	12,7	12,5
1534 Varmkorv kokt (be Fett	22,6	22,2
1534 Varmkorv kokt (be Fosfor	132	129
1534 Varmkorv kokt (be Jod	2	2
1534 Varmkorv kokt (be Järn	2,21	2,16
1534 Varmkorv kokt (be Kalcium	80	78
1534 Varmkorv kokt (be Kalium	226	222
1534 Varmkorv kokt (be Magnesium	14	13
1534 Varmkorv kokt (be Natrium	895	876
1534 Varmkorv kokt (be Selen	2,1	2,1
1534 Varmkorv kokt (be Zink	1,79	1,75
1534 Varmkorv kokt (be Retinolekvi	12	11
1534 Varmkorv kokt (be Retinol	11	10
1534 Varmkorv kokt (be Vitamin D	0,21	0,21
1534 Varmkorv kokt (be Vitamin E	0,32	0,31
1534 Varmkorv kokt (be ?-Tokofero	0,32	0,31
1534 Varmkorv kokt (be Karoten	14	13
1534 Varmkorv kokt (be Tiamin	0,12	0,12
1534 Varmkorv kokt (be Riboflavin	0,19	0,16
1534 Varmkorv kokt (be Niacin	3,3	3,2
1534 Varmkorv kokt (be Niacinekviv	5,6	5,5

1534 Varmkorv kokt (be Vitamin B1	0,93	0,74
1534 Varmkorv kokt (be Vitamin B6	0,13	0,08
1534 Varmkorv kokt (be Folat	3	3
1546 Korvgryta grönsak Retinol	3	11
1546 Korvgryta grönsak Vitamin D	0,06	0,16
1594 Sött vetebröd kane Mättade fet	4,9	1,7
1594 Sött vetebröd kane Enkelomät	4,9	7
1594 Sött vetebröd kane Fleromätta	2,2	3,7
1594 Sött vetebröd kane Fettsyra 4:(	0,1	0
1594 Sött vetebröd kane Fettsyra 12	0,3	0
1594 Sött vetebröd kane Fettsyra 14	0,2	0,1
1594 Sött vetebröd kane Fettsyra 16	3,5	0,8
1594 Sött vetebröd kane Fettsyra 18	0,4	0,3
1594 Sött vetebröd kane Fettsyra 20	0	0,1
1594 Sött vetebröd kane Fettsyra 16	0	0
1594 Sött vetebröd kane Fettsyra 18	4,9	6,9
1594 Sött vetebröd kane Fettsyra 18	1,8	2,5
1594 Sött vetebröd kane Fettsyra 18	0,6	1
1594 Sött vetebröd kane Disackarid	9,5	9,4
1594 Sött vetebröd kane Energi (kJ) 1 348	1 348	1 347
1594 Sött vetebröd kane Energi (kca	322	322
1594 Sött vetebröd kane Vatten	32,9	32,9
1594 Sött vetebröd kane Kolhydrat	45,1	45
1594 Sött vetebröd kane Protein	6,7	6,6
1594 Sött vetebröd kane Retinolekvi	122	13
1594 Sött vetebröd kane Vitamin E	1,77	3
1594 Sött vetebröd kane ?-Tokofero	1,77	2,99
1594 Sött vetebröd kane Niacinekvi	3,4	3,4
1609 Sött vetebröd på b: Mättade fet	3,5	1,3
1609 Sött vetebröd på b: Enkelomät	3,4	4,7
1609 Sött vetebröd på b: Fleromätta	1,6	2,6
1609 Sött vetebröd på b: Fettsyra 4:(	0,1	0
1609 Sött vetebröd på b: Fettsyra 12	0,2	0
1609 Sött vetebröd på b: Fettsyra 14	0,1	0,1
1609 Sött vetebröd på b: Fettsyra 16	2,4	0,6
1609 Sött vetebröd på b: Fettsyra 18	0,3	0,3
1609 Sött vetebröd på b: Fettsyra 20	0	0,1
1609 Sött vetebröd på b: Fettsyra 16	0	0
1609 Sött vetebröd på b: Fettsyra 18	3,3	4,7
1609 Sött vetebröd på b: Fettsyra 18	1,3	1,8
1609 Sött vetebröd på b: Fettsyra 18	0,4	0,7
1609 Sött vetebröd på b: Disackarid	7,7	7,7
1609 Sött vetebröd på b: Energi (kJ) 1 263	1 263	1 263
1609 Sött vetebröd på b: Energi (kca	302	302
1609 Sött vetebröd på b: Vatten	33,5	33,6
1609 Sött vetebröd på b: Kolhydrat	47,5	47,4
1609 Sött vetebröd på b: Protein	7	7
1609 Sött vetebröd på b: Retinolekvi	86	14
1609 Sött vetebröd på b: Vitamin E	1,28	2,09
1609 Sött vetebröd på b: ?-Tokofero	1,28	2,09
1609 Sött vetebröd på b: Niacinekvi	3,4	3,4
1610 Saffransbröd (berä Mättade fet	3,6	1,5
1610 Saffransbröd (berä Enkelomät	3,3	4,6
1610 Saffransbröd (berä Fleromätta	1,5	2,5
1610 Saffransbröd (berä Fettsyra 4:(	0,1	0,1
1610 Saffransbröd (berä Fettsyra 12	0,2	0

1610 Saffransbröd (berä Fettsyra 14	0,2	0,1
1610 Saffransbröd (berä Fettsyra 16	2,4	0,7
1610 Saffransbröd (berä Fettsyra 18	0,3	0,3
1610 Saffransbröd (berä Fettsyra 20	0	0,1
1610 Saffransbröd (berä Fettsyra 16	0	0
1610 Saffransbröd (berä Fettsyra 18	3,3	4,5
1610 Saffransbröd (berä Fettsyra 18	1,3	1,7
1610 Saffransbröd (berä Fettsyra 18	0,4	0,6
1610 Saffransbröd (berä Disackarid	9,9	9,8
1610 Saffransbröd (berä Energi (kJ) 1 276	1 276	1 275
1610 Saffransbröd (berä Energi (kca	305	305
1610 Saffransbröd (berä Vatten	33,7	33,8
1610 Saffransbröd (berä Kolhydrat	48,2	48,2
1610 Saffransbröd (berä Protein	6,9	6,9
1610 Saffransbröd (berä Retinolekvi	82	14
1610 Saffransbröd (berä Vitamin E	1,23	2
1610 Saffransbröd (berä ?-Tokofero	1,23	2
1610 Saffransbröd (berä Niacinekviv	3,5	3,5
1660 Äppelkaka m ströb Retinol	0	49
1660 Äppelkaka m ströb Vitamin D	0	0,61
1663 Chokladrutor m glå Mättade fet	8,9	4,7
1663 Chokladrutor m glå Enkelomätt	6,7	9,3
1663 Chokladrutor m glå Fleromätta	2,6	4,5
1663 Chokladrutor m glå Fettsyra 4:1	0,5	0,5
1663 Chokladrutor m glå Fettsyra 12	1,7	1,3
1663 Chokladrutor m glå Fettsyra 14	0,7	0,5
1663 Chokladrutor m glå Fettsyra 16	4,7	1,2
1663 Chokladrutor m glå Fettsyra 18	0,7	0,6
1663 Chokladrutor m glå Fettsyra 20	0	0,1
1663 Chokladrutor m glå Fettsyra 16	0	0,1
1663 Chokladrutor m glå Fettsyra 18	6,6	9,2
1663 Chokladrutor m glå Fettsyra 18	2,1	3,1
1663 Chokladrutor m glå Fettsyra 18	0,8	1,2
1663 Chokladrutor m glå Disackarid	38,6	38,6
1663 Chokladrutor m glå Energi (kJ) 1 682	1 682	1 681
1663 Chokladrutor m glå Energi (kca	402	402
1663 Chokladrutor m glå Vatten	20,9	20,9
1663 Chokladrutor m glå Kolhydrat	53,8	53,7
1663 Chokladrutor m glå Protein	3,9	3,9
1663 Chokladrutor m glå Retinolekvi	160	19
1663 Chokladrutor m glå Vitamin E	2,2	3,78
1663 Chokladrutor m glå ?-Tokofero	2,2	3,78
1663 Chokladrutor m glå Niacinekviv	1,6	1,6
1664 Ambrosiakaka (berä Retinol	140	232
1664 Ambrosiakaka (berä Vitamin D	1,56	2,71
1666 Arraksboll (beräkn: Retinol	94	104
1666 Arraksboll (beräkn: Vitamin D	0,72	0,84
1667 Petits-choux fyllda Mättade fet	11,9	10,2
1667 Petits-choux fyllda Enkelomätt	6,5	7,5
1667 Petits-choux fyllda Fleromätta	1,5	2,2
1667 Petits-choux fyllda Fettsyra 4:1	1,4	1,4
1667 Petits-choux fyllda Fettsyra 12	0,6	0,4
1667 Petits-choux fyllda Fettsyra 14	1,5	1,4
1667 Petits-choux fyllda Fettsyra 16	6	4,7
1667 Petits-choux fyllda Fettsyra 18	1,9	1,9
1667 Petits-choux fyllda Fettsyra 20	0	0,1

1667	Petits-choux fyllda	Fettsyra 16	0,2	0,2
1667	Petits-choux fyllda	Fettsyra 18	6,1	7,2
1667	Petits-choux fyllda	Fettsyra 18	1,2	1,6
1667	Petits-choux fyllda	Fettsyra 18	0,4	0,6
1667	Petits-choux fyllda	Disackarid	3,1	3
1667	Petits-choux fyllda	Energi (kJ)	1 188	1 188
1667	Petits-choux fyllda	Energi (kcal)	284	284
1667	Petits-choux fyllda	Vatten	54,6	54,7
1667	Petits-choux fyllda	Kolhydrat	17,6	17,6
1667	Petits-choux fyllda	Protein	5,1	5,1
1667	Petits-choux fyllda	Retinolekvi	218	163
1667	Petits-choux fyllda	Vitamin E	1,52	2,14
1667	Petits-choux fyllda	?-Tokofero	1,52	2,14
1667	Petits-choux fyllda	Niacinekvi	1,8	1,8
1669	Fransk äppelkaka	Mättade fet	0,5	0,2
1669	Fransk äppelkaka	Enkelomät	0,7	0,9
1669	Fransk äppelkaka	Fleromätta	0,3	0,4
1669	Fransk äppelkaka	Fettsyra 4:1	0	0
1669	Fransk äppelkaka	Fettsyra 12	0	0
1669	Fransk äppelkaka	Fettsyra 14	0	0
1669	Fransk äppelkaka	Fettsyra 16	0,4	0,1
1669	Fransk äppelkaka	Fettsyra 18	0,1	0
1669	Fransk äppelkaka	Fettsyra 20	0	0
1669	Fransk äppelkaka	Fettsyra 16	0	0
1669	Fransk äppelkaka	Fettsyra 18	0,7	0,9
1669	Fransk äppelkaka	Fettsyra 18	0,2	0,3
1669	Fransk äppelkaka	Fettsyra 18	0,1	0,1
1669	Fransk äppelkaka	Disackarid	5,1	5,1
1669	Fransk äppelkaka	Energi (kJ)	353	353
1669	Fransk äppelkaka	Energi (kcal)	84	84
1669	Fransk äppelkaka	Vatten	79,7	79,7
1669	Fransk äppelkaka	Kolhydrat	15,7	15,7
1669	Fransk äppelkaka	Protein	0,6	0,6
1669	Fransk äppelkaka	Retinolekvi	15	4
1669	Fransk äppelkaka	Vitamin E	0,54	0,66
1669	Fransk äppelkaka	?-Tokofero	0,54	0,66
1669	Fransk äppelkaka	Niacinekvi	0,3	0,3
1671	Toscakaka (beräkr	Mättade fet	7,4	6,1
1671	Toscakaka (beräkr	Enkelomät	7,8	8,6
1671	Toscakaka (beräkr	Fleromätta	2,4	3
1671	Toscakaka (beräkr	Fettsyra 4:1	0,8	0,8
1671	Toscakaka (beräkr	Fettsyra 12	0,4	0,3
1671	Toscakaka (beräkr	Fettsyra 14	0,9	0,8
1671	Toscakaka (beräkr	Fettsyra 16	4	2,9
1671	Toscakaka (beräkr	Fettsyra 18	1,1	1,1
1671	Toscakaka (beräkr	Fettsyra 20	0	0
1671	Toscakaka (beräkr	Fettsyra 16	0,1	0,2
1671	Toscakaka (beräkr	Fettsyra 18	7,5	8,3
1671	Toscakaka (beräkr	Fettsyra 18	2,1	2,4
1671	Toscakaka (beräkr	Fettsyra 18	0,3	0,5
1671	Toscakaka (beräkr	Monosacke	3,6	3,6
1671	Toscakaka (beräkr	Disackarid	29,1	29,1
1671	Toscakaka (beräkr	Sackaros	28,2	28,2
1671	Toscakaka (beräkr	Energi (kJ)	1 638	1 638
1671	Toscakaka (beräkr	Energi (kcal)	392	392
1671	Toscakaka (beräkr	Aska	1,4	1,4

1671	Toscakaka (beräkr Vatten	23,5	23,5
1671	Toscakaka (beräkr Kolhydrat	48,9	48,9
1671	Toscakaka (beräkr Protein	6,3	6,3
1671	Toscakaka (beräkr Fibrer	1,4	1,4
1671	Toscakaka (beräkr Fett	18,6	18,6
1671	Toscakaka (beräkr Fosfor	188	188
1671	Toscakaka (beräkr Järn	1,08	1,09
1671	Toscakaka (beräkr Kalcium	149	149
1671	Toscakaka (beräkr Kalium	147	147
1671	Toscakaka (beräkr Magnesium	40	40
1671	Toscakaka (beräkr Natrium	226	226
1671	Toscakaka (beräkr Selen	3,9	3,8
1671	Toscakaka (beräkr Zink	0,65	0,66
1671	Toscakaka (beräkr Retinolekvi	130	86
1671	Toscakaka (beräkr Vitamin E	3,7	4,2
1671	Toscakaka (beräkr ?-Tokofero	3,7	4,2
1671	Toscakaka (beräkr Karoten	51	51
1671	Toscakaka (beräkr Vitamin K	0	0
1671	Toscakaka (beräkr Tiamin	0,11	0,11
1671	Toscakaka (beräkr Riboflavin	0,17	0,17
1671	Toscakaka (beräkr Askorbinsy	0	0
1671	Toscakaka (beräkr Niacin	1,2	1,2
1671	Toscakaka (beräkr Niacinekvi	2,4	2,4
1671	Toscakaka (beräkr Vitamin B1	0,19	0,19
1671	Toscakaka (beräkr Vitamin B6	0,08	0,08
1671	Toscakaka (beräkr Folat	15	15
1672	Chokladkaka (berä Mättade fet	7,8	3,2
1672	Chokladkaka (berä Enkelomät	7,6	10,2
1672	Chokladkaka (berä Fleromätta	2,8	4,8
1672	Chokladkaka (berä Fettsyra 4:(	0,1	0,1
1672	Chokladkaka (berä Fettsyra 12	0,4	0
1672	Chokladkaka (berä Fettsyra 14	0,3	0,1
1672	Chokladkaka (berä Fettsyra 16	5,3	1,5
1672	Chokladkaka (berä Fettsyra 18	1	0,9
1672	Chokladkaka (berä Fettsyra 20	0	0,1
1672	Chokladkaka (berä Fettsyra 16	0,1	0,1
1672	Chokladkaka (berä Fettsyra 18	7,5	10
1672	Chokladkaka (berä Fettsyra 18	2,3	3,2
1672	Chokladkaka (berä Fettsyra 18	0,8	1,3
1672	Chokladkaka (berä Fettsyra 20	0	0
1672	Chokladkaka (berä Fettsyra 22	0	0
1672	Chokladkaka (berä Fettsyra 22	0	0
1672	Chokladkaka (berä Transfettsy	0	0
1672	Chokladkaka (berä Kolesterol	55,7	54
1672	Chokladkaka (berä Monosacke	0,1	0,1
1672	Chokladkaka (berä Disackarid	24,5	23,8
1672	Chokladkaka (berä Sackaros	23	22,3
1672	Chokladkaka (berä Energi (kJ) 1 527	1 480	
1672	Chokladkaka (berä Energi (kca	365	354
1672	Chokladkaka (berä Aska	1,6	1,5
1672	Chokladkaka (berä Vatten	29,5	31,7
1672	Chokladkaka (berä Avfall	2	1
1672	Chokladkaka (berä Kolhydrat	41,8	40,5
1672	Chokladkaka (berä Protein	6	5,8
1672	Chokladkaka (berä Fibrer	2,3	2,3
1672	Chokladkaka (berä Fett	18,8	18,2

1672 Chokladkaka (berä Fosfor	189	184
1672 Chokladkaka (berä Jod	7	7
1672 Chokladkaka (berä Järn	1,08	1,05
1672 Chokladkaka (berä Kalcium	154	149
1672 Chokladkaka (berä Kalium	264	257
1672 Chokladkaka (berä Magnesium	37	36
1672 Chokladkaka (berä Natrium	257	249
1672 Chokladkaka (berä Selen	4,1	4
1672 Chokladkaka (berä Zink	0,71	0,69
1672 Chokladkaka (berä Retinolekvi	186	32
1672 Chokladkaka (berä Retinol	185	180
1672 Chokladkaka (berä Vitamin D	2,09	2,03
1672 Chokladkaka (berä Vitamin E	2,46	4,06
1672 Chokladkaka (berä ?-Tokofero	2,46	4,06
1672 Chokladkaka (berä Karoten	11	11
1672 Chokladkaka (berä Vitamin K	0	0
1672 Chokladkaka (berä Tiamin	0,11	0,11
1672 Chokladkaka (berä Riboflavin	0,11	0,11
1672 Chokladkaka (berä Askorbinsy	0	0
1672 Chokladkaka (berä Niacin	1	1
1672 Chokladkaka (berä Niacinekviv	2,2	2,1
1672 Chokladkaka (berä Vitamin B1	0,27	0,26
1672 Chokladkaka (berä Vitamin B6	0,08	0,08
1672 Chokladkaka (berä Folat	11	11
1673 Chokladtårta sach Retinol	66	198
1673 Chokladtårta sach Vitamin D	0,33	1,98
1680 Mjuk chokladkaka Retinol	32	180
1680 Mjuk chokladkaka Vitamin D	0,18	2,03
1681 Sockerkaka fin 15( Retinol	32	221
1681 Sockerkaka fin 15( Vitamin D	0,22	2,58
1682 Mjuk pepparkaka ( Retinol	36	153
1682 Mjuk pepparkaka ( Vitamin D	0,21	1,67
1684 Sockerkaka m 50 ( Retinol	33	99
1684 Sockerkaka m 50 ( Vitamin D	0,23	1,04
1685 Sockerkaka, saftig Mättade fet	3,7	1,6
1685 Sockerkaka, saftig Enkelomäti	3,8	5,1
1685 Sockerkaka, saftig Fleromätta	1,5	2,5
1685 Sockerkaka, saftig Fettsyra 4:(	0,1	0,1
1685 Sockerkaka, saftig Fettsyra 12	0,2	0
1685 Sockerkaka, saftig Fettsyra 14	0,2	0,1
1685 Sockerkaka, saftig Fettsyra 16	2,5	0,9
1685 Sockerkaka, saftig Fettsyra 18	0,4	0,3
1685 Sockerkaka, saftig Fettsyra 20	0	0,1
1685 Sockerkaka, saftig Fettsyra 16	0,1	0,1
1685 Sockerkaka, saftig Fettsyra 18	3,7	5
1685 Sockerkaka, saftig Fettsyra 18	1,2	1,7
1685 Sockerkaka, saftig Fettsyra 18	0,4	0,6
1685 Sockerkaka, saftig Disackarid	31,7	31,7
1685 Sockerkaka, saftig Energi (kJ) 1 374	1 374	1 374
1685 Sockerkaka, saftig Energi (kca	329	328
1685 Sockerkaka, saftig Vatten	28,7	28,7
1685 Sockerkaka, saftig Kolhydrat	54	53,9
1685 Sockerkaka, saftig Protein	5,9	5,8
1685 Sockerkaka, saftig Retinolekvi	108	40
1685 Sockerkaka, saftig Vitamin E	1,38	2,14
1685 Sockerkaka, saftig ?-Tokofero	1,38	2,14



1685 Sockerkaka, saftig Niacinekvi	2,4	2,4
1687 Fruktkaka (beräkn: Mättade fet	6,9	2,4
1687 Fruktkaka (beräkn: Enkelomät	8,7	11,4
1687 Fruktkaka (beräkn: Fleromätta	3,4	5,4
1687 Fruktkaka (beräkn: Fettsyra 4:1	0,1	0
1687 Fruktkaka (beräkn: Fettsyra 12	0,4	0
1687 Fruktkaka (beräkn: Fettsyra 14	0,2	0
1687 Fruktkaka (beräkn: Fettsyra 16	4,9	1,2
1687 Fruktkaka (beräkn: Fettsyra 18	0,6	0,5
1687 Fruktkaka (beräkn: Fettsyra 20	0	0,1
1687 Fruktkaka (beräkn: Fettsyra 16	0,1	0,1
1687 Fruktkaka (beräkn: Fettsyra 18	8,6	11,3
1687 Fruktkaka (beräkn: Fettsyra 18	2,8	3,8
1687 Fruktkaka (beräkn: Fettsyra 18	0,8	1,3
1687 Fruktkaka (beräkn: Fettsyra 20	0	0
1687 Fruktkaka (beräkn: Fettsyra 22	0	0
1687 Fruktkaka (beräkn: Fettsyra 22	0	0
1687 Fruktkaka (beräkn: Kolesterol	63,4	62,8
1687 Fruktkaka (beräkn: Monosacke	12	11,8
1687 Fruktkaka (beräkn: Disackarid	15,9	15,7
1687 Fruktkaka (beräkn: Sackaros	15,7	15,5
1687 Fruktkaka (beräkn: Energi (kJ) 1 661	1 661	1 645
1687 Fruktkaka (beräkn: Energi (kca	397	393
1687 Fruktkaka (beräkn: Aska	1,5	1,4
1687 Fruktkaka (beräkn: Vatten	22,1	22,9
1687 Fruktkaka (beräkn: Avfall	5	5
1687 Fruktkaka (beräkn: Kolhydrat	47,4	46,9
1687 Fruktkaka (beräkn: Protein	6,4	6,3
1687 Fruktkaka (beräkn: Fibrer	3,2	3,2
1687 Fruktkaka (beräkn: Fett	19,5	19,3
1687 Fruktkaka (beräkn: Fosfor	137	136
1687 Fruktkaka (beräkn: Jod	4	4
1687 Fruktkaka (beräkn: Järn	1,81	1,8
1687 Fruktkaka (beräkn: Kalcium	78	78
1687 Fruktkaka (beräkn: Kalium	298	295
1687 Fruktkaka (beräkn: Magnesium	32	31
1687 Fruktkaka (beräkn: Natrium	185	183
1687 Fruktkaka (beräkn: Selen	4,5	4,5
1687 Fruktkaka (beräkn: Zink	0,55	0,54
1687 Fruktkaka (beräkn: Retinolekvi	210	61
1687 Fruktkaka (beräkn: Retinol	180	178
1687 Fruktkaka (beräkn: Vitamin D	2,08	2,06
1687 Fruktkaka (beräkn: Vitamin E	3,67	5,29
1687 Fruktkaka (beräkn: ?-Tokofero	3,67	5,29
1687 Fruktkaka (beräkn: Karoten	361	357
1687 Fruktkaka (beräkn: Vitamin K	0	0
1687 Fruktkaka (beräkn: Tiamin	0,13	0,13
1687 Fruktkaka (beräkn: Riboflavin	0,15	0,15
1687 Fruktkaka (beräkn: Askorbinsy	1	1
1687 Fruktkaka (beräkn: Niacin	1,7	1,7
1687 Fruktkaka (beräkn: Niacinekvi	2,9	2,9
1687 Fruktkaka (beräkn: Vitamin B1	0,21	0,21
1687 Fruktkaka (beräkn: Vitamin B6	0,11	0,11
1687 Fruktkaka (beräkn: Folat	14	14
1769 Kolasås (beräknt) Retinol	166	201
1769 Kolasås (beräknt) Vitamin D	0,14	0,58

1770 Vaniljpudding (ber: Mättade fet	2	1,8
1770 Vaniljpudding (ber: Enkelomät	2	2,1
1770 Vaniljpudding (ber: Fleromätta	0,5	0,6
1770 Vaniljpudding (ber: Fettsyra 4:(	0,1	0,1
1770 Vaniljpudding (ber: Fettsyra 12	0,1	0
1770 Vaniljpudding (ber: Fettsyra 14	0,1	0,1
1770 Vaniljpudding (ber: Fettsyra 16	1,2	1,1
1770 Vaniljpudding (ber: Fettsyra 18	0,4	0,4
1770 Vaniljpudding (ber: Fettsyra 20	0	0
1770 Vaniljpudding (ber: Fettsyra 16	0,1	0,1
1770 Vaniljpudding (ber: Fettsyra 18	1,8	1,9
1770 Vaniljpudding (ber: Fettsyra 18	0,3	0,4
1770 Vaniljpudding (ber: Fettsyra 18	0,1	0,1
1770 Vaniljpudding (ber: Disackarid	5	5
1770 Vaniljpudding (ber: Energi (kJ)	396	396
1770 Vaniljpudding (ber: Energi (kca	95	95
1770 Vaniljpudding (ber: Vatten	81,8	81,8
1770 Vaniljpudding (ber: Kolhydrat	5	5
1770 Vaniljpudding (ber: Protein	7,1	7,1
1770 Vaniljpudding (ber: Retinolekvi	96	90
1770 Vaniljpudding (ber: Vitamin E	0,71	0,77
1770 Vaniljpudding (ber: ?-Tokofero	0,7	0,76
1770 Vaniljpudding (ber: Niacinekviv	1,8	1,8
1784 Cheesecake el ost Retinol	165	237
1784 Cheesecake el ost Vitamin D	0,25	1,15
1791 Ugnsstekt äpple (b Mättade fet	1,3	0,6
1791 Ugnsstekt äpple (b Enkelomät	3,4	3,8
1791 Ugnsstekt äpple (b Fleromätta	1,2	1,5
1791 Ugnsstekt äpple (b Fettsyra 4:(	0	0
1791 Ugnsstekt äpple (b Fettsyra 12	0,1	0
1791 Ugnsstekt äpple (b Fettsyra 14	0,1	0
1791 Ugnsstekt äpple (b Fettsyra 16	0,9	0,4
1791 Ugnsstekt äpple (b Fettsyra 18	0,1	0,1
1791 Ugnsstekt äpple (b Fettsyra 20	0	0
1791 Ugnsstekt äpple (b Fettsyra 16	0	0
1791 Ugnsstekt äpple (b Fettsyra 18	3,3	3,7
1791 Ugnsstekt äpple (b Fettsyra 18	1,1	1,2
1791 Ugnsstekt äpple (b Fettsyra 18	0,2	0,2
1791 Ugnsstekt äpple (b Monosacke	8,3	8,2
1791 Ugnsstekt äpple (b Disackarid	6,7	6,7
1791 Ugnsstekt äpple (b Sackaros	6,7	6,7
1791 Ugnsstekt äpple (b Energi (kJ)	564	561
1791 Ugnsstekt äpple (b Energi (kca	135	134
1791 Ugnsstekt äpple (b Aska	0,5	0,5
1791 Ugnsstekt äpple (b Vatten	72,1	72,3
1791 Ugnsstekt äpple (b Avfall	13	13
1791 Ugnsstekt äpple (b Kolhydrat	17,2	17,1
1791 Ugnsstekt äpple (b Protein	1,7	1,7
1791 Ugnsstekt äpple (b Fibrer	2,4	2,4
1791 Ugnsstekt äpple (b Fett	6,1	6
1791 Ugnsstekt äpple (b Fosfor	48	48
1791 Ugnsstekt äpple (b Jod	0	0
1791 Ugnsstekt äpple (b Järn	0,51	0,51
1791 Ugnsstekt äpple (b Kalcium	22	22
1791 Ugnsstekt äpple (b Kalium	173	172
1791 Ugnsstekt äpple (b Magnesium	25	25

1791 Ugnsstekt äpple (b Natrium	19	19
1791 Ugnsstekt äpple (b Selen	0,1	0,1
1791 Ugnsstekt äpple (b Zink	0,23	0,23
1791 Ugnsstekt äpple (b Retinolekvi	26	2
1791 Ugnsstekt äpple (b Retinol	24	24
1791 Ugnsstekt äpple (b Vitamin D	0,3	0,3
1791 Ugnsstekt äpple (b Vitamin E	2,2	2,45
1791 Ugnsstekt äpple (b ?-Tokofero	2,2	2,45
1791 Ugnsstekt äpple (b Karoten	20	20
1791 Ugnsstekt äpple (b Tiamin	0,02	0,02
1791 Ugnsstekt äpple (b Riboflavin	0,07	0,07
1791 Ugnsstekt äpple (b Askorbinsy	6	6
1791 Ugnsstekt äpple (b Niacin	0,4	0,4
1791 Ugnsstekt äpple (b Niacinekviv	0,6	0,6
1791 Ugnsstekt äpple (b Vitamin B6	0,03	0,03
1791 Ugnsstekt äpple (b Folat	6	6
1982 Vit sås béchamels: Energi (kJ)	379	378
1982 Vit sås béchamels: Energi (kcal)	91	90
1982 Vit sås béchamels: Kolhydrat	8,9	8,8
1982 Vit sås béchamels: Retinolekvi	48	27
1982 Vit sås béchamels: Retinol	27	63
1982 Vit sås béchamels: Vitamin D	0,41	0,85
1982 Vit sås béchamels: ?-Tokofero	0,93	0,93
1982 Vit sås béchamels: Niacinekviv	1,2	1,3
1983 Ljus stuvning (berä Retinol	38	86
1983 Ljus stuvning (berä Vitamin D	0,03	0,63
1984 Ljus stuvning lättm Energi (kJ)	314	313
1984 Ljus stuvning lättm Energi (kcal)	75	75
1984 Ljus stuvning lättm Kolhydrat	8,3	8,3
1984 Ljus stuvning lättm Retinolekvi	33	19
1984 Ljus stuvning lättm Retinol	18	44
1984 Ljus stuvning lättm Vitamin D	0,27	0,6
1984 Ljus stuvning lättm ?-Tokofero	0,72	0,72
1984 Ljus stuvning lättm Niacinekviv	1,2	1,2
1985 Vit sås béchamels: Retinol	26	62
1985 Vit sås béchamels: Vitamin D	0,02	0,46
1986 Vit gratängsås (berä Retinol	46	83
1986 Vit gratängsås (berä Vitamin D	0,18	0,65
1987 Ljus sås buljong (b Mättade fet	2,7	1,3
1987 Ljus sås buljong (b Enkelomät	3,1	2,6
1987 Ljus sås buljong (b Fleromätta	1,2	1,2
1987 Ljus sås buljong (b Fettsyra 4:1	0,3	0,1
1987 Ljus sås buljong (b Fettsyra 12	0,1	0
1987 Ljus sås buljong (b Fettsyra 14	0,4	0,1
1987 Ljus sås buljong (b Fettsyra 16	1,2	0,6
1987 Ljus sås buljong (b Fettsyra 18	0,5	0,3
1987 Ljus sås buljong (b Fettsyra 20	0	0
1987 Ljus sås buljong (b Fettsyra 16	0	0
1987 Ljus sås buljong (b Fettsyra 18	3	2,6
1987 Ljus sås buljong (b Fettsyra 18	0,8	0,8
1987 Ljus sås buljong (b Fettsyra 18	0,3	0,3
1987 Ljus sås buljong (b Transfettsy	0,1	0
1987 Ljus sås buljong (b Kolesterol	9,4	3,6
1987 Ljus sås buljong (b Disackarid	0,3	0,4
1987 Ljus sås buljong (b Energi (kJ)	344	269
1987 Ljus sås buljong (b Energi (kcal)	82	64

1987 Ljus sås buljong (b Aska	1,1	1,1
1987 Ljus sås buljong (b Vatten	87,2	89,1
1987 Ljus sås buljong (b Kolhydrat	3,5	3,6
1987 Ljus sås buljong (b Protein	0,9	1
1987 Ljus sås buljong (b Fett	7,3	5,2
1987 Ljus sås buljong (b Fosfor	13	15
1987 Ljus sås buljong (b Jod	1	1
1987 Ljus sås buljong (b Järn	0,14	0,14
1987 Ljus sås buljong (b Kalcium	10	13
1987 Ljus sås buljong (b Kalium	20	23
1987 Ljus sås buljong (b Magnesium	4	4
1987 Ljus sås buljong (b Natrium	265	266
1987 Ljus sås buljong (b Selen	0,2	0,2
1987 Ljus sås buljong (b Zink	0,06	0,07
1987 Ljus sås buljong (b Retinolekvi	32	14
1987 Ljus sås buljong (b Retinol	28	48
1987 Ljus sås buljong (b Vitamin D	0,03	0,47
1987 Ljus sås buljong (b Vitamin E	1,06	1,01
1987 Ljus sås buljong (b ?-Tokofero	1,06	1,01
1987 Ljus sås buljong (b Karoten	42	32
1987 Ljus sås buljong (b Vitamin K	0	0
1987 Ljus sås buljong (b Tiamin	0,04	0,04
1987 Ljus sås buljong (b Riboflavin	0,03	0,03
1987 Ljus sås buljong (b Niacin	0,6	0,6
1987 Ljus sås buljong (b Niacinekviv	0,7	0,7
1987 Ljus sås buljong (b Vitamin B1	0,06	0,07
1987 Ljus sås buljong (b Vitamin B6	0,02	0,02
1987 Ljus sås buljong (b Folat	3	3
1988 Ostsås (beräknat) Retinol	60	94
1988 Ostsås (beräknat) Vitamin D	0,05	0,47
1989 Ostsås gorgonzola Retinol	231	368
1989 Ostsås gorgonzola Vitamin D	0,19	1,91
1991 Brunsås med mjöll Retinol	12	68
1991 Brunsås med mjöll Vitamin D	0,01	0,7
1992 Sky (beräknat) Retinol	0	32
1992 Sky (beräknat) Vitamin D	0	0,4
1993 Brunsås vatten bul Retinol	28	83
1993 Brunsås vatten bul Vitamin D	0,02	0,7
1994 Brunsås buljong (b Retinol	0	56
1994 Brunsås buljong (b Vitamin D	0	0,7
1995 Currysås (beräkna Mättade fet	3,3	1,5
1995 Currysås (beräkna Enkelomäti	3,3	2,6
1995 Currysås (beräkna Fleromätta	1,2	1,1
1995 Currysås (beräkna Fettsyra 4:1	0,4	0,2
1995 Currysås (beräkna Fettsyra 12	0,1	0,1
1995 Currysås (beräkna Fettsyra 14	0,5	0,2
1995 Currysås (beräkna Fettsyra 16	1,5	0,7
1995 Currysås (beräkna Fettsyra 18	0,6	0,3
1995 Currysås (beräkna Fettsyra 20	0	0
1995 Currysås (beräkna Fettsyra 16	0,1	0
1995 Currysås (beräkna Fettsyra 18	3,2	2,6
1995 Currysås (beräkna Fettsyra 18	0,8	0,8
1995 Currysås (beräkna Fettsyra 18	0,3	0,3
1995 Currysås (beräkna Transfettsy	0,1	0
1995 Currysås (beräkna Kolesterol	12	4,6
1995 Currysås (beräkna Disackarid	0,4	0,5

1995 Currysås (beräkna Energi (kJ)	375	280
1995 Currysås (beräkna Energi (kcal)	90	67
1995 Currysås (beräkna Aska	1	1
1995 Currysås (beräkna Vatten	86,4	88,8
1995 Currysås (beräkna Kolhydrat	3,5	3,6
1995 Currysås (beräkna Protein	1	1
1995 Currysås (beräkna Fett	8,1	5,4
1995 Currysås (beräkna Fosfor	14	16
1995 Currysås (beräkna Jod	1	1
1995 Currysås (beräkna Järn	0,14	0,14
1995 Currysås (beräkna Kalcium	12	15
1995 Currysås (beräkna Kalium	22	27
1995 Currysås (beräkna Magnesium	4	4
1995 Currysås (beräkna Natrium	234	235
1995 Currysås (beräkna Selen	0,2	0,3
1995 Currysås (beräkna Zink	0,06	0,07
1995 Currysås (beräkna Retinolekvi	41	18
1995 Currysås (beräkna Retinol	36	49
1995 Currysås (beräkna Vitamin D	0,03	0,46
1995 Currysås (beräkna Vitamin E	1,09	1,03
1995 Currysås (beräkna $\alpha$ -Tokoferol	1,09	1,03
1995 Currysås (beräkna Karoten	71	59
1995 Currysås (beräkna Vitamin K	0	0
1995 Currysås (beräkna Tiamin	0,07	0,07
1995 Currysås (beräkna Riboflavin	0,05	0,05
1995 Currysås (beräkna Niacin	0,8	0,8
1995 Currysås (beräkna Niacinekviv	0,9	1
1995 Currysås (beräkna Vitamin B1	0,03	0,04
1995 Currysås (beräkna Vitamin B6	0,02	0,02
1995 Currysås (beräkna Folat	4	4
1996 Brunsås kaffebröd Retinol	9	60
1996 Brunsås kaffebröd Vitamin D	0,01	0,65
1997 Korintsås (beräkna Retinol	0	35
1997 Korintsås (beräkna Vitamin D	0	0,44
2000 Tomatsås (beräkna Retinol	0	42
2000 Tomatsås (beräkna Vitamin D	0	0,52
2001 Dillsås (beräknat) Retinol	28	68
2001 Dillsås (beräknat) Vitamin D	0,02	0,53
2002 Äggsås m persilja Mättade fet	4	3
2002 Äggsås m persilja Enkelomätt	3,1	3,8
2002 Äggsås m persilja Fleromätt	0,9	1,3
2002 Äggsås m persilja Fettsyra 4:1	0,3	0,3
2002 Äggsås m persilja Fettsyra 12	0,2	0,1
2002 Äggsås m persilja Fettsyra 14	0,4	0,3
2002 Äggsås m persilja Fettsyra 16	2,3	1,5
2002 Äggsås m persilja Fettsyra 18	0,6	0,6
2002 Äggsås m persilja Fettsyra 20	0	0
2002 Äggsås m persilja Fettsyra 16	0,1	0,1
2002 Äggsås m persilja Fettsyra 18	3	3,6
2002 Äggsås m persilja Fettsyra 18	0,7	0,9
2002 Äggsås m persilja Fettsyra 18	0,2	0,3
2002 Äggsås m persilja Disackarid	0,3	0,3
2002 Äggsås m persilja Energi (kJ)	409	409
2002 Äggsås m persilja Energi (kcal)	98	98
2002 Äggsås m persilja Vatten	84,8	84,8
2002 Äggsås m persilja Kolhydrat	1,9	1,9

2002	Äggsås m persilja	Protein	3,2	3,2
2002	Äggsås m persilja	Retinolekvi	112	78
2002	Äggsås m persilja	Vitamin E	0,96	1,34
2002	Äggsås m persilja	?-Tokofero	0,96	1,34
2002	Äggsås m persilja	Niacinekviv	1	1
2078	Löksås med grädd	Retinol	124	163
2078	Löksås med grädd	Vitamin D	0,1	0,59
2080	Nässelstuvning (b	Mättade fet	2,4	1,2
2080	Nässelstuvning (b	Enkelomät	2	2,8
2080	Nässelstuvning (b	Fleromätta	1	1,5
2080	Nässelstuvning (b	Fettsyra 4:	0,1	0,1
2080	Nässelstuvning (b	Fettsyra 12	0,1	0
2080	Nässelstuvning (b	Fettsyra 14	0,2	0,1
2080	Nässelstuvning (b	Fettsyra 16	1,5	0,5
2080	Nässelstuvning (b	Fettsyra 18	0,3	0,2
2080	Nässelstuvning (b	Fettsyra 20	0	0
2080	Nässelstuvning (b	Fettsyra 16	0	0
2080	Nässelstuvning (b	Fettsyra 18	2	2,7
2080	Nässelstuvning (b	Fettsyra 18	0,6	0,9
2080	Nässelstuvning (b	Fettsyra 18	0,4	0,6
2080	Nässelstuvning (b	Disackarid	1,8	1,8
2080	Nässelstuvning (b	Energi (kJ)	423	422
2080	Nässelstuvning (b	Energi (kca	101	101
2080	Nässelstuvning (b	Vatten	77,3	77,3
2080	Nässelstuvning (b	Kolhydrat	5,9	5,9
2080	Nässelstuvning (b	Protein	5,5	5,5
2080	Nässelstuvning (b	Retinolekvi	185	144
2080	Nässelstuvning (b	Vitamin E	1,7	2,16
2080	Nässelstuvning (b	?-Tokofero	1,7	2,16
2080	Nässelstuvning (b	Niacinekviv	1,7	1,7
2081	Kantarellstuvning (	Retinol	39	113
2081	Kantarellstuvning (	Vitamin D	1,34	2,26
2083	Ratatouille (beräkn	Retinol	0	31
2083	Ratatouille (beräkn	Vitamin D	0	0,38
2092	Dansk sjömansbiff	Retinol	10	27
2092	Dansk sjömansbiff	Vitamin D	0,17	0,38
2100	Köttfärsås blandfä	Retinol	3	22
2100	Köttfärsås blandfä	Vitamin D	0,22	0,46
2103	Stekt kött nöt/gris	Mättade fet	4,2	4,4
2103	Stekt kött nöt/gris	Enkelomät	4	5,4
2103	Stekt kött nöt/gris	Fleromätta	0,9	1,6
2103	Stekt kött nöt/gris	Fettsyra 4:	0	0
2103	Stekt kött nöt/gris	Fettsyra 12	0	0
2103	Stekt kött nöt/gris	Fettsyra 14	0,2	0,2
2103	Stekt kött nöt/gris	Fettsyra 16	2,4	2,4
2103	Stekt kött nöt/gris	Fettsyra 18	1,5	1,5
2103	Stekt kött nöt/gris	Fettsyra 20	0	0
2103	Stekt kött nöt/gris	Fettsyra 16	0,3	0,3
2103	Stekt kött nöt/gris	Fettsyra 18	3,5	4,9
2103	Stekt kött nöt/gris	Fettsyra 18	0,6	1,1
2103	Stekt kött nöt/gris	Fettsyra 18	0,1	0,3
2103	Stekt kött nöt/gris	Fettsyra 20	0	0
2103	Stekt kött nöt/gris	Fettsyra 20	0	0
2103	Stekt kött nöt/gris	Fettsyra 22	0	0
2103	Stekt kött nöt/gris	Fettsyra 22	0	0
2103	Stekt kött nöt/gris	Kolesterol	73,7	71,4

2103 Stekt kött nöt/gris ( Energi (kJ)	815	882
2103 Stekt kött nöt/gris ( Energi (kcal)	195	211
2103 Stekt kött nöt/gris ( Aska	2,1	2,1
2103 Stekt kött nöt/gris ( Vatten	61,4	60,1
2103 Stekt kött nöt/gris ( Avfall	16	16
2103 Stekt kött nöt/gris ( Protein	26,8	25,9
2103 Stekt kött nöt/gris ( Fett	9,7	11,9
2103 Stekt kött nöt/gris ( Fosfor	246	239
2103 Stekt kött nöt/gris ( Jod	21	20
2103 Stekt kött nöt/gris ( Järn	2,53	2,44
2103 Stekt kött nöt/gris ( Kalcium	10	10
2103 Stekt kött nöt/gris ( Kalium	448	435
2103 Stekt kött nöt/gris ( Magnesium	33	32
2103 Stekt kött nöt/gris ( Natrium	337	350
2103 Stekt kött nöt/gris ( Selen	12,8	12,4
2103 Stekt kött nöt/gris ( Zink	4,82	4,66
2103 Stekt kött nöt/gris ( Retinolekvi	10	10
2103 Stekt kött nöt/gris ( Retinol	10	35
2103 Stekt kött nöt/gris ( Vitamin D	0,77	1,06
2103 Stekt kött nöt/gris ( Vitamin E	0,35	0,98
2103 Stekt kött nöt/gris ( $\alpha$ -Tokoferol	0,35	0,97
2103 Stekt kött nöt/gris ( Karoten	6	6
2103 Stekt kött nöt/gris ( Tiamin	0,51	0,5
2103 Stekt kött nöt/gris ( Riboflavin	0,32	0,31
2103 Stekt kött nöt/gris ( Niacin	7,3	7,1
2103 Stekt kött nöt/gris ( Niacinekviv	12,2	11,8
2103 Stekt kött nöt/gris ( Vitamin B1	1,05	1,02
2103 Stekt kött nöt/gris ( Vitamin B6	0,54	0,52
2103 Stekt kött nöt/gris ( Folat	9	9
2109 Tonfiskröra mager Mättade fet	3,1	3
2109 Tonfiskröra mager Enkelomätt	2,7	2,4
2109 Tonfiskröra mager Fleromätt	6,4	5,3
2109 Tonfiskröra mager Fettsyra 4:(	0,3	0,3
2109 Tonfiskröra mager Fettsyra 12	0,1	0,1
2109 Tonfiskröra mager Fettsyra 14	0,3	0,3
2109 Tonfiskröra mager Fettsyra 16	1,7	1,6
2109 Tonfiskröra mager Fettsyra 18	0,6	0,5
2109 Tonfiskröra mager Fettsyra 20	0	0
2109 Tonfiskröra mager Fettsyra 16	0,1	0,1
2109 Tonfiskröra mager Fettsyra 18	2,6	2,3
2109 Tonfiskröra mager Fettsyra 18	5,6	4,6
2109 Tonfiskröra mager Fettsyra 18	0,7	0,6
2109 Tonfiskröra mager Fettsyra 20	0	0
2109 Tonfiskröra mager Fettsyra 20	0	0
2109 Tonfiskröra mager Fettsyra 22	0	0
2109 Tonfiskröra mager Fettsyra 22	0,1	0,1
2109 Tonfiskröra mager Transfettsy	0,1	0,1
2109 Tonfiskröra mager Kolesterol	37,8	35,7
2109 Tonfiskröra mager Monosack	0,8	0,8
2109 Tonfiskröra mager Disackarid	1,7	1,7
2109 Tonfiskröra mager Sackaros	0,8	0,7
2109 Tonfiskröra mager Energi (kJ)	718	660
2109 Tonfiskröra mager Energi (kcal)	172	158
2109 Tonfiskröra mager Aska	0,9	0,9
2109 Tonfiskröra mager Vatten	72,5	73,9
2109 Tonfiskröra mager Avfall	1	1

2109	Tonfiskröra mager Kolhydrat	3,4	3,4
2109	Tonfiskröra mager Protein	9,2	9,5
2109	Tonfiskröra mager Fibrer	0,4	0,4
2109	Tonfiskröra mager Fett	13,5	11,8
2109	Tonfiskröra mager Fosfor	90	91
2109	Tonfiskröra mager Jod	7	7
2109	Tonfiskröra mager Järn	0,6	0,61
2109	Tonfiskröra mager Kalcium	39	40
2109	Tonfiskröra mager Kalium	147	150
2109	Tonfiskröra mager Magnesium	13	13
2109	Tonfiskröra mager Natrium	287	286
2109	Tonfiskröra mager Selen	14,3	14,6
2109	Tonfiskröra mager Zink	0,48	0,49
2109	Tonfiskröra mager Retinolekvi	168	169
2109	Tonfiskröra mager Retinol	166	166
2109	Tonfiskröra mager Vitamin D	1,49	1,53
2109	Tonfiskröra mager Vitamin E	1,13	1,04
2109	Tonfiskröra mager ?-Tokoferol	1,13	1,04
2109	Tonfiskröra mager Karoten	28	29
2109	Tonfiskröra mager Tiamin	0,04	0,04
2109	Tonfiskröra mager Riboflavin	0,07	0,07
2109	Tonfiskröra mager Askorbinsyra	1	1
2109	Tonfiskröra mager Niacin	4,5	4,6
2109	Tonfiskröra mager Niacinekviv	6,2	6,4
2109	Tonfiskröra mager Vitamin B1	0,87	0,87
2109	Tonfiskröra mager Vitamin B6	0,13	0,13
2109	Tonfiskröra mager Folat	13	13
2124	Havregrynsgröt på Energi (kJ)	605	605
2124	Havregrynsgröt på Energi (kcal)	145	145
2124	Havregrynsgröt på Kolhydrat	20,6	20,6
2124	Havregrynsgröt på Retinolekvi	42	23
2124	Havregrynsgröt på ?-Tokoferol	0,29	0,29
2124	Havregrynsgröt på Niacinekviv	2,6	2,7
2128	Gröt ospec. (beräk Retinol)	10	12
2128	Gröt ospec. (beräk Vitamin D)	0,01	0,04
2133	Pannkaka på sojac Mättade fetter	2,3	1,1
2133	Pannkaka på sojac Enkelomättade	2,7	3,4
2133	Pannkaka på sojac Fleromättade	1,5	2
2133	Pannkaka på sojac Fettsyra 4:1	0	0
2133	Pannkaka på sojac Fettsyra 12	0,1	0
2133	Pannkaka på sojac Fettsyra 14	0,1	0
2133	Pannkaka på sojac Fettsyra 16	1,7	0,7
2133	Pannkaka på sojac Fettsyra 18	0,3	0,2
2133	Pannkaka på sojac Fettsyra 20	0	0
2133	Pannkaka på sojac Fettsyra 16	0,1	0,1
2133	Pannkaka på sojac Fettsyra 18	2,7	3,3
2133	Pannkaka på sojac Fettsyra 18	1,2	1,5
2133	Pannkaka på sojac Fettsyra 18	0,3	0,4
2133	Pannkaka på sojac Fettsyra 20	0	0
2133	Pannkaka på sojac Fettsyra 22	0	0
2133	Pannkaka på sojac Fettsyra 22	0	0
2133	Pannkaka på sojac Kolesterol	77,4	76,6
2133	Pannkaka på sojac Monosackarid	0,4	0,4
2133	Pannkaka på sojac Disackarid	0,9	0,9
2133	Pannkaka på sojac Sackaros	0,6	0,6
2133	Pannkaka på sojac Energi (kJ)	776	768



2133 Pannkaka på sojac Energi (kcal)	186	184
2133 Pannkaka på sojac Aska	1,1	1,1
2133 Pannkaka på sojac Vatten	61,5	61,9
2133 Pannkaka på sojac Avfall	2	2
2133 Pannkaka på sojac Kolhydrat	23,1	22,8
2133 Pannkaka på sojac Protein	6,5	6,4
2133 Pannkaka på sojac Fibrer	0,6	0,6
2133 Pannkaka på sojac Fett	7,3	7,2
2133 Pannkaka på sojac Fosfor	93	92
2133 Pannkaka på sojac Jod	29	29
2133 Pannkaka på sojac Järn	0,92	0,91
2133 Pannkaka på sojac Kalcium	28	28
2133 Pannkaka på sojac Kalium	96	95
2133 Pannkaka på sojac Magnesium	20	20
2133 Pannkaka på sojac Natrium	269	266
2133 Pannkaka på sojac Selen	5,4	5,3
2133 Pannkaka på sojac Zink	0,38	0,38
2133 Pannkaka på sojac Retinolekvi	79	39
2133 Pannkaka på sojac Retinol	77	77
2133 Pannkaka på sojac Vitamin D	0,75	0,75
2133 Pannkaka på sojac Vitamin E	0,99	1,42
2133 Pannkaka på sojac $\alpha$ -Tokoferol	0,99	1,42
2133 Pannkaka på sojac Karoten	21	21
2133 Pannkaka på sojac Vitamin K	0	0
2133 Pannkaka på sojac Tiamin	0,12	0,12
2133 Pannkaka på sojac Riboflavin	0,11	0,11
2133 Pannkaka på sojac Askorbinsyra	0	0
2133 Pannkaka på sojac Niacin	1	0,9
2133 Pannkaka på sojac Niacin ekvivalent	2,2	2,2
2133 Pannkaka på sojac Vitamin B1	0,25	0,25
2133 Pannkaka på sojac Vitamin B6	0,08	0,08
2133 Pannkaka på sojac Folat	24	24
2141 Vit sås med gräddt Retinol	92	121
2141 Vit sås med gräddt Vitamin D	0,39	0,75
2142 Ost- och skinksås Retinol	40	70
2142 Ost- och skinksås Vitamin D	0,12	0,5
2147 Ris a la malta 3 % Mättade fetter	1,4	1,2
2147 Ris a la malta 3 % Enkelomättade	0,7	0,8
2147 Ris a la malta 3 % Fleromättade	0,1	0,2
2147 Ris a la malta 3 % Fettsyra 4:1	0,2	0,2
2147 Ris a la malta 3 % Fettsyra 12:1	0,1	0,1
2147 Ris a la malta 3 % Fettsyra 14:1	0,2	0,2
2147 Ris a la malta 3 % Fettsyra 16:1	0,7	0,5
2147 Ris a la malta 3 % Fettsyra 18:1	0,2	0,2
2147 Ris a la malta 3 % Fettsyra 20:1	0	0
2147 Ris a la malta 3 % Fettsyra 16:1	0	0
2147 Ris a la malta 3 % Fettsyra 18:1	0,6	0,8
2147 Ris a la malta 3 % Fettsyra 18:1	0,1	0,2
2147 Ris a la malta 3 % Fettsyra 18:1	0	0,1
2147 Ris a la malta 3 % Disackarider	10,8	10,8
2147 Ris a la malta 3 % Energi (kJ)	355	355
2147 Ris a la malta 3 % Energi (kcal)	85	85
2147 Ris a la malta 3 % Vatten	80,8	80,8
2147 Ris a la malta 3 % Kolhydrat	13,5	13,5
2147 Ris a la malta 3 % Protein	2,2	2,2
2147 Ris a la malta 3 % Retinolekvi	21	15

2147 Ris a la malta 3 % Vitamin E	0,13	0,2
2147 Ris a la malta 3 % ?-Tokofero	0,13	0,2
2147 Ris a la malta 3 % Niacinekviv	0,7	0,7
2160 Rödkaål med äpple Retinol	0	29
2160 Rödkaål med äpple Vitamin D	0	0,36
2163 Gratängsås med o Retinol	43	80
2163 Gratängsås med o Vitamin D	0,03	0,5
2174 Korv stroganoff, m Retinol	7	23
2174 Korv stroganoff, m Vitamin D	0	0,21
2197 Äggröra u mjöl (Fir Mättade fet	4,4	3,5
2197 Äggröra u mjöl (Fir Enkelomätt	6,8	7,8
2197 Äggröra u mjöl (Fir Fleromätta	2,1	2,7
2197 Äggröra u mjöl (Fir Fettsyra 4:(	0	0
2197 Äggröra u mjöl (Fir Fettsyra 12	0,3	0
2197 Äggröra u mjöl (Fir Fettsyra 14	0,2	0
2197 Äggröra u mjöl (Fir Fettsyra 16	3	2,5
2197 Äggröra u mjöl (Fir Fettsyra 18	0,8	0,8
2197 Äggröra u mjöl (Fir Fettsyra 20	0	0
2197 Äggröra u mjöl (Fir Fettsyra 16	0,4	0,4
2197 Äggröra u mjöl (Fir Fettsyra 18	6,3	7,3
2197 Äggröra u mjöl (Fir Fettsyra 18	1,4	1,8
2197 Äggröra u mjöl (Fir Fettsyra 18	0,3	0,5
2197 Äggröra u mjöl (Fir Disackarid	0	0
2197 Äggröra u mjöl (Fir Energi (kJ)	782	804
2197 Äggröra u mjöl (Fir Energi (kca	187	192
2197 Äggröra u mjöl (Fir Aska	1,9	1,9
2197 Äggröra u mjöl (Fir Vatten	69,7	69,1
2197 Äggröra u mjöl (Fir Kolhydrat	0	0
2197 Äggröra u mjöl (Fir Protein	13,3	13,3
2197 Äggröra u mjöl (Fir Fett	15	15,6
2197 Äggröra u mjöl (Fir Natrium	529	535
2197 Äggröra u mjöl (Fir Retinolekvi	269	219
2197 Äggröra u mjöl (Fir Vitamin E	2,46	3,14
2197 Äggröra u mjöl (Fir ?-Tokofero	2,46	3,14
2197 Äggröra u mjöl (Fir Niacinekviv	3,3	3,3
2219 Toscaglasyr (beräl Mättade fet	14,5	14,5
2219 Toscaglasyr (beräl Enkelomätt	15,2	15,2
2219 Toscaglasyr (beräl Fleromätta	3,9	3,9
2219 Toscaglasyr (beräl Fettsyra 16	6,6	6,6
2219 Toscaglasyr (beräl Fettsyra 18	14,5	14,5
2219 Toscaglasyr (beräl Fettsyra 18	3,6	3,6
2219 Toscaglasyr (beräl Fettsyra 18	0,2	0,2
2219 Toscaglasyr (beräl Monosacka	10,2	10,2
2219 Toscaglasyr (beräl Disackarid	24,3	24,3
2219 Toscaglasyr (beräl Sackaros	23,9	23,9
2219 Toscaglasyr (beräl Energi (kJ) 2 132	2 133	
2219 Toscaglasyr (beräl Energi (kca	510	510
2219 Toscaglasyr (beräl Aska	1,7	1,7
2219 Toscaglasyr (beräl Vatten	13,6	13,6
2219 Toscaglasyr (beräl Kolhydrat	39,5	39,6
2219 Toscaglasyr (beräl Protein	7	7,1
2219 Toscaglasyr (beräl Fibrer	2,4	2,4
2219 Toscaglasyr (beräl Fett	35,7	35,7
2219 Toscaglasyr (beräl Fosfor	180	181
2219 Toscaglasyr (beräl Järn	1,79	1,82
2219 Toscaglasyr (beräl Kalcium	97	97

2219	Toscaglasyr (beräknat Kalium	258	257
2219	Toscaglasyr (beräknat Magnesium	91	92
2219	Toscaglasyr (beräknat Natrium	217	217
2219	Toscaglasyr (beräknat Selen	1,5	1,2
2219	Toscaglasyr (beräknat Zink	1,11	1,12
2219	Toscaglasyr (beräknat Retinolekvi	170	170
2219	Toscaglasyr (beräknat Vitamin E	8,06	8,07
2219	Toscaglasyr (beräknat ?-Tokoferol	8,06	8,07
2219	Toscaglasyr (beräknat Karoten	127	126
2219	Toscaglasyr (beräknat Vitamin K	0	0
2219	Toscaglasyr (beräknat Tiamin	0,08	0,09
2219	Toscaglasyr (beräknat Riboflavin	0,26	0,26
2219	Toscaglasyr (beräknat Askorbinsyra	0	0
2219	Toscaglasyr (beräknat Niacin	1,1	1,3
2219	Toscaglasyr (beräknat Niacin	2,3	2,5
2219	Toscaglasyr (beräknat Vitamin B1	0,02	0,02
2219	Toscaglasyr (beräknat Vitamin B6	0,04	0,05
2219	Toscaglasyr (beräknat Folat	20	20
2510	Hamburgare dubbel Retinol	26	38
2510	Hamburgare dubbel Vitamin D	0,31	0,47
2511	Hamburgare enkel Retinol	18	26
2511	Hamburgare enkel Vitamin D	0,3	0,4
2512	Hamburgare enkel Retinol	34	42
2512	Hamburgare enkel Vitamin D	0,29	0,39
2548	Älgkalops (beräknat Mättade fetter	0,4	0,5
2548	Älgkalops (beräknat Enkelomättade	1,3	1,2
2548	Älgkalops (beräknat Fleromättade	0,7	0,7
2548	Älgkalops (beräknat Fettsyra 12	0	0
2548	Älgkalops (beräknat Fettsyra 14	0	0
2548	Älgkalops (beräknat Fettsyra 16	0,2	0,2
2548	Älgkalops (beräknat Fettsyra 18	0,2	0,2
2548	Älgkalops (beräknat Fettsyra 20	0	0
2548	Älgkalops (beräknat Fettsyra 16	0	0
2548	Älgkalops (beräknat Fettsyra 18	1,3	1,2
2548	Älgkalops (beräknat Fettsyra 18	0,5	0,4
2548	Älgkalops (beräknat Fettsyra 18	0,2	0,2
2548	Älgkalops (beräknat Fettsyra 20	0	0
2548	Älgkalops (beräknat Fettsyra 20	0	0
2548	Älgkalops (beräknat Fettsyra 22	0	0
2548	Älgkalops (beräknat Transfettsyra	0	0
2548	Älgkalops (beräknat Kolesterol	46,6	46,5
2548	Älgkalops (beräknat Monosackarider	0,4	0,4
2548	Älgkalops (beräknat Disackarider	0,2	0,2
2548	Älgkalops (beräknat Sackaros	0,2	0,2
2548	Älgkalops (beräknat Energi (kJ)	407	397
2548	Älgkalops (beräknat Energi (kcal)	97	95
2548	Älgkalops (beräknat Aska	1,3	1,4
2548	Älgkalops (beräknat Vatten	76,8	77,1
2548	Älgkalops (beräknat Avfall	1	1
2548	Älgkalops (beräknat Kolhydrat	2,2	2,2
2548	Älgkalops (beräknat Protein	15,7	15,7
2548	Älgkalops (beräknat Fibrer	0,2	0,2
2548	Älgkalops (beräknat Fett	2,8	2,5
2548	Älgkalops (beräknat Fosfor	147	147
2548	Älgkalops (beräknat Jod	26	26
2548	Älgkalops (beräknat Järn	2,25	2,24

2548 Älgkalops (beräkn: Kalcium	8	8
2548 Älgkalops (beräkn: Kalium	279	279
2548 Älgkalops (beräkn: Magnesium	18	18
2548 Älgkalops (beräkn: Natrium	225	236
2548 Älgkalops (beräkn: Selen	5,2	5,2
2548 Älgkalops (beräkn: Zink	3,18	3,18
2548 Älgkalops (beräkn: Retinolekvi	1	1
2548 Älgkalops (beräkn: Retinol	1	17
2548 Älgkalops (beräkn: Vitamin D	0	0,19
2548 Älgkalops (beräkn: Vitamin E	1,01	0,98
2548 Älgkalops (beräkn: ?-Tokoferol	1,01	0,98
2548 Älgkalops (beräkn: Karoten	1	1
2548 Älgkalops (beräkn: Vitamin K	0	0
2548 Älgkalops (beräkn: Tiamin	0,1	0,1
2548 Älgkalops (beräkn: Riboflavin	0,21	0,21
2548 Älgkalops (beräkn: Askorbinsy	0	0
2548 Älgkalops (beräkn: Niacin	3,9	3,9
2548 Älgkalops (beräkn: Niacinekvi	6,7	6,7
2548 Älgkalops (beräkn: Vitamin B1	1,44	1,44
2548 Älgkalops (beräkn: Vitamin B6	0,18	0,18
2548 Älgkalops (beräkn: Folat	2	2

Annan ändring av livsmedel tex gruppindelning och klassificering (inte näringsvärdesförändringar)

- 6 Bordsmargarin Bregott mellan fett 60% berikad
- 7 Bordsmargarin Milda normalsaltat fett 70% berikad
- 8 Bordsmargarin Milda extrasaltat fett 70% berikad
- 13 Margarin Milda mat- och bakmargarin fett 80% berikad
- 17 Lättmargarin Becel fett 35% berikad
- 18 Lättmargarin Becel pro.activ fett 35%
- 20 Lättmargarin Lätt & lagom fett 40% berikad
- 21 Majonnäs 90% fett (beräknat)
- 23 Gravlaxsås Krabbsås (beräknat)
- 25 Remouladsås (beräknat)
- 28 Lättmargarin Lätt & lagom omega 3 fett 40% berikad
- 29 Smör fett 80%
- 30 Smör extrasaltat fett 80%
- 31 Smör osaltat fett 80%
- 42 Dressing fett ca 25%
- 43 Dressing majonnäs fett ca 60%
- 44 Dressing majonnäs fett ca 40%
- 45 Dressing majonnäs fett ca 25%
- 46 Dressing olja fett ca 45%
- 47 Dressing olja fett ca 25%
- 48 Dressing majonnäs lätt fett ca 15%
- 49 Dressing fettfri fett 0%
- 51 Gurkmajonnäs el gurksallad gatukök
- 52 Råkmajonnäs el råksallad gatukök
- 53 Lättmajonnäs 32,5% fett
- 55 Mimosasallad (beräknat)
- 56 Rödbetsallad mager (beräknat)
- 57 Skaldjurssallad m majonnäs (beräknat)
- 60 Rhode Island sås (beräknat)
- 62 Dressing vinägrett fett 65%
- 63 Béarnaisesås fryst el pulver tillagad
- 65 Mesost 17% fett berik fjällbrynt
- 66 Mesost ca 30% fett berik
- 67 Mesost Lätt 9% fett berik

- 68 Messmör 5% fett berik
- 69 Messmör 2% fett berik
- 70 Cottage cheese färskost 4% fett
- 71 Cottage cheese färskost ananas apelsin fett 3%
- 72 Cottage cheese färskost chili pesto lök feta 3,5-5% fett
- 73 Färskost på filmjök fett ca 8%
- 74 Färskost på filmjök o gräddfil fett ca 14%
- 75 Kvarg färskost 1% fett kvarg lätt
- 76 Kvarg färskost 10% fett kvarg
- 77 Ost hårdost 10% fett
- 78 Ost hårdost 23% fett
- 79 Ost hårdost 26% fett
- 80 Ost hårdost 38% fett
- 81 Camembert vitmögelost fett 23%
- 82 Ädelost grönmögelost 30% fett
- 83 Mjukost smältost 8% fett
- 84 Mjukost smältost 10% fett
- 85 Mjukost smältost 20% fett
- 86 Mjukost smältost ca 16% fett
- 87 Mjukost smältost 4% fett
- 88 Margarinost fett 16%
- 89 Margarinost fett 30%
- 90 Ost hårdost 5% fett
- 91 Ost hårdost 7% fett
- 92 Brieost vitmögelost fett 34%
- 93 Ädelost grönmögelost lätt 17% fett
- 94 Fetaost fett 16%
- 95 Ost hårdost 17% fett
- 96 Ost hårdost 28% fett
- 97 Ost hårdost 31% fett
- 98 Brieost vitmögelost fett 28%
- 99 Fetaost fett 25%
- 100 Halloumiost ej stekt 22% fett
- 101 Färskost fett 33% Cantadou
- 102 Grönmögelost fett 43 % Blå Castello
- 103 Parmesanost hårdost 30% fett riven
- 104 Färskost fett 35% Boursin
- 105 Camembert vitmögelost lätt fett 11%
- 106 Mjukost smältost ca 22% fett La vache qui rit
- 107 Färskost fett 27% Philadelphia
- 108 Färskost lätt 15% fett Philadelphia
- 109 Färskost extra light fett 5% Philadelphia
- 110 Camembert vitmögelost friterad (beräknat)
- 111 Getost chèvre vitmögelost fett 25%
- 113 Bröstmjök humanmjök fett 4,6%
- 114 Filmjök fett 3%
- 118 Mjökpulver 1% fett
- 123 Mjök fett 3%
- 125 Fruktoghurt fett 2,5%
- 126 Fruktoghurt lätt, fett 0,5% oberikad
- 127 Gammaldags mjök fett 4,2 %
- 128 A-fil fett 3%
- 129 Mellanmjök 1,5% fett berik med A- och D-vitamin
- 135 Lättyoghurt naturell 0,5% fett berik
- 136 Fruktoghurt fett 2%
- 137 Delikatessoghurt fett 7 %

138 Frukttyoghurt fett < 0,05% oberik  
152 Vassle  
154 Filbunke m vispgrädde fett ca 5% (beräknat)  
156 Chokladdryck mjölk (beräknat)  
157 Chokladdryck mellanmjölk (beräknat)  
160 Smoothie m bär yoghurt banan juice (beräknat)  
163 Hårt bröd råg ca 18% fibrer Ryvita mörkt  
166 Hårt bröd råg 16% fibrer Crisp o Finn crisp  
167 Hårt bröd råg ca 15% fibrer Kavli flatbröd  
168 Glutenfritt hårt bröd ca 7% fibrer  
175 Hårt bröd råg 15,5% fibrer Wasa delikatess  
178 Hårt bröd havre vete råg mjölk 8% fibrer Wasa havre  
182 Glutenfritt hårt bröd ca 3% fibrer  
183 Hårt bröd vete havre socker kli örtekryddor 10,5% fibrer Wasa knecks  
184 Grahamsbröd m vatten ca 6% fibrer  
187 Rågbröd typ pumpernickel ca 10% fibrer  
194 Korvbröd  
196 Vitt bröd mjölk typ fiberfranska ca 4% fibrer  
197 Vitt bröd vatten typ franska ca 3% fibrer  
198 Vitt bröd vatten osötat typ italienskt ca 2,5% fibrer  
201 Vitt bröd grov baguette surdeg bakad i butik 4,4% fibrer  
202 Vitt bröd ospec 3,5% fibrer  
207 Rågsiktsbröd kavring ca 7% fibrer  
208 Rågsiktsbröd osötat ca 3,5% fibrer  
211 Rågbröd osötat ca 9% fibrer  
213 Rågbröd typ rallarhalvor ca 9% fibrer  
214 Rågbröd osötat ca 5% fibrer  
217 Vitt bröd mjölk typ mjukt tunnbröd ca 4% fibrer  
222 Vitt bröd vatten typ ostfralla ca 3% fibrer  
226 Glutenfritt vitt bröd ca 3% fibrer  
227 Glutenfritt mörkt bröd ca 6% fibrer  
229 Croissant fransk giffel (beräknat)  
231 Potatis m skal kokt  
232 Potatis skalad kokt m salt  
233 Potatis m skal bakad u salt  
234 Potatis m skal bakad i aluminiumfolie u salt  
236 Färsipotatis kokt u salt  
238 Klyftpotatis u skal ugnstekt m rapsolja  
239 Potatis kokt (beräknat)  
244 Pommes frites friterad potatis ca 7% fett fryst värmd i ugn  
245 Pommes frites friterad potatis ca 11% fett fryst värmd i olja  
246 Pommes frites friterad potatis ca 17% fett gatukök  
249 Pytt i panna hemlagad i gjutjärnsstekpanna  
252 Lapskojs (beräknat)  
261 Potatissallad gräddfil majonnäs (beräknat)  
264 Potatissallad vinägrettsås (beräknat)  
267 Potatiskroetter frysta  
269 Potatismos hemlagat  
275 Potatisgratäng mjölk ost (beräknat)  
276 Potatiskroetter frysta värmda\_M (beräknat)  
277 Potatisgratäng vispgrädde hårdost 28% fett (beräknat)  
282 Potatiskroetter frysta värmda  
283 Potatismos pulver berik tillagad  
287 Jordärtskocka  
288 Kålrot  
289 Morot

290 Palsternacka  
291 Pepparrot  
292 Rotselleri  
293 Rädisa  
294 Rödbeta  
295 Rättika  
296 Rotpersilja  
297 Majrova  
298 Svartrot  
299 Morötter konserv m lag  
300 Morötter konserv u lag  
304 Jordärtskockspuré (beräknat)  
305 Morötter kokta (beräknat)  
310 Jordärtskocka kokt (beräknat)  
312 Rotselleri kokt (beräknat)  
319 Rödbeta inlagd u lag  
328 Brysselkål fryst  
341 Kantareller  
352 Persilja blad  
360 Spenat  
364 Tomat  
365 Soltorkade tomater i olja avrunna  
366 Trädgårdskrasse  
373 Gröna ärter  
379 Basilika färsk  
383 Champinjoner skivade frysta  
390 Grönsallat gurka tomat u dressing (beräknat)  
393 Bambuskott konserv u lag  
394 Gröna bönor konserv m lag  
395 Gröna bönor konserv u lag  
397 Champinjoner konserv m lag  
399 Löksoppa pulver tillagad  
400 Majskorn konserv u lag  
401 Oliver gröna inlagda  
402 Oliver svarta m olja konserv  
403 Grönsaksblandning inlagda el pickels sötad u lag  
404 Sparris grön vit konserv u lag  
405 Sparrissoppa redd konserv tillagad  
406 Surkål konserv m lag  
407 Tomater hela konserv m lag  
410 Tomatpuré konc konserv  
411 Vaxbönor konserv u lag  
412 Gröna ärter konserv m lag  
413 Gröna ärter konserv u lag  
416 Paprikasallad inlagd u lag  
418 Svamp konserv u lag  
419 Kantareller konserv u lag  
420 Syltlök inlagd  
421 Tomater gröna syltade  
423 Fefferoni inlagd konserv  
424 Wokgrönsaker Asiatiska wokade i rapsolja  
425 Wokgrönsaker Classic wokade i rapsolja  
426 Grönsaksblandning ärter morötter konserv m lag  
428 Champinjoner konserv u lag  
431 Spenatsoppa hemlagad  
432 Vitkålsstuvning hemlagad

438 Grönsakssoppa redd (beräknat)  
441 Grönsallat m gurka tomat o vinägrettsås (beräknat)  
444 Grönsallat gurka tomat paprika u dressing (beräknat)  
451 Paprika förvällad (beräknat)  
452 Purjolök kokt (beräknat)  
456 Spenatstuvning (beräknat)  
460 Tomatsallad m vinägrettsås (beräknat)  
462 Tomatröra mexikansk salsa kall (beräknat)  
464 Vitkålssoppa vegetarisk (beräknat)  
465 Vitkål kokt (beräknat)  
466 Brunkål (beräknat)  
471 Ärtor morötter kokta (beräknat)  
482 Grönsakssoppa klar konserv tillagad  
484 Grönsakssoppa redd pulver tillagad m vatten mjölk  
487 Gurka inlagd  
488 Bostongurka  
489 Gurka fermenterad u lag  
490 Saltgurka u lag  
491 Ättiksgurka u lag  
492 Kronärtskocka kokt  
493 Champinjonsoppa pulver tillagad m vatten mjölk  
494 Champinjonsoppa redd konserv tillagad m mjölk  
495 Majskolv kokt  
496 Blomkålssoppa pulver tillagad m vatten mjölk  
497 Tomatsoppa pulver tillagad m vatten  
498 Tomatsoppa konserv tillagad m vatten mjölk  
499 Sparrissoppa pulver tillagad m vatten mjölk  
500 Rödkål konserv  
501 Champinjonsås pulver tillagad m mjölk smör  
502 Grönsaker blandade fermenterade  
506 Minestrone-soppa (beräknat)  
507 Paprika fylld m tomatsås (beräknat)  
529 Grekisk sallad (beräknat)  
535 Grönsaksbuljong pasta/pulver storhushåll  
538 Quorn svampprotein färs bitar filé  
546 Honungsmelon  
547 Nätmelon  
549 Vattenmelon  
550 Ananas  
552 Aprikos  
560 Småcitrus clementiner mandariner tangeriner satsumas  
570 Surkörsbär moreller  
571 Sötkörsbär bigarråer  
580 Persika  
588 Äpple m skal  
599 Aprikoser torkade  
600 Banan torkad  
601 Blåbär torkade  
602 Citronskal  
603 Dadlar torkade  
604 Fikon torkade  
605 Katrinplommon 32,5 % vatten  
610 Russin  
611 Äpplen torkade  
612 Fukt torkad  
613 Papaya torkad



614 Ananas konserv m juice  
617 Ananas konserv m medelsöt lag  
618 Aprikoser konserv m juice  
619 Aprikoser konserv m medelsöt lag  
622 Fikon konserv m medelsöt lag  
623 Kiwi konserv u lag  
624 Röda körsbär surkörsbär konserv m medelsöt lag  
625 Persikor konserv m medelsöt lag  
626 Plommon konserv m medelsöt lag  
627 Päron konserv m lättsöt lag  
628 Päron konserv m medelsöt lag  
629 Äpplen konserv  
630 Grapefrukt konserv m lättsöt lag  
632 Frukta cocktail konserv m medelsöt lag  
633 Mandarin konserv m lättsöt lag  
634 Mango konserv m medelsöt lag  
635 Apelsinsallad (beräknat)  
637 Fukt bär konserv osötad el m sötmedel u energi  
638 Fruktsallad (beräknat)  
652 Limejuice färskpressad  
664 Aprikosnektar pastöriserad drickf  
670 Katrinplommondryck konserv drickf  
672 Havredryck jordgubb/skogsbär berikad Oatly  
675 Bovetegröt (beräknat)  
676 Grahamsgrot (beräknat)  
677 Havregrynsgröt (beräknat)  
678 Molinogröt grahamsmjöl torkad frukt linfrö (beräknat)  
680 Rågkross rågflingor ångprep  
682 Mannagrynsgröt (beräknat)  
683 Kruskagröt russin havregryn veteflingor vetekli (beräknat)  
684 Rågmjölsgrot (beräknat)  
694 Välling för vuxna fullkorn berik  
699 Välling för vuxna berik osockrad  
700 Havredryck Oatly  
701 Havredryck choklad berikad Oatly  
702 Havregryn ångprep el havremjöl  
703 Fiberhavregryn ångprep  
704 Havrekli  
707 Vetekross veteflingor ångprep  
708 Vetegroddar  
709 Vetekli  
710 Frukostflingor fullkornsvete Weetabix  
711 Kruskakli grovt vetekli  
714 Frukostflingor vetekli malt rostat Allbran Plus  
715 Frukostflingor berik Havrefras  
716 Frukostflingor berik ris socker kakao Coco Pops  
728 Frukostflingor berik Loops  
738 Pannkakssmet m havre 3% fett ostekt Oatly  
739 Flåskpannkaka (beräknat)  
740 Råkråpe mellanmjölk mjölk vispgrådde (cråpe 56 % fyllning 44 %) hemlagad  
742 Champinjoncråpe mellanmjölk mjölk vispgrådde (cråpe 56% fyllning 44 %) hemlagad  
748 Pannkaka tunn fylld ospec. (beräknat)  
750 Vårulle fryst värmd  
752 Pajskal gråddat (beräknat)  
754 Pirog u fyllning gråddad (beräknat)  
755 Smulpajdeg gråddad (beräknat)

758 Pirog m köttfärsfyllning (beräknat)  
759 Pizza m skinka salami köttfärs (beräknat)  
761 Pirog köttpirog fryst värmd  
762 Pizza Capricciosa rökt skinka fryst el kyld värmd  
765 Pizza pan pizza rökt griskött fryst värmd  
766 Pizza pan pizza m rökt griskött restaurang  
768 Fiskpaj (beräknat)  
769 Pizza m räkor musslor (beräknat)  
773 Pizza vegetarisk (beräknat)  
774 Pizza Margherita ost tomatsås (beräknat)  
775 Kycklingburgare MC Donalds  
776 Fiskburgare MC Donalds  
788 Pitabröd m falafel sallad sesam pepperoni  
796 Ost- och skinkpaj (beräknat)  
829 Bulgur  
832 Couscous tillagad  
833 Korngryn kokta hemlagade  
834 Hirs kokt (beräknat)  
835 Majsgryn polenta kokt (beräknat)  
836 Apelsinris (beräknat)  
838 Ris à la Malta (beräknat)  
840 Risifrutti 6% fett  
841 Risifrutti light 1,5% fett  
853 Stuvade makaroner (beräknat)  
856 Makaronipudding m skinka falukorv äggstanning (beräknat)  
860 Lasagne  
866 Lasagne vegetarisk (beräknat)  
867 Makaronilåda vegetarisk (beräknat)  
873 Nudelsoppa olika smaker kryddad  
883 Mungbönor torkade kokta u salt  
885 Linser torkade kokta u salt  
897 Ärtsoppa m fläsk hemlagad  
900 Ärtsoppa m fläsk konserv tillagad m vatten  
902 Vita bönor i tomatsås (beräknat)  
904 Ärtsoppa vegetarisk (beräknat)  
905 Tofu sojabönsost  
907 Sojadryck  
909 Sojasås  
910 Sojasås söt  
912 Sojaglass vegetarisk u laktos 11% fett Tofuline  
919 Kikärtsbiffar falafel friterade (beräknat)  
920 Lammfog lammbringa  
921 Lammkotlett  
922 Lammlägg  
923 Lammrygg lammhals  
924 Lammstek rå  
925 Lammfärs 12% fett  
926 Tunnbringa lamm  
927 Lammkotlett fett bortskuret  
928 Harkött hare  
930 Hjortfog svensk  
931 Hjortstek svensk  
932 Hjort ryggbiff svensk  
934 Kalvfog  
935 Kalvbringa  
936 Kalvfilé

937 Kalvfransyska  
938 Kalvinnanlår  
939 Kalvkotlett  
940 Kalvlägg  
941 Kalvytterlår  
942 Tunnbringa av kalv  
943 Högre av kalv  
944 Kaninkött  
945 Clubstek nöt biff m ben  
946 Biff ryggbiff nöt  
947 Oxbringa nöt  
948 Rimmad oxbringa nöt  
949 Oxfilé nöt  
950 Fransyska nöt  
951 Köttfärs nötfärs högst 10% fett  
953 Högre nöt  
954 Innanlår nöt  
955 Lägg nöt  
956 Bog märgpipa nöt  
957 Rostbiff nöt  
958 Rimmad rulle nöt  
959 Ytterlår nöt  
960 Entrecôte nöt  
961 Grytbitar nöt  
962 Hackebiff av nötkött rå fryst  
963 Köttfärs nötfärs 15% fett  
964 Högre nöt fett bortskuret  
965 Renstek rå  
966 Renbog  
967 Renskav fryst  
968 Rådjurskött  
969 Bog gris  
970 Fläskfilé gris  
971 Fläskkotlett gris m 5 mm fettkant  
972 Revbensspjäll gris  
973 Grisfötter  
974 Rimmad skinka julskinka gris rå ca 3% fett  
975 Fläskben gris  
976 Picnicbog rå gris  
977 Grytbitar gris  
978 Fläskkarré gris  
980 Fläskfärs gris fett 20%  
981 Bogbladsstek gris rå  
982 Fläskkotlett gris fett bortskuret  
983 Fläskkotlett gris m 2 mm fettkant  
984 Fläsklägg u svål gris putsad  
985 Fläsk sida gris m svål i bit  
986 Stekfläsk sida gris m svål skivor  
987 Flintastek gris m svål rå  
988 Skinka innanlår gris  
989 Skinka fransyska gris  
990 Skinka ytterlår gris  
991 Rimmat sidfläsk el stekfläsk gris i skivor  
992 Fläskfärs gris fett 8%  
995 Älgskav fryst  
996 Oxsvans nöt fett bortskuret

- 997 Grissvål
- 998 Hamburgerkött rökt hästkött
- 999 Saltkött av nöt rimmat kokt
- 1000 Rökt nötkött
- 1001 Renkött rökt
- 1002 Renkött torkat
- 1003 Bacon gris
- 1005 Fläskbog gris konserv inkl 6-8% gelé
- 1006 Kassler rökt kotletterad gris
- 1007 Skinka gris konserv inkl 8-11% gelé
- 1008 Italiensk lufttorkad skinka gris
- 1009 Rökt skinka gris 6% fett
- 1010 Rökt skinka gris 3% fett
- 1011 Rökt sidfläsk gris
- 1012 Corned beef konserv
- 1013 Flankstek nöt rå
- 1015 Rimmat skinka el julsinka gris kokt 4,5% fett
- 1016 Kassler rökt kotletterad gris stekt el värmd (beräknat)
- 1018 Bogfläsk gris stekt (beräknat)
- 1019 Fläskött gris kokt (beräknat)
- 1020 Rimmat sidfläsk gris stekt (beräknat)
- 1022 Fläskben m kött gris kokta (beräknat)
- 1024 Fläskkarré gris stekt i skivor (beräknat)
- 1027 Fläsklägg gris u svål kokt (beräknat)
- 1028 Fläskkött grillat (beräknat)
- 1029 Kokt fläskrudad /rullsylta (beräknat)
- 1030 Grisfötter kokta (beräknat)
- 1031 Harstek hare (beräknat)
- 1032 Kalvfilé stekt (beräknat)
- 1033 Kalvkotlett stekt (beräknat)
- 1034 Kalvkött kokt (beräknat)
- 1035 Kalvstek (beräknat)
- 1038 Högrek kokt (beräknat)
- 1039 Stek el grystek nöt (beräknat)
- 1042 Rimmat oxbringa nöt kokt (beräknat)
- 1044 Rostbiff nöt ugnstek (beräknat)
- 1045 Revbensspjäll gris ugnstek grillat (beräknat)
- 1046 Rökt skinka gris stekt (beräknat)
- 1047 Rådjurskött ugnstek (beräknat)
- 1048 Renkött kokt (beräknat)
- 1049 Renkött ugnstek (beräknat)
- 1050 Älgstek (beräknat)
- 1055 Fläskkarré gris stekt u stesky
- 1056 Skinkstek gris stekt fryst u stesky
- 1057 Stek nöt stekt fryst u stesky
- 1058 Rostbiff nöt tillagad u salt
- 1059 Revbensspjäll gris grillat ugnstek
- 1060 Dillkött m nötkött m purjolök morötter o sås hemlagad
- 1063 Rimmat sidfläsk el stekfläsk gris m löksås (beräknat)
- 1067 Fläskköttgryta m grönsaksblandning utan fett (beräknat)
- 1073 Köttsocka nötkött (beräknat)
- 1078 Pepparrotskött nötkött lök morötter sås (beräknat)
- 1096 Köttsocka nötkött konserv tillagad m vatten
- 1100 Kycklingköttbullar 12% fett stekta frysta
- 1101 Hamburgare rå fryst
- 1112 Köttfärsjärpar stekta blandfärs 70/30 (beräknat)

1120 Köttbullar grisfärs stekta (beräknat)  
1125 Lammfärsbiffar stekta (beräknat)  
1126 Köttfärslimpa grisfärs (beräknat)  
1127 Köttfärslimpa blandfärs (beräknat)  
1128 Pannbiff nötfärs stekt (beräknat)  
1131 Älgfärsbiffar stekta (beräknat)  
1138 Hamburgare stekt fryst  
1144 Köttfärslimpa stekt fryst  
1145 Köttfärssås fryst el konserv  
1146 Kåldolmar stekta frysta u sås  
1149 Pannbiff stekt fryst  
1154 Duva  
1169 Ripa stekt  
1170 Kycklingbröstfilé u skinn ugnstek  
1172 Kycklingbröstfilé u skinn wokad strimlor rapsolja  
1178 Kalkon kokt  
1181 Kyckling kokt (beräknat)  
1182 Kyckling m skinn stekt (beräknat)  
1186 Kalkon m skinn stekt (beräknat)  
1189 Ripa stekt med salt (beräknat)  
1191 Rökt kalkon  
1193 Friterad kyckling  
1206 Kycklingsoppa klar (beräknat)  
1207 Kyckling friterad Chicken McNuggets  
1208 Kycklingsoppa redd pulver tillagad m vatten mjölk  
1209 Kycklingsoppa redd pulver tillagad m vatten typ Varma koppen  
1210 Kalvbuljong konc storhushåll  
1211 Kalvbuljong konc låg salt storhushåll  
1212 Köttbuljong konc storhushåll  
1213 Köttbuljong konc låg salt storhushåll  
1214 Skinkbuljong konc storhushåll  
1215 Hönsbuljong konc låg salt storhushåll  
1216 Hönsbuljong konc storhushåll  
1224 Hönsbuljong ätf  
1235 Skinklåda (beräknat)  
1252 Sik urtagen varmrökt  
1253 Abborre  
1265 Ansjovis skarpsill inlagd  
1266 Böckling varmrökt  
1268 Lax konserv  
1269 Lax sida kallrökt  
1270 Sardeller konserv  
1271 Sardiner i olja konserv  
1272 Sardiner i tomatsås konserv  
1275 Tonfisk i olja konserv  
1276 Tonfisk i olja konserv avrunnen  
1277 Ål rund- o varmrökt  
1278 Tonfisk i vatten konserv avrunnen  
1279 Makrill urtagen varmrökt  
1281 Matjessill konserv  
1283 Makrill konserv  
1284 Salt sill urvattnad konserv  
1285 Gravad lax  
1286 Lax rimmad  
1287 Böckling filé dubbel varmrökt Rospigg  
1288 Lax urtagen varmrökt

1289 Makrillfilé varmrökt  
1290 Regnbågslax sida kallrökt  
1291 Regnbågslax urtagen varmrökt  
1292 Röding urtagen varmrökt  
1293 Ål flat- o varmrökt  
1296 Makrillfilé konserv i tomatsås  
1297 Surströmming  
1298 Lutfisk kokt hemlagad  
1306 Friterad fisk (beräknat)  
1316 Lax stekt (beräknat)  
1317 Lax kokt (beräknat)  
1327 Sill salt kokt (beräknat)  
1331 Ättikströmming (beräknat)  
1332 Kräftströmming (beräknat)  
1334 Tonfisk stekt (beräknat)  
1337 Torsk opererad stekt (beräknat)  
1340 Fisk rökt (beräknat)  
1345 Fiskbullar konserv u buljong  
1347 Böcklingpastej  
1356 Fiskpaté m skaldjur (beräknat)  
1357 Fiskfärs kokt (beräknat)  
1362 Sillsallad (beräknat)  
1363 Sushi lax (beräknat)  
1364 Sushi hälleflundra (beräknat)  
1365 Sushi tonfisk (beräknat)  
1366 Sushi rulle crabfish och gurka (beräknat)  
1368 Sushi olika sorter (beräknat)  
1371 Fisk m mandel o ströbröd fryst  
1377 Kaviar orökt  
1378 Kaviar rökt  
1379 Lättkaviar Kalles  
1390 Musslor konserv u lag  
1397 Krabba kokt  
1398 Krabba konserv  
1399 Räkor konserv m lag  
1403 Havskräfta  
1404 Friterade räkor  
1407 Friterad bläckfisk  
1408 Friterad bläckfisk restaurang  
1410 Räksallad majonnäs vispgräddade sparris ärter champinjoner (beräknat)  
1413 Skaldjurssallad västkust m vinägrettsås (beräknat)  
1415 Fiskpastej (beräknat)  
1417 Skaldjurspaté  
1419 Fiskbuljong konc storhushåll  
1420 Fiskbuljong konc storhushåll låg salt  
1421 Fisksås pulver tillagad m mjölk vatten smör typ Smögen  
1422 Fiskbuljong ätf  
1425 Blodbröd hårt  
1426 Blodpudding blodkorv fett 19%  
1428 Blodpudding blodkorv fett 14%  
1429 Blodbröd paltbröd  
1430 Blodpudding fett ca 10%  
1431 Blodpudding fett 13% stekt (beräknat)  
1432 Blodpudding fett 8% stekt (beräknat)  
1433 Paltbröd kokt (beräknat)  
1452 Kycklinghjärta

1457 Kycklinglever stekt (beräknat)  
1459 Nötlever ej panerad stekt (beräknat)  
1461 Leverstuvning hemlagad  
1475 Leverpastej skivbar 26% fett  
1477 Leverpastej bredbar ca 10% fett  
1483 Grönpepparpaté  
1488 Falukorv fett 23%  
1489 Falukorv fett 18%  
1490 Fläskkorv fett ca 23% rå  
1491 Fläskkorv fett ca 21% kokt  
1492 Frukostkorv fett 23%  
1496 Medvurst ca 23% fett kokt  
1497 Rökt medvurst ca 36% fett  
1498 Salami svensk ca 33% fett  
1513 Chorizo korv stekt  
1517 Salami importerad 45% fett  
1522 Värmlandskorv ca 18% fett kokt  
1523 Bacon magert gris rökt stekt (beräknat)  
1524 Bacon lättbacon gris  
1526 Frukostkorv fett ca 24% kokt (beräknat)  
1528 Falukorv i skivor kokt (beräknat)  
1529 Falukorv stekt (beräknat)  
1530 Frukostkorv stekt (beräknat)  
1531 Isterband stekt (beräknat)  
1532 Stångkorv stekt (beräknat)  
1535 Varmkorv stekt (beräknat)  
1537 Falukorv m hårdost tomat lök äpple ugnsstekt (beräknat)  
1548 Korvgryta vita bönor tomat oliver vitlök (beräknat)  
1552 Korv Stroganoff fryst  
1553 Kalvsylta  
1559 Jordnötssmör  
1562 Jordnötter rostade saltade  
1564 Kokosflingor torkade  
1570 Pistaschnötter  
1575 Sötmandel torkad  
1579 Torkade saltade kikärter snacks  
1580 Jordnötsbågar jordnötsringar  
1581 Tortilla chips  
1582 Ostbågar  
1583 Popcorn poppade  
1584 Potatischips  
1585 Salta pinnar  
1586 Popcorn mikro 22% fett  
1587 Chips smaksatta fett 34%  
1588 Chips light fett 25%  
1589 Japanmix Exotic snacks  
1590 Kokosmjölk  
1595 Rågskorpor  
1597 Veteskorpor osötade  
1599 Sött vetebröd slätt  
1600 Sött vetebröd sötat m fruktsocker  
1601 Vetebröd osötat  
1602 Fyllt vetebröd bullar längd ospec.  
1603 Veteskorpor  
1604 Fullkornsskorpor osötade  
1605 Mandelkubb

1606 Munkar u fyllning  
1607 Munkar fyllda m äppelmos vaniljkräm  
1608 Wienerbröd fyllt m vaniljkräm sylt florsocker  
1612 Wafers fyllda rån kex  
1613 Kex Hob-nobs  
1614 Kex Marie  
1615 Kex Brago  
1616 Kex Singoalla  
1617 Kex Ballerina  
1618 Maränger m choklad  
1619 Småkakor ospec.  
1620 Jitterbugg mördeg maräng  
1621 Amerikanska cookies choklad  
1624 Pepparkakor  
1625 Spettekaka  
1626 Maräng  
1627 Fyllda kex  
1631 Kex sötade m sorbitol  
1632 Pepparkakor sötade m sorbitol  
1634 Fyllda rån sötade m sorbitol  
1635 Fyllda rån sötade m fruktsocker  
1636 Våffelstrut ofyllt  
1637 Småkakor sötade m sorbitol  
1638 Mandelbiskvier (beräknat)  
1639 Mördeg gräddad (beräknat)  
1640 Smördeg gräddad (beräknat)  
1641 Smördeg fryst  
1643 Wienerbröd  
1645 Gräddtårta  
1646 Toscabit mazarinmassa mandel choklad  
1647 Bärtårta grädde vaniljkräm sylt gele  
1648 Princesstårta fylld m grädde vaniljkräm hallonsylt marsipan  
1649 Chokladtårta aprikossylt chokladöverdrag Sachertårta  
1650 Napoleonbakelse grädde vaniljkräm hallonsylt glasyr  
1651 Frukttårta hallonsylt vaniljkräm mandelmassa frukter gele  
1652 Chokladbiskvi mandelbotten smörkräm choklad  
1653 Mazariner mördegsbotten mazarinfyllning glasyr  
1654 Drömrulltårta  
1655 Rulltårta m sylt  
1656 Punschrulle  
1657 Chokladboll  
1658 Gräddtårta hembakad jordgubb banan  
1659 Potatisbakelse vaniljkräm smörkräm marsipan  
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)  
1662 Semla vetebulle fylld m mandelmassa vispad grädde  
1665 Punschrulle Dammsugare (beräknat)  
1668 Semla (beräknat)  
1677 Amerikanska muffins ospec  
1678 Mjuk kaka sockerkaka mjuk pepparkaka  
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)  
1683 Mjuk nötkaka (beräknat)  
1692 Glasstrut ca 15% fett  
1698 Lättglass ca 5% fett  
1701 Glasspinne el split m isöverdrag ca 6% fett  
1702 Glasstrut ca 10% fett  
1703 Mjukglass vanilj



1705 Glasstårta 17% fett  
1706 Glass m maräng 10% fett  
1707 Glass m havre 10% fett vanilj Oatly  
1708 Glass parfait (beräknat)  
1712 Gräddersättning m havre fett 13% Oatly iMat  
1713 Gräddfil 12% fett  
1714 Kaffegrädde 12% fett  
1715 Vispgrädde 40% fett  
1716 Mellangrädde 27% fett  
1717 Matlagingsgrädde 15% fett  
1718 Matlagingsgrädde 5% fett Laga lätt  
1719 Crème fraiche fett 34%  
1721 Lätt crème fraiche 15% fett  
1725 Gräddpulver gräddersättning 35% fett  
1726 Gräddfilsås med kryddgrönt (beräknat)  
1727 Filmjölk- o gräddfilsås olika smaksättningar fett ca 9% (beräknat)  
1730 Rabarbersoppa (beräknat)  
1732 Apelsinsoppa (beräknat)  
1734 Blåbärssoppa (beräknat)  
1741 Äppelkompott (beräknat)  
1742 Äppelkräm (beräknat)  
1743 Äppelsoppa (beräknat)  
1744 Kräm bär o el frukt ospec. (beräknat)  
1748 Saftsås (beräknat)  
1749 Blåbärssoppa pastöriserad berik  
1750 Fruktsoppa blandad torkad frukt pastöriserad berik ätf  
1751 Nyponsoppa pastöriserad el på pulver berik ätf  
1752 Nyponsoppa på pulver osötad berik ätf  
1754 Saftkräm pastöriserad berik  
1758 Katrinplommonkaka (beräknat)  
1759 Kalvdans mjölkpulver ägg (beräknat)  
1760 Ostkaka färskost (beräknat)  
1761 Marängsviss hovdessert (beräknat)  
1762 Brylépudding (beräknat)  
1764 Chokladpudding (beräknat)  
1765 Chokladpudding m vispad grädde (beräknat)  
1766 Chokladmousse (beräknat)  
1767 Ananas- och citronfromage (beräknat)  
1768 Chokladsås (beräknat)  
1771 Vaniljsås mjölk kaffegrädde (beräknat)  
1772 Ostkaka 9% fett  
1773 Ostkaka lätt osockrad 3% fett  
1775 Citronfromage  
1776 Vaniljsås m havre 11% fett Oatly  
1778 Glassås choklad, Ohoj  
1779 Glassås frukt, Ohoj  
1780 Äppelpaj m botten o lock  
1781 Rabarberpaj (beräknat)  
1782 Äppelpaj (beräknat)  
1785 Mannagrynskaka el mannagrynspudding (beräknat)  
1786 Äppelsmulpaj (beräknat)  
1788 Katrinplommonsufflé (beräknat)  
1789 Friterad äppelpaj  
1790 Friterad banan (beräknat)  
1792 Friterad banan m glass restaurang  
1793 Apelsinmarmelad

1796 Apelsinmarmelad lättsockrad  
1797 Marmelad aprikos björnbär jordgubbar  
1798 Lingonsylt  
1800 Lingonsylt osötad  
1801 Jordgubbssylt  
1802 Björnbärssylt  
1803 Blåbärssylt  
1804 Hallonsylt  
1805 Hjortronsylt  
1806 Krusbärssylt  
1808 Körsbärssylt  
1809 Äppelmos  
1810 Äppelmos lättsockrat  
1811 Äppelmos osötat el m sötmedel u energi  
1812 Cumberlandsås (beräknat)  
1813 Sylt mos marmelad lättsockrade ospec (beräknat)  
1818 Saft lättsockrad drickf  
1820 Saft röd drickf  
1828 Läsk m kolsyra  
1829 Coladryck  
1830 Lightläsk  
1831 Cola light  
1832 Sportdryck drickf  
1834 Saft sötad m sorbitol drickf (beräknat)  
1839 Måltidsdricka äpple lingon berik drickf  
1844 Sorbet  
1845 Saftis  
1847 Chokladdryck Pucko  
1860 Nöt- och chokladkräm Nutella  
1861 Choklad u tillsatt socker  
1864 Karameller syrliga  
1869 Polkagrisar  
1870 Tuggummi  
1879 Chokladboll med kokos  
1880 Mums-mums  
1884 Tuggummi sockerfritt  
1888 Chokladbollar (beräknat)  
1891 Måltidsersättning chokladsmak pulver Nutrilett Intensiv  
1892 Socker  
1899 Sorbitol m sackarin  
1901 Öl lättöl 2,3 vol. %  
1903 Cider 1 vol. %  
1904 Vitt vin 1 vol. %  
1906 Öl starköl el exportöl 5,6 vol. %  
1916 Sherry halvtorr 17 vol. %  
1921 Konjak el brandy 40 vol. %  
1926 Whisky 40 vol. %  
1929 Irish coffee (beräknat)  
1949 Sodavatten  
1950 Vichyvatten  
1951 Mineralvatten  
1952 Mineralvatten m tillsatt kalium  
1953 Kranvatten  
1956 Snabbkaffe drickf  
1958 Bryggt kaffe espresso drickf  
1959 Snabbkaffe koffeinfritt drickf

1960 Tepulver  
1962 Te bryggt  
1963 Örtte drickf  
1964 Nyponte m svarta vinbär drickf  
1965 Ättiksprit ättiksyra 12 %  
1966 Vinäger ättiksyra 7 %  
1967 Äppelcidervinäger ättiksyra 7 %  
1968 Chilisås tomat  
1969 Ketchup tomat  
1970 HP-sås  
1971 Grillsås  
1972 Senap svensk  
1973 Senap fransk  
1974 Sötsur sås  
1998 Brunsås pulver tillagad m mjölk vatten  
1999 Gräddsås pulver tillagad m mjölk vatten smör  
2004 Pestosås m basilika pinjenötter cashewnötter  
2007 Sweet chili sås  
2009 Pastasås olika märken  
2010 Sweet&sour sås Uncle Ben  
2011 Orientalisk sås Uncle Ben  
2012 Teriyakisås japansk sås  
2033 Frukostflingor frukt olja: F-müsli banan  
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 fett 15%  
2043 Creme Fraiche fett 13%, olika smaker  
2044 Creme Fraiche fett 28% smaksatt  
2045 Frukostost 13% (Kavli berikad +ABCDE)  
2046 Mini Fraiche 5% fett  
2047 Milko greve 13% fett smältost  
2048 Fjällfil fett 4,2% naturell  
2049 Fjällyoghurt fett 3,6 % , olika smaksättningar  
2050 Fettfri majonnäs fett < 0.5%  
2051 Vit choklad  
2052 Mörk choklad, >70 % kakao  
2064 Falafel, kikärtskroetter frysta  
2068 Vegetarisk färs, sojaprotein, fryst  
2070 Gräddersättning m soja fett 17% Alpro soya Cuisine  
2073 Jordnötssås (beräknat)  
2075 Kall sås skola coleslaw (beräknat)  
2076 Chilisås söt (beräknat)  
2079 Äggnudlar kokta m salt (beräknat)  
2085 Potatisgratäng med gräddmjölk (beräknat)  
2086 Crème Fraiche gourmet Bearnaise Saffran&tomat fett 27 % (beräknat)  
2096 Flygande Jakob Kyckling bacon jordnötter banan (beräknat)  
2097 Prinskorv stekt (beräknat)  
2098 Skinkröra (beräknat)  
2099 Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)  
2101 Stekt nötfärs (beräknat)  
2104 Carbonara (beräknat)  
2106 Fiskthaugryta, lax (beräknat)

2107 Skagenröra (beräknat)  
2123 Havregrynsgröt på fiberhavregryn (beräknat)  
2125 Risnudlar kokta m salt (beräknat)  
2127 Välling majs (beräknat)  
2138 Kebabpizza (beräknat)  
2144 Tzatziki (beräknat)  
2161 Champinjoner stekta utan fett (beräknat)  
2162 Palsternacka kokt (beräknat)  
2164 Fänkål kokt (beräknat)  
2184 Ostkaka 7% fett  
2190 Bordsmargarin Bregott fett 75% berikad  
2205 Ägg kokt (beräknat)  
2220 Pasta glutenfri okokt  
2221 Fusilli / lasagneplattor glutenfri okokt  
2222 Pepparkakor glutenfria  
2223 Digestivekex glutenfria  
2224 Chokladkakor glutenfria  
2225 Glutenfritt hårt bröd ca 7,5% fibrer typ Grovknäcke  
2226 Tagliatelle äggpasta glutenfritt okokt  
2228 Bearnaisesås fett 8% Kelda  
2229 Klassisk gräddsås fett 6% Kelda  
2230 Ostsås fett 8% Kelda  
2231 Bearnaise sås fett 44% Spisa Rydbergs  
2232 Rödvin sås fett 1,5% Spisa Rydbergs  
2233 Kebabasås vit fett 30% Rydbergs  
2234 Svamp sås fett 8,5% Spisa Rydbergs  
2235 Café de Paris sås fett 39% Spisa Rydbergs  
2236 Varmkorv fett 7% Må gott  
2237 Prinskorv fett 8% Må gott  
2238 Chorizo fett 9% Må gott  
2239 Lättkorv fett 7% Må gott  
2240 Salami fett 9% Må gott  
2241 Kokt medwurst fett 7% Må gott  
2402 Bordsmargarin Carlshamn Runda Bords fett 60% berikad  
2413 Lammrygg lammhals kokt (beräknat)  
2470 Flytande margarin Mjuka Milda fett 80% berikad  
2475 Basmatiris okokt  
2478 Råris långkornigt okokt  
2479 Grötris 5-25 min koktid okokt  
2481 Ris långkornigt okokt  
2482 Ris långkornigt parboiled okokt  
2483 Snabbris 1% salt okokt  
2484 Snabbris okokt  
2485 Grötris rundkornigt 1 timmes koktid okokt  
2490 Bordsmargarin Becel Gold fett 70% berikad  
2492 Köttfärs blandfärs (70% nöt 30% gris) (beräknat)  
2499 Köttfärs blandfärs (50% nöt 50% gris) (beräknat)  
2506 Döner kebab (beräknat)  
2513 Basmatiris kokt (beräknat)  
2514 Jasminris kokt (beräknat)  
2515 Ris långkornigt kokt (beräknat)  
2516 Ris långkornigt parboiled kokt (beräknat)  
2517 Råris långkornigt kokt (beräknat)  
2518 Snabbris 1% salt, kokt (beräknat)  
2519 Snabbris kokt (beräknat)  
2520 Tagliatelle äggpasta glutenfritt kokt (beräknat)

2521 Pasta glutenfri kokt (beräknat)  
2524 Mjölksås till moussaka (beräknat)  
2547 Gröna ärter kokta (beräknat)  
2552 Älghögre  
2555 Älgryggbiff tjur  
2557 Tacoskal  
3136 Bulgur kokt (beräknat)  
3323 Älgfärs  
3324 Älg ytterlår  
3433 Linfröolja  
3518 Quinoa röd kokt m salt