

**Version 20110621**

Vitamin C, folat, karotenoider och vitamin K är analyserat i bär och samtliga bärvärden uppdaterade. Några nya bärsorter har även tillkommit: aronia, havtorn och vita vinbär.

**Version 20110307**

Livsmedelsdatabasen har nu bland annat fått en funktion för att sortera livsmedel efter innehåll av näringsämnen. Söket via livsmedelsgrupper är också ändrat, livsmedelsgrupperna som finns att söka på är inte Livsmedelsverkets egen gruppering utan utgår nu från den Europeiska livsmedelsgrupperingen LanguaL.

**Version 20110214**

Innehållet av mineraler och metaller har uppdaterats i framförallt vissa grönsaker. Det är små korrigeringar men eftersom grönsakerna ingår i många recept har mineralinnehållet i recepten också uppdaterats.

**Livsmedel med näringsvärdesförändring**

version 101228

22 Sesamsås (beräknat)	Aska	1,2
22 Sesamsås (beräknat)	Vatten	76,8
22 Sesamsås (beräknat)	Fosfor	70
22 Sesamsås (beräknat)	Järn	0,53
22 Sesamsås (beräknat)	Kalcium	91
22 Sesamsås (beräknat)	Kalium	148
22 Sesamsås (beräknat)	Natrium	250
54 Grönsaksmajonnäs (beräknat)	Aska	0,9
54 Grönsaksmajonnäs (beräknat)	Vatten	69,8
54 Grönsaksmajonnäs (beräknat)	Fosfor	39
54 Grönsaksmajonnäs (beräknat)	Kalcium	23
54 Grönsaksmajonnäs (beräknat)	Kalium	104
54 Grönsaksmajonnäs (beräknat)	Natrium	263
55 Mimosasallad (beräknat)	Aska	0,6
55 Mimosasallad (beräknat)	Vatten	74,2
55 Mimosasallad (beräknat)	Fosfor	56
55 Mimosasallad (beräknat)	Kalcium	31
55 Mimosasallad (beräknat)	Kalium	200
55 Mimosasallad (beräknat)	Natrium	45
56 Rödbetssallad mager (beräknat)	Aska	0,7
56 Rödbetssallad mager (beräknat)	Vatten	83,2
56 Rödbetssallad mager (beräknat)	Fosfor	30
56 Rödbetssallad mager (beräknat)	Järn	0,43
56 Rödbetssallad mager (beräknat)	Kalcium	30
56 Rödbetssallad mager (beräknat)	Kalium	150
56 Rödbetssallad mager (beräknat)	Natrium	210
57 Skaldjurssallad m majonnäs dressing (beräknat)	Aska	1,6
57 Skaldjurssallad m majonnäs dressing (beräknat)	Vatten	79,3
57 Skaldjurssallad m majonnäs dressing (beräknat)	Fosfor	118
57 Skaldjurssallad m majonnäs dressing (beräknat)	Järn	1,5
57 Skaldjurssallad m majonnäs dressing (beräknat)	Kalcium	51
57 Skaldjurssallad m majonnäs dressing (beräknat)	Kalium	181
57 Skaldjurssallad m majonnäs dressing (beräknat)	Natrium	344
58 Bearnaisesås (beräknat)	Aska	1,1
58 Bearnaisesås (beräknat)	Vatten	51
58 Bearnaisesås (beräknat)	Fosfor	84
58 Bearnaisesås (beräknat)	Järn	0,59
58 Bearnaisesås (beräknat)	Kalcium	29
58 Bearnaisesås (beräknat)	Kalium	47
58 Bearnaisesås (beräknat)	Natrium	292
257 Janssons frestelse kaffegrädde mjölk (beräknat)	Aska	2,6
257 Janssons frestelse kaffegrädde mjölk (beräknat)	Vatten	72,2
257 Janssons frestelse kaffegrädde mjölk (beräknat)	Fosfor	76
257 Janssons frestelse kaffegrädde mjölk (beräknat)	Järn	0,31
257 Janssons frestelse kaffegrädde mjölk (beräknat)	Kalcium	48
257 Janssons frestelse kaffegrädde mjölk (beräknat)	Kalium	310
257 Janssons frestelse kaffegrädde mjölk (beräknat)	Natrium	536

## Nya livsmedel

- 896 Gula ärter kokta m salt (beräknat)
- 1099 Kycklingburgare ca 7% fett rå fryst
- 1523 Bacon magert gris rökt stekt (beräknat)
- 3786 Dinkel
- 3845 Dinkel speltvete kokt (beräknat)
- 4456 Havtorn
- 4583 Fläskfärs gris fett 15 % (beräknat)
- 4588 Aronia
- 4589 Vita vinbär
- 4591 Ris rundkornigt kokt (beräknat)

## Borttagna livsmedel

- 1187 Grillad kyckling m skinn- (beräknat)
- 3721 Kopia av Biff ryggbiff nöt stekt 2009-09-08 14:35:25 (beräknat)

## Livsmedel med näringsvärdesförändring

21 Majonnäs fett 90% (beräknat)	Energi (kJ)	3346	3346
21 Majonnäs fett 90% (beräknat)	Energi (kca	800	800
26 Dressing vinägrett m vatten fett 45% (beräkna: Summa mä		3,1	2,9
26 Dressing vinägrett m vatten fett 45% (beräkna: Summa enl		26,6	25,5
26 Dressing vinägrett m vatten fett 45% (beräkna: Summa flei		13,7	13,1
26 Dressing vinägrett m vatten fett 45% (beräkna: Fettsyra 4:(		0	0
26 Dressing vinägrett m vatten fett 45% (beräkna: Fettsyra 16		1,9	1,8
26 Dressing vinägrett m vatten fett 45% (beräkna: Fettsyra 18		0,7	0,7
26 Dressing vinägrett m vatten fett 45% (beräkna: Fettsyra 20		0,3	0,2
26 Dressing vinägrett m vatten fett 45% (beräkna: Fettsyra 16		0,1	0,1
26 Dressing vinägrett m vatten fett 45% (beräkna: Fettsyra 18		25,3	24,2
26 Dressing vinägrett m vatten fett 45% (beräkna: Fettsyra 18		8,8	8,4
26 Dressing vinägrett m vatten fett 45% (beräkna: Fettsyra 18		4,9	4,7
26 Dressing vinägrett m vatten fett 45% (beräkna: Monosacke		0,5	0,4
26 Dressing vinägrett m vatten fett 45% (beräkna: Disackaride		0,8	0,8
26 Dressing vinägrett m vatten fett 45% (beräkna: Sackaros		0,8	0,8
26 Dressing vinägrett m vatten fett 45% (beräkna: Energi (kJ)		1755	1672
26 Dressing vinägrett m vatten fett 45% (beräkna: Energi (kca		420	400
26 Dressing vinägrett m vatten fett 45% (beräkna: Aska		3,7	1,9
26 Dressing vinägrett m vatten fett 45% (beräkna: Vatten		46,4	50,8
26 Dressing vinägrett m vatten fett 45% (beräkna: Kolhydrate		3,8	3,2
26 Dressing vinägrett m vatten fett 45% (beräkna: Protein		0,6	0,5
26 Dressing vinägrett m vatten fett 45% (beräkna: Fibrer		0,1	0,1
26 Dressing vinägrett m vatten fett 45% (beräkna: Fett		45,4	43,4
26 Dressing vinägrett m vatten fett 45% (beräkna: Fosfor		26	22
26 Dressing vinägrett m vatten fett 45% (beräkna: Jod		175	84
26 Dressing vinägrett m vatten fett 45% (beräkna: Järn		0,33	0,27
26 Dressing vinägrett m vatten fett 45% (beräkna: Kalcium		18	14
26 Dressing vinägrett m vatten fett 45% (beräkna: Kalium		42	35
26 Dressing vinägrett m vatten fett 45% (beräkna: Magnesium		17	15
26 Dressing vinägrett m vatten fett 45% (beräkna: Natrium		1450	725
26 Dressing vinägrett m vatten fett 45% (beräkna: Selen		0,5	0,5
26 Dressing vinägrett m vatten fett 45% (beräkna: Zink		0,09	0,08
26 Dressing vinägrett m vatten fett 45% (beräkna: Vitamin E		10,46	10,01

26 Dressing vinägrett m vatten fett 45% (beräkna: Tiamin	0,01	0,01
26 Dressing vinägrett m vatten fett 45% (beräkna: Riboflavin	0,02	0,02
26 Dressing vinägrett m vatten fett 45% (beräkna: Niacinekviv	0,1	0,1
26 Dressing vinägrett m vatten fett 45% (beräkna: Vitamin B6	0	0
26 Dressing vinägrett m vatten fett 45% (beräkna: Salt	3,6	1,8
28 Lättmargarin fett 40% berikad typ Lätt & lagon Energi (kJ)	1548	1497
28 Lättmargarin fett 40% berikad typ Lätt & lagon Energi (kca	370	358
28 Lättmargarin fett 40% berikad typ Lätt & lagon Retinolekvi	900	
28 Lättmargarin fett 40% berikad typ Lätt & lagon Niacinekviv	0,8	0,1
55 Mimosasallad (beräknat) Energi (kJ)	650	651
55 Mimosasallad (beräknat) Energi (kca	155	156
58 Bearnaisesås (beräknat) Summa mä	5,4	5,3
58 Bearnaisesås (beräknat) Summa enl	24,9	24,7
58 Bearnaisesås (beräknat) Summa flei	12	11,9
58 Bearnaisesås (beräknat) Fettsyra 12	0,1	0,1
58 Bearnaisesås (beräknat) Fettsyra 14	0,1	0,1
58 Bearnaisesås (beräknat) Fettsyra 16	2,6	2,6
58 Bearnaisesås (beräknat) Fettsyra 18	1,2	1,2
58 Bearnaisesås (beräknat) Fettsyra 16	0,1	0,1
58 Bearnaisesås (beräknat) Fettsyra 18	24,5	24,3
58 Bearnaisesås (beräknat) Fettsyra 18	8	7,9
58 Bearnaisesås (beräknat) Fettsyra 18	3,4	3,3
58 Bearnaisesås (beräknat) Fettsyra 20	0,1	0,1
58 Bearnaisesås (beräknat) DHA (Fetts'	0	0
58 Bearnaisesås (beräknat) Summa tra	0,3	0,3
58 Bearnaisesås (beräknat) Kolesterol	145,9	144,7
58 Bearnaisesås (beräknat) Monosacke	0,3	0,3
58 Bearnaisesås (beräknat) Disackaride	0,1	0,1
58 Bearnaisesås (beräknat) Sackaros	0,1	0,1
58 Bearnaisesås (beräknat) Energi (kJ)	1665	1653
58 Bearnaisesås (beräknat) Energi (kca	398	395
58 Bearnaisesås (beräknat) Aska	1,1	1,1
58 Bearnaisesås (beräknat) Vatten	50,8	51,2
58 Bearnaisesås (beräknat) Avfall (skal	0	0
58 Bearnaisesås (beräknat) Kolhydrat	1,8	1,8
58 Bearnaisesås (beräknat) Protein	2,4	2,4
58 Bearnaisesås (beräknat) Fibrer	0,1	0,1
58 Bearnaisesås (beräknat) Fett	43,1	42,7
58 Bearnaisesås (beräknat) Fosfor	84	83
58 Bearnaisesås (beräknat) Jod	11	11
58 Bearnaisesås (beräknat) Järn	0,59	0,58
58 Bearnaisesås (beräknat) Kalcium	28	28
58 Bearnaisesås (beräknat) Kalium	46	43
58 Bearnaisesås (beräknat) Magnesium	6	6
58 Bearnaisesås (beräknat) Natrium	292	289
58 Bearnaisesås (beräknat) Selen	8,6	8,6
58 Bearnaisesås (beräknat) Zink	0,54	0,53
58 Bearnaisesås (beräknat) Retinolekvi	486	482
58 Bearnaisesås (beräknat) Retinol	103	102
58 Bearnaisesås (beräknat) Vitamin D	5,29	5,24

58 Bearnaisesås (beräknat)	Vitamin E	10,9	10,81
58 Bearnaisesås (beräknat)	β-Karoten	59	59
58 Bearnaisesås (beräknat)	Vitamin K	12	12
58 Bearnaisesås (beräknat)	Tiamin	0,03	0,03
58 Bearnaisesås (beräknat)	Riboflavin	0,07	0,07
58 Bearnaisesås (beräknat)	Vitamin C	1	1
58 Bearnaisesås (beräknat)	Niacin	0	0
58 Bearnaisesås (beräknat)	Niacinekviv	0,6	0,6
58 Bearnaisesås (beräknat)	Vitamin B1	0,37	0,37
58 Bearnaisesås (beräknat)	Vitamin B6	0,02	0,02
58 Bearnaisesås (beräknat)	Folat	27	27
58 Bearnaisesås (beräknat)	Summa n-3	0,1	0,1
58 Bearnaisesås (beräknat)	Summa n-6	0,6	0,5
58 Bearnaisesås (beräknat)	Salt	0,7	0,7
59 Hollandaisesås (beräknat)	Summa mä	6,5	6,4
59 Hollandaisesås (beräknat)	Summa enl	30,2	29,8
59 Hollandaisesås (beräknat)	Summa flei	14,5	14,3
59 Hollandaisesås (beräknat)	Fettsyra 12	0,1	0,1
59 Hollandaisesås (beräknat)	Fettsyra 14	0,1	0,1
59 Hollandaisesås (beräknat)	Fettsyra 16	3,2	3,1
59 Hollandaisesås (beräknat)	Fettsyra 18	1,5	1,5
59 Hollandaisesås (beräknat)	Fettsyra 16	0,1	0,1
59 Hollandaisesås (beräknat)	Fettsyra 18	29,7	29,3
59 Hollandaisesås (beräknat)	Fettsyra 18	9,7	9,6
59 Hollandaisesås (beräknat)	Fettsyra 18	4,1	4
59 Hollandaisesås (beräknat)	Fettsyra 20	0,1	0,1
59 Hollandaisesås (beräknat)	DHA (Fettsy	0,1	0,1
59 Hollandaisesås (beräknat)	Summa tra	0,3	0,3
59 Hollandaisesås (beräknat)	Kolesterol	177,1	174,8
59 Hollandaisesås (beräknat)	Monosacke	0,1	0,1
59 Hollandaisesås (beräknat)	Disackaride	0,1	0,1
59 Hollandaisesås (beräknat)	Sackaros	0	0
59 Hollandaisesås (beräknat)	Energi (kJ)	1994	1970
59 Hollandaisesås (beräknat)	Energi (kca	477	471
59 Hollandaisesås (beräknat)	Aska	1,7	1,7
59 Hollandaisesås (beräknat)	Vatten	41,7	42,5
59 Hollandaisesås (beräknat)	Kolhydrate	0,8	0,8
59 Hollandaisesås (beräknat)	Protein	2,8	2,8
59 Hollandaisesås (beräknat)	Fett	52,3	51,6
59 Hollandaisesås (beräknat)	Fosfor	94	92
59 Hollandaisesås (beräknat)	Jod	35	34
59 Hollandaisesås (beräknat)	Järn	0,58	0,57
59 Hollandaisesås (beräknat)	Kalcium	27	27
59 Hollandaisesås (beräknat)	Kalium	25	23
59 Hollandaisesås (beräknat)	Magnesium	3	3
59 Hollandaisesås (beräknat)	Natrium	518	511
59 Hollandaisesås (beräknat)	Selen	10,5	10,4
59 Hollandaisesås (beräknat)	Zink	0,61	0,6
59 Hollandaisesås (beräknat)	Retinolekvi	584	577
59 Hollandaisesås (beräknat)	Retinol	125	124

59 Hollandaisesås (beräknat)	Vitamin D	6,42	6,34
59 Hollandaisesås (beräknat)	Vitamin E	13,18	13,01
59 Hollandaisesås (beräknat)	β-Karoten	1	1
59 Hollandaisesås (beräknat)	Vitamin K	14	14
59 Hollandaisesås (beräknat)	Tiamin	0,04	0,04
59 Hollandaisesås (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
59 Hollandaisesås (beräknat)	Vitamin C	1	1
59 Hollandaisesås (beräknat)	Niacin	0	0
59 Hollandaisesås (beräknat)	Niacinekviv	0,7	0,7
59 Hollandaisesås (beräknat)	Vitamin B1	0,62	0,62
59 Hollandaisesås (beräknat)	Vitamin B6	0,04	0,04
59 Hollandaisesås (beräknat)	Folat	31	30
59 Hollandaisesås (beräknat)	Summa n-3	0,1	0,1
59 Hollandaisesås (beräknat)	Summa n-6	0,7	0,7
59 Hollandaisesås (beräknat)	Salt	1,3	1,3
110 Camembert vitmögelist friterad (beräknat)	Summa mä	11,7	12,6
110 Camembert vitmögelist friterad (beräknat)	Summa enl	6,1	6,3
110 Camembert vitmögelist friterad (beräknat)	Summa flei	3,3	1,1
110 Camembert vitmögelist friterad (beräknat)	Fettsyra 4:(	1,4	1,3
110 Camembert vitmögelist friterad (beräknat)	Fettsyra 12	0,5	0,5
110 Camembert vitmögelist friterad (beräknat)	Fettsyra 14	1,7	1,7
110 Camembert vitmögelist friterad (beräknat)	Fettsyra 16	5,5	6,6
110 Camembert vitmögelist friterad (beräknat)	Fettsyra 18	2,1	2
110 Camembert vitmögelist friterad (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
110 Camembert vitmögelist friterad (beräknat)	Fettsyra 16	0,3	0,3
110 Camembert vitmögelist friterad (beräknat)	Fettsyra 18	5,5	5,7
110 Camembert vitmögelist friterad (beräknat)	Fettsyra 18	2,8	1
110 Camembert vitmögelist friterad (beräknat)	Fettsyra 18	0,4	0,1
110 Camembert vitmögelist friterad (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
110 Camembert vitmögelist friterad (beräknat)	DHA (Fetts'	0	0
110 Camembert vitmögelist friterad (beräknat)	Summa tra	0	0
110 Camembert vitmögelist friterad (beräknat)	Kolesterol	113,5	107,8
110 Camembert vitmögelist friterad (beräknat)	Monosacke	0,2	0,2
110 Camembert vitmögelist friterad (beräknat)	Disackaride	0,3	0,3
110 Camembert vitmögelist friterad (beräknat)	Sackaros	0	0
110 Camembert vitmögelist friterad (beräknat)	Energi (kJ)	1377	1309
110 Camembert vitmögelist friterad (beräknat)	Energi (kca	329	313
110 Camembert vitmögelist friterad (beräknat)	Aska	2,7	2,5
110 Camembert vitmögelist friterad (beräknat)	Vatten	42,9	45,7
110 Camembert vitmögelist friterad (beräknat)	Avfall (skal	2	2
110 Camembert vitmögelist friterad (beräknat)	Kolhydrat	11,5	11
110 Camembert vitmögelist friterad (beräknat)	Protein	19,4	18,4
110 Camembert vitmögelist friterad (beräknat)	Fibrer	0,5	0,5
110 Camembert vitmögelist friterad (beräknat)	Fett	22,9	21,8
110 Camembert vitmögelist friterad (beräknat)	Fosfor	324	307
110 Camembert vitmögelist friterad (beräknat)	Jod	6	5
110 Camembert vitmögelist friterad (beräknat)	Järn	0,67	0,63
110 Camembert vitmögelist friterad (beräknat)	Kalcium	534	507
110 Camembert vitmögelist friterad (beräknat)	Kalium	186	177
110 Camembert vitmögelist friterad (beräknat)	Magnesium	22	21

110 Camembert vitmögelist friterad (beräknat)	Natrium	484	459
110 Camembert vitmögelist friterad (beräknat)	Selen	8,4	8
110 Camembert vitmögelist friterad (beräknat)	Zink	2,13	2,02
110 Camembert vitmögelist friterad (beräknat)	Retinolekvi	243	193
110 Camembert vitmögelist friterad (beräknat)	Retinol	237	188
110 Camembert vitmögelist friterad (beräknat)	Vitamin D	0,7	0,36
110 Camembert vitmögelist friterad (beräknat)	Vitamin E	1,95	2,06
110 Camembert vitmögelist friterad (beräknat)	β-Karoten	72	68
110 Camembert vitmögelist friterad (beräknat)	Vitamin K	6	6
110 Camembert vitmögelist friterad (beräknat)	Tiamin	0,09	0,09
110 Camembert vitmögelist friterad (beräknat)	Riboflavin	0,38	0,36
110 Camembert vitmögelist friterad (beräknat)	Vitamin C	0	0
110 Camembert vitmögelist friterad (beräknat)	Niacin	1,8	1,7
110 Camembert vitmögelist friterad (beräknat)	Niacinekviv	6,3	6
110 Camembert vitmögelist friterad (beräknat)	Vitamin B1	0,9	0,86
110 Camembert vitmögelist friterad (beräknat)	Vitamin B6	0,21	0,2
110 Camembert vitmögelist friterad (beräknat)	Folat	46	44
110 Camembert vitmögelist friterad (beräknat)	Summa n-3	0	0
110 Camembert vitmögelist friterad (beräknat)	Summa n-6	0,2	0,2
110 Camembert vitmögelist friterad (beräknat)	Fullkorn to	1	1
110 Camembert vitmögelist friterad (beräknat)	Salt	1,2	1,1
160 Smoothie m bär yoghurt banan juice (beräknat Summa mä		0,9	0,9
160 Smoothie m bär yoghurt banan juice (beräknat Summa enl		0,3	0,3
160 Smoothie m bär yoghurt banan juice (beräknat Summa flei		0,1	0,1
160 Smoothie m bär yoghurt banan juice (beräknat Fettsyra 4:t		0,1	0,1
160 Smoothie m bär yoghurt banan juice (beräknat Fettsyra 12		0	0
160 Smoothie m bär yoghurt banan juice (beräknat Fettsyra 14		0,1	0,1
160 Smoothie m bär yoghurt banan juice (beräknat Fettsyra 16		0,4	0,4
160 Smoothie m bär yoghurt banan juice (beräknat Fettsyra 18		0,1	0,1
160 Smoothie m bär yoghurt banan juice (beräknat Fettsyra 16		0	0
160 Smoothie m bär yoghurt banan juice (beräknat Fettsyra 18		0,3	0,3
160 Smoothie m bär yoghurt banan juice (beräknat Fettsyra 18		0	0
160 Smoothie m bär yoghurt banan juice (beräknat Fettsyra 18		0	0
160 Smoothie m bär yoghurt banan juice (beräknat Kolesterol		4,5	4,7
160 Smoothie m bär yoghurt banan juice (beräknat Monosacke		5,1	5,2
160 Smoothie m bär yoghurt banan juice (beräknat Disackaride		10,5	6,8
160 Smoothie m bär yoghurt banan juice (beräknat Sackaros		8,2	4,4
160 Smoothie m bär yoghurt banan juice (beräknat Energi (kJ)		420	365
160 Smoothie m bär yoghurt banan juice (beräknat Energi (kca		100	87
160 Smoothie m bär yoghurt banan juice (beräknat Aska		0,7	0,8
160 Smoothie m bär yoghurt banan juice (beräknat Vatten		75,8	79
160 Smoothie m bär yoghurt banan juice (beräknat Avfall (skal		8	8
160 Smoothie m bär yoghurt banan juice (beräknat Kolhydrate		18,6	15,1
160 Smoothie m bär yoghurt banan juice (beräknat Protein		2,7	2,9
160 Smoothie m bär yoghurt banan juice (beräknat Fibrer		0,7	0,8
160 Smoothie m bär yoghurt banan juice (beräknat Fett		1,4	1,4
160 Smoothie m bär yoghurt banan juice (beräknat Fosfor		72	75
160 Smoothie m bär yoghurt banan juice (beräknat Jod		0	0
160 Smoothie m bär yoghurt banan juice (beräknat Järn		0,2	0,21
160 Smoothie m bär yoghurt banan juice (beräknat Kalcium		87	90

160 Smoothie m bär yoghurt banan juice (beräknat Kalium	220	228	
160 Smoothie m bär yoghurt banan juice (beräknat Magnesium	17	18	
160 Smoothie m bär yoghurt banan juice (beräknat Natrium	31	32	
160 Smoothie m bär yoghurt banan juice (beräknat Selen	1,3	1,3	
160 Smoothie m bär yoghurt banan juice (beräknat Zink	0,4	0,42	
160 Smoothie m bär yoghurt banan juice (beräknat Retinolekvi	19	20	
160 Smoothie m bär yoghurt banan juice (beräknat Retinol	18	18	
160 Smoothie m bär yoghurt banan juice (beräknat Vitamin D	0,08	0,08	
160 Smoothie m bär yoghurt banan juice (beräknat Vitamin E	0,23	0,24	
160 Smoothie m bär yoghurt banan juice (beräknat $\beta$ -Karoten	13	14	
160 Smoothie m bär yoghurt banan juice (beräknat Vitamin K		1	
160 Smoothie m bär yoghurt banan juice (beräknat Tiamin	0,04	0,04	
160 Smoothie m bär yoghurt banan juice (beräknat Riboflavin	0,13	0,13	
160 Smoothie m bär yoghurt banan juice (beräknat Vitamin C	4	5	
160 Smoothie m bär yoghurt banan juice (beräknat Niacin	0,2	0,2	
160 Smoothie m bär yoghurt banan juice (beräknat Niacinekviv	0,8	0,9	
160 Smoothie m bär yoghurt banan juice (beräknat Vitamin B1	0,2	0,2	
160 Smoothie m bär yoghurt banan juice (beräknat Vitamin B6	0,16	0,17	
160 Smoothie m bär yoghurt banan juice (beräknat Folat	16	17	
160 Smoothie m bär yoghurt banan juice (beräknat Salt	0,1	0,1	
229 Croissant fransk giffel (beräknat)	Summa mä	4,6	4,6
229 Croissant fransk giffel (beräknat)	Summa enl	4,4	4,4
229 Croissant fransk giffel (beräknat)	Summa flei	2,9	2,9
229 Croissant fransk giffel (beräknat)	Fettsyra 4:(	0	0
229 Croissant fransk giffel (beräknat)	Fettsyra 12	0,3	0,3
229 Croissant fransk giffel (beräknat)	Fettsyra 14	0,2	0,2
229 Croissant fransk giffel (beräknat)	Fettsyra 16	3,4	3,4
229 Croissant fransk giffel (beräknat)	Fettsyra 18	0,4	0,4
229 Croissant fransk giffel (beräknat)	Fettsyra 16	0	0
229 Croissant fransk giffel (beräknat)	Fettsyra 18	4,9	4,9
229 Croissant fransk giffel (beräknat)	Fettsyra 18	1,8	1,8
229 Croissant fransk giffel (beräknat)	Fettsyra 18	0,6	0,6
229 Croissant fransk giffel (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
229 Croissant fransk giffel (beräknat)	DHA (Fetts'	0	0
229 Croissant fransk giffel (beräknat)	Summa tra	0,1	0,1
229 Croissant fransk giffel (beräknat)	Kolesterol	18,7	18,6
229 Croissant fransk giffel (beräknat)	Monosacke	0,1	0,1
229 Croissant fransk giffel (beräknat)	Disackaride	0,8	0,8
229 Croissant fransk giffel (beräknat)	Sackaros	0,1	0,1
229 Croissant fransk giffel (beräknat)	Energi (kJ)	1254	1249
229 Croissant fransk giffel (beräknat)	Energi (kca	300	299
229 Croissant fransk giffel (beräknat)	Aska	1,4	1,4
229 Croissant fransk giffel (beräknat)	Vatten	38,6	38,9
229 Croissant fransk giffel (beräknat)	Avfall (skal	1	1
229 Croissant fransk giffel (beräknat)	Kolhydrate	39,4	39,3
229 Croissant fransk giffel (beräknat)	Protein	6,8	6,7
229 Croissant fransk giffel (beräknat)	Fibrer	1,4	1,4
229 Croissant fransk giffel (beräknat)	Fett	12,4	12,3
229 Croissant fransk giffel (beräknat)	Fosfor	94	94
229 Croissant fransk giffel (beräknat)	Jod	41	41



229 Croissant fransk giffel (beräknat)	Järn	1	0,99
229 Croissant fransk giffel (beräknat)	Kalcium	15	15
229 Croissant fransk giffel (beräknat)	Kalium	107	106
229 Croissant fransk giffel (beräknat)	Magnesium	18	18
229 Croissant fransk giffel (beräknat)	Natrium	397	395
229 Croissant fransk giffel (beräknat)	Selen	2,6	2,6
229 Croissant fransk giffel (beräknat)	Zink	0,74	0,74
229 Croissant fransk giffel (beräknat)	Retinolekvi	123	122
229 Croissant fransk giffel (beräknat)	Retinol	13	13
229 Croissant fransk giffel (beräknat)	Vitamin D	1,45	1,45
229 Croissant fransk giffel (beräknat)	Vitamin E	2,18	2,17
229 Croissant fransk giffel (beräknat)	Vitamin K	2	2
229 Croissant fransk giffel (beräknat)	Tiamin	0,24	0,24
229 Croissant fransk giffel (beräknat)	Riboflavin	0,17	0,17
229 Croissant fransk giffel (beräknat)	Vitamin C	1	1
229 Croissant fransk giffel (beräknat)	Niacin	2,7	2,7
229 Croissant fransk giffel (beräknat)	Niacinekviv	3,9	3,8
229 Croissant fransk giffel (beräknat)	Vitamin B1	0,07	0,07
229 Croissant fransk giffel (beräknat)	Vitamin B6	0,17	0,17
229 Croissant fransk giffel (beräknat)	Folat	68	67
229 Croissant fransk giffel (beräknat)	Summa n-3	0	0
229 Croissant fransk giffel (beräknat)	Summa n-6	0,1	0,1
229 Croissant fransk giffel (beräknat)	Salt	1	1
258 Laxpudding (beräknat)	Summa mä	1,3	1,2
258 Laxpudding (beräknat)	Summa enl	1,9	1,8
258 Laxpudding (beräknat)	Summa flei	0,9	0,9
258 Laxpudding (beräknat)	Fettsyra 4:(	0,1	0,1
258 Laxpudding (beräknat)	Fettsyra 12	0	0
258 Laxpudding (beräknat)	Fettsyra 14	0,1	0,1
258 Laxpudding (beräknat)	Fettsyra 16	0,8	0,7
258 Laxpudding (beräknat)	Fettsyra 18	0,2	0,2
258 Laxpudding (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
258 Laxpudding (beräknat)	Fettsyra 16	0,2	0,2
258 Laxpudding (beräknat)	Fettsyra 18	1,6	1,5
258 Laxpudding (beräknat)	Fettsyra 18	0,3	0,3
258 Laxpudding (beräknat)	Fettsyra 18	0,1	0,1
258 Laxpudding (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
258 Laxpudding (beräknat)	EPA (Fettsy	0,1	0,1
258 Laxpudding (beräknat)	DPA (Fettsy	0	0
258 Laxpudding (beräknat)	DHA (Fettsy	0,2	0,2
258 Laxpudding (beräknat)	Summa tra	0	0
258 Laxpudding (beräknat)	Kolesterol	60,8	58,6
258 Laxpudding (beräknat)	Monosacke	0,2	0,2
258 Laxpudding (beräknat)	Disackaride	1,4	1,4
258 Laxpudding (beräknat)	Sackaros	0,2	0,2
258 Laxpudding (beräknat)	Energi (kJ)	480	463
258 Laxpudding (beräknat)	Energi (kca	115	111
258 Laxpudding (beräknat)	Aska	2,1	2
258 Laxpudding (beräknat)	Vatten	74,2	75,1
258 Laxpudding (beräknat)	Avfall (skal	15	15

258 Laxpudding (beräknat)	Kolhydrat	9,9	9,5
258 Laxpudding (beräknat)	Protein	7,8	7,6
258 Laxpudding (beräknat)	Fibrer	1,2	1,2
258 Laxpudding (beräknat)	Fett	4,6	4,4
258 Laxpudding (beräknat)	Fosfor	114	110
258 Laxpudding (beräknat)	Jod	7	7
258 Laxpudding (beräknat)	Järn	0,37	0,36
258 Laxpudding (beräknat)	Kalcium	49	47
258 Laxpudding (beräknat)	Kalium	327	315
258 Laxpudding (beräknat)	Magnesium	22	21
258 Laxpudding (beräknat)	Natrium	456	440
258 Laxpudding (beräknat)	Selen	9,5	9,1
258 Laxpudding (beräknat)	Zink	0,52	0,5
258 Laxpudding (beräknat)	Retinolekvi	57	55
258 Laxpudding (beräknat)	Retinol	42	40
258 Laxpudding (beräknat)	Vitamin D	3,38	3,26
258 Laxpudding (beräknat)	Vitamin E	1,46	1,4
258 Laxpudding (beräknat)	β-Karoten	101	97
258 Laxpudding (beräknat)	Vitamin K	4	4
258 Laxpudding (beräknat)	Tiamin	0,09	0,08
258 Laxpudding (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
258 Laxpudding (beräknat)	Vitamin C	6	6
258 Laxpudding (beräknat)	Niacin	2,5	2,4
258 Laxpudding (beräknat)	Niacinekviv	4,1	4
258 Laxpudding (beräknat)	Vitamin B1	1,26	1,21
258 Laxpudding (beräknat)	Vitamin B6	0,26	0,25
258 Laxpudding (beräknat)	Folat	21	21
258 Laxpudding (beräknat)	Summa n-3	0	0
258 Laxpudding (beräknat)	Summa n-6	0,2	0,1
258 Laxpudding (beräknat)	Salt	1,1	1,1
259 Sillpudding (beräknat)	Summa mä	1,8	1,7
259 Sillpudding (beräknat)	Summa enl	2,9	2,8
259 Sillpudding (beräknat)	Summa flei	1,5	1,4
259 Sillpudding (beräknat)	Fettsyra 4:(	0,1	0,1
259 Sillpudding (beräknat)	Fettsyra 12	0	0
259 Sillpudding (beräknat)	Fettsyra 14	0,3	0,3
259 Sillpudding (beräknat)	Fettsyra 16	1	1
259 Sillpudding (beräknat)	Fettsyra 18	0,2	0,2
259 Sillpudding (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
259 Sillpudding (beräknat)	Fettsyra 16	0,2	0,2
259 Sillpudding (beräknat)	Fettsyra 18	1,9	1,8
259 Sillpudding (beräknat)	Fettsyra 18	0,5	0,5
259 Sillpudding (beräknat)	Fettsyra 18	0,2	0,2
259 Sillpudding (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
259 Sillpudding (beräknat)	EPA (Fettsy	0,2	0,2
259 Sillpudding (beräknat)	DPA (Fettsy	0	0
259 Sillpudding (beräknat)	DHA (Fettsy	0,3	0,3
259 Sillpudding (beräknat)	Summa tra	0	0
259 Sillpudding (beräknat)	Kolesterol	61,6	59,3
259 Sillpudding (beräknat)	Monosackä	0,5	0,4

259 Sillpudding (beräknat)	Disackaride	1,7	1,6
259 Sillpudding (beräknat)	Sackaros	0,4	0,3
259 Sillpudding (beräknat)	Energi (kJ)	542	522
259 Sillpudding (beräknat)	Energi (kca	130	125
259 Sillpudding (beräknat)	Aska	1,3	1,3
259 Sillpudding (beräknat)	Vatten	73,7	74,7
259 Sillpudding (beräknat)	Avfall (skal	12	11
259 Sillpudding (beräknat)	Kolhydrat	9,7	9,3
259 Sillpudding (beräknat)	Protein	6,8	6,6
259 Sillpudding (beräknat)	Fibrer	1,1	1,1
259 Sillpudding (beräknat)	Fett	6,8	6,6
259 Sillpudding (beräknat)	Fosfor	83	80
259 Sillpudding (beräknat)	Jod	8	7
259 Sillpudding (beräknat)	Järn	0,45	0,43
259 Sillpudding (beräknat)	Kalcium	47	45
259 Sillpudding (beräknat)	Kalium	260	250
259 Sillpudding (beräknat)	Magnesium	18	18
259 Sillpudding (beräknat)	Natrium	239	230
259 Sillpudding (beräknat)	Selen	7,8	7,5
259 Sillpudding (beräknat)	Zink	0,56	0,54
259 Sillpudding (beräknat)	Retinolekvi	52	50
259 Sillpudding (beräknat)	Retinol	38	37
259 Sillpudding (beräknat)	Vitamin D	1,38	1,33
259 Sillpudding (beräknat)	Vitamin E	1,3	1,25
259 Sillpudding (beräknat)	β-Karoten	7	7
259 Sillpudding (beräknat)	Vitamin K	4	4
259 Sillpudding (beräknat)	Tiamin	0,05	0,05
259 Sillpudding (beräknat)	Riboflavin	0,12	0,11
259 Sillpudding (beräknat)	Vitamin C	5	5
259 Sillpudding (beräknat)	Niacin	1,5	1,4
259 Sillpudding (beräknat)	Niacinekviv	2,9	2,7
259 Sillpudding (beräknat)	Vitamin B1	1,15	1,11
259 Sillpudding (beräknat)	Vitamin B6	0,11	0,11
259 Sillpudding (beräknat)	Folat	19	18
259 Sillpudding (beräknat)	Summa n-3	0	0
259 Sillpudding (beräknat)	Summa n-6	0,2	0,2
259 Sillpudding (beräknat)	Fullkorn to	0	0
259 Sillpudding (beräknat)	Salt	0,6	0,6
273 Potatisbullar (beräknat)	Summa mä	0,4	0,4
273 Potatisbullar (beräknat)	Summa enl	1,1	1,1
273 Potatisbullar (beräknat)	Summa flei	0,5	0,5
273 Potatisbullar (beräknat)	Fettsyra 12	0	0
273 Potatisbullar (beräknat)	Fettsyra 14	0	0
273 Potatisbullar (beräknat)	Fettsyra 16	0,3	0,3
273 Potatisbullar (beräknat)	Fettsyra 18	0,1	0,1
273 Potatisbullar (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
273 Potatisbullar (beräknat)	Fettsyra 16	0	0
273 Potatisbullar (beräknat)	Fettsyra 18	1,1	1
273 Potatisbullar (beräknat)	Fettsyra 18	0,3	0,3
273 Potatisbullar (beräknat)	Fettsyra 18	0,1	0,1

273 Potatisbullar (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
273 Potatisbullar (beräknat)	DHA (Fettsy	0	0
273 Potatisbullar (beräknat)	Summa tra	0	0
273 Potatisbullar (beräknat)	Kolesterol	35,1	34,4
273 Potatisbullar (beräknat)	Monosacke	0,1	0,1
273 Potatisbullar (beräknat)	Disackaride	0,3	0,3
273 Potatisbullar (beräknat)	Sackaros	0,3	0,3
273 Potatisbullar (beräknat)	Energi (kJ)	467	459
273 Potatisbullar (beräknat)	Energi (kca	112	110
273 Potatisbullar (beräknat)	Aska	1,9	1,9
273 Potatisbullar (beräknat)	Vatten	72,2	72,7
273 Potatisbullar (beräknat)	Avfall (skal	22	22
273 Potatisbullar (beräknat)	Kolhydrater	18	17,6
273 Potatisbullar (beräknat)	Protein	3,3	3,2
273 Potatisbullar (beräknat)	Fibrer	2,2	2,2
273 Potatisbullar (beräknat)	Fett	2,4	2,4
273 Potatisbullar (beräknat)	Fosfor	67	66
273 Potatisbullar (beräknat)	Jod	49	48
273 Potatisbullar (beräknat)	Järn	0,23	0,23
273 Potatisbullar (beräknat)	Kalcium	12	12
273 Potatisbullar (beräknat)	Kalium	385	378
273 Potatisbullar (beräknat)	Magnesium	24	24
273 Potatisbullar (beräknat)	Natrium	401	394
273 Potatisbullar (beräknat)	Selen	2,4	2,3
273 Potatisbullar (beräknat)	Zink	0,39	0,39
273 Potatisbullar (beräknat)	Retinolekvi	35	34
273 Potatisbullar (beräknat)	Retinol	24	24
273 Potatisbullar (beräknat)	Vitamin D	0,28	0,27
273 Potatisbullar (beräknat)	Vitamin E	0,91	0,89
273 Potatisbullar (beräknat)	β-Karoten	5	5
273 Potatisbullar (beräknat)	Vitamin K	4	4
273 Potatisbullar (beräknat)	Tiamin	0,05	0,05
273 Potatisbullar (beräknat)	Riboflavin	0,05	0,05
273 Potatisbullar (beräknat)	Vitamin C	5	4
273 Potatisbullar (beräknat)	Niacin	2	2
273 Potatisbullar (beräknat)	Niacinekviv	2,7	2,6
273 Potatisbullar (beräknat)	Vitamin B1	0,13	0,13
273 Potatisbullar (beräknat)	Vitamin B6	0,09	0,08
273 Potatisbullar (beräknat)	Folat	16	16
273 Potatisbullar (beräknat)	Summa n-3	0	0
273 Potatisbullar (beräknat)	Summa n-6	0,1	0,1
273 Potatisbullar (beräknat)	Fullkorn to	0	0
273 Potatisbullar (beräknat)	Salt	1	1
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Summa mä	0,9	0,9
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Summa enl	0,4	0,4
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Summa flei	0,1	0,1
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Fettsyra 4:(	0,1	0,1
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Fettsyra 12	0	0
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Fettsyra 14	0,1	0,1
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Fettsyra 16	0,4	0,4

304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Fettsyra 18	0,2	0,2
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Fettsyra 16	0	0
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Fettsyra 18	0,4	0,4
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Fettsyra 18	0,1	0,1
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Fettsyra 18	0	0
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	DHA (Fetts	0	0
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Summa tra	0	0
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Kolesterol	11,4	11,3
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Monosacke	1,4	1,4
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Disackaride	0,1	0,1
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Sackaros	0	0
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Energi (kJ)	205	203
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Energi (kca	49	48
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Aska	1,9	1,9
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Vatten	86,7	86,9
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Avfall (skal	14	14
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Kolhydrate	6,4	6,4
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Protein	1,4	1,3
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Fibrer	2	2
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Fett	1,5	1,5
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Fosfor	43	42
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Jod	10	10
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Järn	1,49	1,47
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Kalcium	17	17
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Kalium	260	217
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Magnesium	10	10
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Natrium	212	210
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Selen	0,6	0,6
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Zink	0,1	0,09
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Retinolekvi	20	19
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Retinol	15	15
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Vitamin D	0,04	0,04
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Vitamin E	0,32	0,32
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	β-Karoten	49	49
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Vitamin K	1	1
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Tiamin	0,06	0,06
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Riboflavin	0,05	0,05
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Vitamin C	7	7
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Niacin	1	1
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Niacinekviv	1,3	1,3
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Vitamin B1	0,04	0,03
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Vitamin B6	0,04	0,04
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Folat	10	10
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Summa n-3	0	0
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Summa n-6	0	0
304 Jordärtskockspuré (beräknat)	Salt	0,5	0,5
307 Morotssoppa (beräknat)	Summa mä	0,9	0,9
307 Morotssoppa (beräknat)	Summa enl	0,8	0,8

307 Morotssoppa (beräknat)	Summa flei	0,3	0,3
307 Morotssoppa (beräknat)	Fettsyra 4:(	0,1	0,1
307 Morotssoppa (beräknat)	Fettsyra 12	0	0
307 Morotssoppa (beräknat)	Fettsyra 14	0,1	0,1
307 Morotssoppa (beräknat)	Fettsyra 16	0,4	0,4
307 Morotssoppa (beräknat)	Fettsyra 18	0,2	0,2
307 Morotssoppa (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
307 Morotssoppa (beräknat)	Fettsyra 16	0	0
307 Morotssoppa (beräknat)	Fettsyra 18	0,7	0,7
307 Morotssoppa (beräknat)	Fettsyra 18	0,2	0,2
307 Morotssoppa (beräknat)	Fettsyra 18	0,1	0,1
307 Morotssoppa (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
307 Morotssoppa (beräknat)	DHA (Fetts'	0	0
307 Morotssoppa (beräknat)	Summa tra	0	0
307 Morotssoppa (beräknat)	Kolesterol	11,7	11,7
307 Morotssoppa (beräknat)	Monosacke	1,6	1,6
307 Morotssoppa (beräknat)	Disackaride	1,8	1,8
307 Morotssoppa (beräknat)	Sackaros	1,5	1,5
307 Morotssoppa (beräknat)	Energi (kJ)	181	180
307 Morotssoppa (beräknat)	Energi (kca	43	43
307 Morotssoppa (beräknat)	Aska	1,7	1,7
307 Morotssoppa (beräknat)	Vatten	90,4	90,5
307 Morotssoppa (beräknat)	Avfall (skal	6	6
307 Morotssoppa (beräknat)	Kolhydrate	4,6	4,6
307 Morotssoppa (beräknat)	Protein	0,9	0,9
307 Morotssoppa (beräknat)	Fibrer	1	1
307 Morotssoppa (beräknat)	Fett	2,1	2,1
307 Morotssoppa (beräknat)	Fosfor	23	23
307 Morotssoppa (beräknat)	Jod	40	40
307 Morotssoppa (beräknat)	Järn	0,19	0,19
307 Morotssoppa (beräknat)	Kalcium	21	21
307 Morotssoppa (beräknat)	Kalium	110	94
307 Morotssoppa (beräknat)	Magnesium	8	8
307 Morotssoppa (beräknat)	Natrium	470	468
307 Morotssoppa (beräknat)	Selen	0,9	0,9
307 Morotssoppa (beräknat)	Zink	0,18	0,18
307 Morotssoppa (beräknat)	Retinolekvi	287	286
307 Morotssoppa (beräknat)	Retinol	14	14
307 Morotssoppa (beräknat)	Vitamin D	0,12	0,12
307 Morotssoppa (beräknat)	Vitamin E	0,57	0,57
307 Morotssoppa (beräknat)	β-Karoten	2757	2744
307 Morotssoppa (beräknat)	Vitamin K	1	1
307 Morotssoppa (beräknat)	Tiamin	0,04	0,04
307 Morotssoppa (beräknat)	Riboflavin	0,04	0,04
307 Morotssoppa (beräknat)	Vitamin C	3	3
307 Morotssoppa (beräknat)	Niacin	0,8	0,8
307 Morotssoppa (beräknat)	Niacinekviv	1	1
307 Morotssoppa (beräknat)	Vitamin B1	0,05	0,05
307 Morotssoppa (beräknat)	Vitamin B6	0,03	0,03
307 Morotssoppa (beräknat)	Folat	6	6

307 Morotssoppa (beräknat)	Summa n-3	0	0
307 Morotssoppa (beräknat)	Summa n-6	0	0
307 Morotssoppa (beräknat)	Salt	1,2	1,2
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Summa mä	1,3	1,3
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Summa enl	3,3	3,2
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Summa flei	1,6	1,6
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Fettsyra 12	0	0
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Fettsyra 14	0	0
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Fettsyra 16	0,8	0,8
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Fettsyra 18	0,3	0,3
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Fettsyra 16	0,1	0,1
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Fettsyra 18	3,2	3,1
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Fettsyra 18	1,2	1,1
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Fettsyra 18	0,3	0,3
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	DHA (Fetts'	0	0
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Summa tra	0	0
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Kolesterol	111,7	109,8
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Monosacke	1,7	1,7
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Disackaride	2,1	2
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Sackaros	2,1	2
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Energi (kJ)	451	446
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Energi (kca	108	107
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Aska	2	1,9
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Vatten	78,5	78,9
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Avfall (skal	20	20
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Kolhydrate	5,8	5,7
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Protein	4,9	4,8
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Fibrer	2,3	2,3
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Fett	6,8	6,7
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Fosfor	104	102
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Jod	59	58
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Järn	0,86	0,85
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Kalcium	49	48
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Kalium	322	317
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Magnesium	17	17
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Natrium	462	454
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Selen	7,8	7,7
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Zink	0,71	0,7
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Retinolekvi	267	262
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Retinol	77	75
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Vitamin D	0,88	0,86
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Vitamin E	3,04	2,99
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	β-Karoten	1629	1602
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Vitamin K	10	10
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Tiamin	0,05	0,05
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Riboflavin	0,19	0,18
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Vitamin C	3	3
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Niacin	0,6	0,6
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Niacinekviv	1,8	1,7

315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Vitamin B1	0,41	0,4
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Vitamin B6	0,09	0,09
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Folat	35	35
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Summa n-3	0,1	0,1
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Summa n-6	0,4	0,4
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Salt	1,2	1,1
433 Blomkål gratinerad (beräknat)	Summa mä	1,5	1,5
433 Blomkål gratinerad (beräknat)	Summa enl	1,4	1,4
433 Blomkål gratinerad (beräknat)	Summa flei	0,6	0,6
433 Blomkål gratinerad (beräknat)	Fettsyra 4:(	0,2	0,2
433 Blomkål gratinerad (beräknat)	Fettsyra 12	0,1	0,1
433 Blomkål gratinerad (beräknat)	Fettsyra 14	0,2	0,2
433 Blomkål gratinerad (beräknat)	Fettsyra 16	0,7	0,7
433 Blomkål gratinerad (beräknat)	Fettsyra 18	0,3	0,3
433 Blomkål gratinerad (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
433 Blomkål gratinerad (beräknat)	Fettsyra 16	0	0
433 Blomkål gratinerad (beräknat)	Fettsyra 18	1,4	1,4
433 Blomkål gratinerad (beräknat)	Fettsyra 18	0,4	0,4
433 Blomkål gratinerad (beräknat)	Fettsyra 18	0,2	0,2
433 Blomkål gratinerad (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
433 Blomkål gratinerad (beräknat)	DHA (Fetts'	0	0
433 Blomkål gratinerad (beräknat)	Summa tra	0,1	0,1
433 Blomkål gratinerad (beräknat)	Kolesterol	18,1	18
433 Blomkål gratinerad (beräknat)	Monosacke	1	1
433 Blomkål gratinerad (beräknat)	Disackaride	1	1
433 Blomkål gratinerad (beräknat)	Sackaros	0,1	0,1
433 Blomkål gratinerad (beräknat)	Energi (kJ)	292	290
433 Blomkål gratinerad (beräknat)	Energi (kca	70	69
433 Blomkål gratinerad (beräknat)	Aska	1,2	1,2
433 Blomkål gratinerad (beräknat)	Vatten	85,2	85,3
433 Blomkål gratinerad (beräknat)	Avfall (skal	12	12
433 Blomkål gratinerad (beräknat)	Kolhydrate	5	5
433 Blomkål gratinerad (beräknat)	Protein	3,3	3,2
433 Blomkål gratinerad (beräknat)	Fibrer	1,4	1,4
433 Blomkål gratinerad (beräknat)	Fett	3,8	3,7
433 Blomkål gratinerad (beräknat)	Fosfor	75	74
433 Blomkål gratinerad (beräknat)	Jod	18	18
433 Blomkål gratinerad (beräknat)	Järn	0,31	0,31
433 Blomkål gratinerad (beräknat)	Kalcium	68	68
433 Blomkål gratinerad (beräknat)	Kalium	210	209
433 Blomkål gratinerad (beräknat)	Magnesium	12	12
433 Blomkål gratinerad (beräknat)	Natrium	194	193
433 Blomkål gratinerad (beräknat)	Selen	1,9	1,9
433 Blomkål gratinerad (beräknat)	Zink	0,52	0,52
433 Blomkål gratinerad (beräknat)	Retinolekvi	40	40
433 Blomkål gratinerad (beräknat)	Retinol	24	24
433 Blomkål gratinerad (beräknat)	Vitamin D	0,23	0,23
433 Blomkål gratinerad (beräknat)	Vitamin E	0,62	0,61
433 Blomkål gratinerad (beräknat)	β-Karoten	26	25
433 Blomkål gratinerad (beräknat)	Vitamin K	1	1



433 Blomkål gratinerad (beräknat)	Tiamin	0,06	0,06
433 Blomkål gratinerad (beräknat)	Riboflavin	0,07	0,07
433 Blomkål gratinerad (beräknat)	Vitamin C	20	20
433 Blomkål gratinerad (beräknat)	Niacin	0,6	0,6
433 Blomkål gratinerad (beräknat)	Niacinekviv	1,3	1,3
433 Blomkål gratinerad (beräknat)	Vitamin B1	0,17	0,16
433 Blomkål gratinerad (beräknat)	Vitamin B6	0,09	0,09
433 Blomkål gratinerad (beräknat)	Folat	25	25
433 Blomkål gratinerad (beräknat)	Summa n-3	0	0
433 Blomkål gratinerad (beräknat)	Summa n-6	0	0
433 Blomkål gratinerad (beräknat)	Salt	0,5	0,5
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Summa mä	0,9	0,9
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Summa enl	0,4	0,4
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Summa flei	0,1	0,1
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Fettsyra 4:(	0,1	0,1
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Fettsyra 12	0	0
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Fettsyra 14	0,1	0,1
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Fettsyra 16	0,4	0,4
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Fettsyra 18	0,2	0,2
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Fettsyra 16	0	0
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Fettsyra 18	0,3	0,3
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Fettsyra 18	0,1	0,1
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Fettsyra 18	0	0
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	DHA (Fetts'	0	0
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Summa tra	0	0
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Kolesterol	10,2	10,2
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Monosacke	1	1
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Disackaride	1,8	1,8
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Sackaros	0,7	0,7
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Energi (kJ)	169	168
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Energi (kca	40	40
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Aska	0,9	0,9
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Vatten	90,5	90,6
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Avfall (skal	7	7
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Kolhydrate	4,2	4,2
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Protein	1,8	1,7
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Fibrer	1,3	1,3
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Fett	1,5	1,5
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Fosfor	44	44
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Jod	20	20
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Järn	0,37	0,36
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Kalcium	45	45
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Kalium	178	154
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Magnesium	13	13
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Natrium	146	145
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Selen	1	1
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Zink	0,35	0,35
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Retinolekvi	114	113

438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Retinol	15	15
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Vitamin D	0,03	0,03
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Vitamin E	0,4	0,4
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	β-Karoten	1056	1050
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Vitamin K	1	1
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Tiamin	0,05	0,05
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Riboflavin	0,06	0,06
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Vitamin C	10	10
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Niacin	0,4	0,4
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Niacinekviv	0,8	0,8
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Vitamin B1	0,11	0,11
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Vitamin B6	0,06	0,06
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Folat	23	23
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Summa n-3	0	0
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Summa n-6	0	0
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Salt	0,4	0,4
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Summa mä	2,2	2,1
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Summa enl	1,9	1,8
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Summa flei	0,8	0,7
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Fettsyra 4:(	0,3	0,3
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Fettsyra 12	0,1	0,1
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Fettsyra 14	0,3	0,3
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Fettsyra 16	1	0,9
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Fettsyra 18	0,4	0,4
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Fettsyra 16	0	0
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Fettsyra 18	1,8	1,8
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Fettsyra 18	0,5	0,5
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Fettsyra 18	0,2	0,2
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Summa tra	0,1	0,1
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Kolesterol	8,6	8,4
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Monosacke	1,2	1,2
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Disackaride	2	2
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Sackaros	0,7	0,7
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Energi (kJ)	405	396
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Energi (kca	97	95
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Aska	1,9	1,9
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Vatten	79,4	79,9
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Avfall (skal	8	8
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Kolhydrate	7,3	7,1
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Protein	4,5	4,4
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Fibrer	2	1,9
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Fett	5,1	5
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Fosfor	100	97
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Jod	38	37
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Järn	0,88	0,86
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Kalcium	132	129
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Kalium	289	282
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Magnesium	17	16
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Natrium	330	322

479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Selen	1,6	1,6
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Zink	0,68	0,67
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Retinolekvi	159	156
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Retinol	24	24
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Vitamin D	0,26	0,25
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Vitamin E	0,91	0,89
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	β-Karoten	1281	1250
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Vitamin K	0	0
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Tiamin	0,06	0,05
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Riboflavin	0,09	0,09
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Vitamin C	12	11
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Niacin	0,6	0,6
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Niacinekviv	1,6	1,5
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Vitamin B1	0,17	0,16
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Vitamin B6	0,06	0,06
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Folat	33	32
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Salt	0,8	0,8
506 Minestronesoppa (beräknat)	Summa mä	0,2	0,2
506 Minestronesoppa (beräknat)	Summa enl	0,2	0,2
506 Minestronesoppa (beräknat)	Summa flei	0,1	0,1
506 Minestronesoppa (beräknat)	Fettsyra 16	0,1	0,1
506 Minestronesoppa (beräknat)	Fettsyra 18	0,1	0,1
506 Minestronesoppa (beräknat)	Fettsyra 18	0,2	0,2
506 Minestronesoppa (beräknat)	Fettsyra 18	0,1	0,1
506 Minestronesoppa (beräknat)	Fettsyra 18	0	0
506 Minestronesoppa (beräknat)	Monosacke	1,1	1,2
506 Minestronesoppa (beräknat)	Disackaride	0,6	0,6
506 Minestronesoppa (beräknat)	Sackaros	0,6	0,6
506 Minestronesoppa (beräknat)	Energi (kJ)	166	164
506 Minestronesoppa (beräknat)	Energi (kca	40	39
506 Minestronesoppa (beräknat)	Aska	1,4	1,4
506 Minestronesoppa (beräknat)	Vatten	89,2	89,3
506 Minestronesoppa (beräknat)	Kolhydrate	5,7	5,6
506 Minestronesoppa (beräknat)	Protein	2,3	2,3
506 Minestronesoppa (beräknat)	Fibrer	1,1	1
506 Minestronesoppa (beräknat)	Fett	0,6	0,6
506 Minestronesoppa (beräknat)	Fosfor	35	35
506 Minestronesoppa (beräknat)	Jod	0	3
506 Minestronesoppa (beräknat)	Järn	0,24	0,23
506 Minestronesoppa (beräknat)	Kalcium	15	15
506 Minestronesoppa (beräknat)	Kalium	162	160
506 Minestronesoppa (beräknat)	Magnesium	10	9
506 Minestronesoppa (beräknat)	Natrium	245	248
506 Minestronesoppa (beräknat)	Zink	0,35	0,33
506 Minestronesoppa (beräknat)	Tiamin	0,05	0,05
506 Minestronesoppa (beräknat)	Riboflavin	0,02	0,02
506 Minestronesoppa (beräknat)	Niacin	1	0,9
506 Minestronesoppa (beräknat)	Niacinekviv	1,4	1,3
506 Minestronesoppa (beräknat)	Vitamin B6	0,05	0,05
506 Minestronesoppa (beräknat)	Folat	10	10

506 Minestrone-soppa (beräknat)	Salt	0,6	0,6
507 Paprika fylld m tomatsås (beräknat)	Summa mä	1	1
507 Paprika fylld m tomatsås (beräknat)	Summa enl	1	1
507 Paprika fylld m tomatsås (beräknat)	Summa fler	0,2	0,2
507 Paprika fylld m tomatsås (beräknat)	Fettsyra 4:(	0	0
507 Paprika fylld m tomatsås (beräknat)	Fettsyra 12	0	0
507 Paprika fylld m tomatsås (beräknat)	Fettsyra 14	0	0
507 Paprika fylld m tomatsås (beräknat)	Fettsyra 16	0,6	0,6
507 Paprika fylld m tomatsås (beräknat)	Fettsyra 18	0,4	0,4
507 Paprika fylld m tomatsås (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
507 Paprika fylld m tomatsås (beräknat)	Fettsyra 16	0,1	0,1
507 Paprika fylld m tomatsås (beräknat)	Fettsyra 18	0,9	0,9
507 Paprika fylld m tomatsås (beräknat)	Fettsyra 18	0,2	0,2
507 Paprika fylld m tomatsås (beräknat)	Fettsyra 18	0	0
507 Paprika fylld m tomatsås (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
507 Paprika fylld m tomatsås (beräknat)	EPA (Fettsy	0	0
507 Paprika fylld m tomatsås (beräknat)	DPA (Fettsy	0	0
507 Paprika fylld m tomatsås (beräknat)	DHA (Fettsy	0	0
507 Paprika fylld m tomatsås (beräknat)	Summa tra	0	0
507 Paprika fylld m tomatsås (beräknat)	Kolesterol	15,8	15,8
507 Paprika fylld m tomatsås (beräknat)	Monosacke	2	2
507 Paprika fylld m tomatsås (beräknat)	Disackaride	0	0
507 Paprika fylld m tomatsås (beräknat)	Sackaros	0	0
507 Paprika fylld m tomatsås (beräknat)	Energi (kJ)	233	232
507 Paprika fylld m tomatsås (beräknat)	Energi (kca	56	55
507 Paprika fylld m tomatsås (beräknat)	Aska	0,9	0,9
507 Paprika fylld m tomatsås (beräknat)	Vatten	87,4	87,4
507 Paprika fylld m tomatsås (beräknat)	Avfall (skal	8	8
507 Paprika fylld m tomatsås (beräknat)	Kolhydrat	3,5	3,5
507 Paprika fylld m tomatsås (beräknat)	Protein	4,1	4
507 Paprika fylld m tomatsås (beräknat)	Fibrer	1,6	1,6
507 Paprika fylld m tomatsås (beräknat)	Fett	2,5	2,5
507 Paprika fylld m tomatsås (beräknat)	Fosfor	50	50
507 Paprika fylld m tomatsås (beräknat)	Jod	15	15
507 Paprika fylld m tomatsås (beräknat)	Järn	0,68	0,68
507 Paprika fylld m tomatsås (beräknat)	Kalcium	14	14
507 Paprika fylld m tomatsås (beräknat)	Kalium	206	205
507 Paprika fylld m tomatsås (beräknat)	Magnesium	12	12
507 Paprika fylld m tomatsås (beräknat)	Natrium	172	172
507 Paprika fylld m tomatsås (beräknat)	Selen	1,9	1,9
507 Paprika fylld m tomatsås (beräknat)	Zink	1,01	1,01
507 Paprika fylld m tomatsås (beräknat)	Retinolekvi	17	17
507 Paprika fylld m tomatsås (beräknat)	Retinol	6	6
507 Paprika fylld m tomatsås (beräknat)	Vitamin D	0,11	0,11
507 Paprika fylld m tomatsås (beräknat)	Vitamin E	0,78	0,78
507 Paprika fylld m tomatsås (beräknat)	β-Karoten	128	127
507 Paprika fylld m tomatsås (beräknat)	Vitamin K	1	1
507 Paprika fylld m tomatsås (beräknat)	Tiamin	0,04	0,04
507 Paprika fylld m tomatsås (beräknat)	Riboflavin	0,05	0,05
507 Paprika fylld m tomatsås (beräknat)	Vitamin C	30	30

507 Paprika fylld m tomatsås (beräknat)	Niacin	1,1	1,1
507 Paprika fylld m tomatsås (beräknat)	Niacinekviv	1,9	1,9
507 Paprika fylld m tomatsås (beräknat)	Vitamin B1	0,13	0,13
507 Paprika fylld m tomatsås (beräknat)	Vitamin B6	0,12	0,12
507 Paprika fylld m tomatsås (beräknat)	Folat	12	11
507 Paprika fylld m tomatsås (beräknat)	Summa n-3	0	0
507 Paprika fylld m tomatsås (beräknat)	Summa n-6	0	0
507 Paprika fylld m tomatsås (beräknat)	Fullkorn to	0	0
507 Paprika fylld m tomatsås (beräknat)	Salt	0,4	0,4
508 Vitkålssoppa m frikadeller (beräknat)	Summa mä	0,4	0,4
508 Vitkålssoppa m frikadeller (beräknat)	Summa enl	0,4	0,4
508 Vitkålssoppa m frikadeller (beräknat)	Summa flei	0,1	0,1
508 Vitkålssoppa m frikadeller (beräknat)	Fettsyra 4:(	0	0
508 Vitkålssoppa m frikadeller (beräknat)	Fettsyra 12	0	0
508 Vitkålssoppa m frikadeller (beräknat)	Fettsyra 14	0	0
508 Vitkålssoppa m frikadeller (beräknat)	Fettsyra 16	0,2	0,2
508 Vitkålssoppa m frikadeller (beräknat)	Fettsyra 18	0,1	0,1
508 Vitkålssoppa m frikadeller (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
508 Vitkålssoppa m frikadeller (beräknat)	Fettsyra 16	0	0
508 Vitkålssoppa m frikadeller (beräknat)	Fettsyra 18	0,4	0,3
508 Vitkålssoppa m frikadeller (beräknat)	Fettsyra 18	0	0
508 Vitkålssoppa m frikadeller (beräknat)	Fettsyra 18	0	0
508 Vitkålssoppa m frikadeller (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
508 Vitkålssoppa m frikadeller (beräknat)	DHA (Fetts'	0	0
508 Vitkålssoppa m frikadeller (beräknat)	Summa tra	0	0
508 Vitkålssoppa m frikadeller (beräknat)	Kolesterol	6,2	6,1
508 Vitkålssoppa m frikadeller (beräknat)	Monosacke	2	1,9
508 Vitkålssoppa m frikadeller (beräknat)	Disackaride	0,2	0,2
508 Vitkålssoppa m frikadeller (beräknat)	Sackaros	0,1	0,1
508 Vitkålssoppa m frikadeller (beräknat)	Energi (kJ)	131	129
508 Vitkålssoppa m frikadeller (beräknat)	Energi (kca	31	31
508 Vitkålssoppa m frikadeller (beräknat)	Aska	0,9	0,9
508 Vitkålssoppa m frikadeller (beräknat)	Vatten	91,1	91,2
508 Vitkålssoppa m frikadeller (beräknat)	Avfall (skal	13	13
508 Vitkålssoppa m frikadeller (beräknat)	Kolhydrate	2,6	2,6
508 Vitkålssoppa m frikadeller (beräknat)	Protein	2,5	2,4
508 Vitkålssoppa m frikadeller (beräknat)	Fibrer	1,2	1,2
508 Vitkålssoppa m frikadeller (beräknat)	Fett	1	0,9
508 Vitkålssoppa m frikadeller (beräknat)	Fosfor	34	34
508 Vitkålssoppa m frikadeller (beräknat)	Jod	5	5
508 Vitkålssoppa m frikadeller (beräknat)	Järn	0,77	0,77
508 Vitkålssoppa m frikadeller (beräknat)	Kalcium	30	30
508 Vitkålssoppa m frikadeller (beräknat)	Kalium	158	135
508 Vitkålssoppa m frikadeller (beräknat)	Magnesium	10	10
508 Vitkålssoppa m frikadeller (beräknat)	Natrium	154	153
508 Vitkålssoppa m frikadeller (beräknat)	Selen	2,2	2,2
508 Vitkålssoppa m frikadeller (beräknat)	Zink	0,44	0,43
508 Vitkålssoppa m frikadeller (beräknat)	Retinolekvi	7	7
508 Vitkålssoppa m frikadeller (beräknat)	Retinol	4	4
508 Vitkålssoppa m frikadeller (beräknat)	Vitamin D	0,03	0,03

508 Vitkålssoppa m frikadeller (beräknat)	Vitamin E	0,07	0,07
508 Vitkålssoppa m frikadeller (beräknat)	β-Karoten	39	39
508 Vitkålssoppa m frikadeller (beräknat)	Vitamin K	0	0
508 Vitkålssoppa m frikadeller (beräknat)	Tiamin	0,02	0,02
508 Vitkålssoppa m frikadeller (beräknat)	Riboflavin	0,03	0,03
508 Vitkålssoppa m frikadeller (beräknat)	Vitamin C	10	9
508 Vitkålssoppa m frikadeller (beräknat)	Niacin	0,8	0,8
508 Vitkålssoppa m frikadeller (beräknat)	Niacinekviv	1,2	1,2
508 Vitkålssoppa m frikadeller (beräknat)	Vitamin B1	0,04	0,04
508 Vitkålssoppa m frikadeller (beräknat)	Vitamin B6	0,05	0,05
508 Vitkålssoppa m frikadeller (beräknat)	Folat	25	25
508 Vitkålssoppa m frikadeller (beräknat)	Summa n-3	0	0
508 Vitkålssoppa m frikadeller (beräknat)	Summa n-6	0	0
508 Vitkålssoppa m frikadeller (beräknat)	Fullkorn to	0	0
508 Vitkålssoppa m frikadeller (beräknat)	Salt	0,4	0,4
512 Kålpudding (beräknat)	Summa mä	1,9	2
512 Kålpudding (beräknat)	Summa enl	1,6	1,7
512 Kålpudding (beräknat)	Summa flei	0,4	0,3
512 Kålpudding (beräknat)	Fettsyra 4:(	0,1	0,1
512 Kålpudding (beräknat)	Fettsyra 12	0	0
512 Kålpudding (beräknat)	Fettsyra 14	0,1	0,1
512 Kålpudding (beräknat)	Fettsyra 16	1	1,1
512 Kålpudding (beräknat)	Fettsyra 18	0,6	0,7
512 Kålpudding (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
512 Kålpudding (beräknat)	Fettsyra 16	0,1	0,1
512 Kålpudding (beräknat)	Fettsyra 18	1,4	1,5
512 Kålpudding (beräknat)	Fettsyra 18	0,2	0,2
512 Kålpudding (beräknat)	Fettsyra 18	0,1	0,1
512 Kålpudding (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
512 Kålpudding (beräknat)	EPA (Fettsy	0	0
512 Kålpudding (beräknat)	DPA (Fettsy	0	0
512 Kålpudding (beräknat)	DHA (Fettsy	0	0
512 Kålpudding (beräknat)	Summa tra	0	0
512 Kålpudding (beräknat)	Kolesterol	26	25,5
512 Kålpudding (beräknat)	Monosacke	2,3	2,3
512 Kålpudding (beräknat)	Disackaride	1,5	1,5
512 Kålpudding (beräknat)	Sackaros	0,5	0,4
512 Kålpudding (beräknat)	Energi (kJ)	372	377
512 Kålpudding (beräknat)	Energi (kca	89	90
512 Kålpudding (beräknat)	Aska	1,4	1,4
512 Kålpudding (beräknat)	Vatten	80,1	80,3
512 Kålpudding (beräknat)	Avfall (skal	12	11
512 Kålpudding (beräknat)	Kolhydrate	6,1	5,9
512 Kålpudding (beräknat)	Protein	6,3	6,1
512 Kålpudding (beräknat)	Fibrer	1,1	1,1
512 Kålpudding (beräknat)	Fett	4,1	4,4
512 Kålpudding (beräknat)	Fosfor	83	82
512 Kålpudding (beräknat)	Jod	32	31
512 Kålpudding (beräknat)	Järn	0,66	0,64
512 Kålpudding (beräknat)	Kalcium	53	52

512 Kålpudding (beräknat)	Kalium	234	231
512 Kålpudding (beräknat)	Magnesium	16	16
512 Kålpudding (beräknat)	Natrium	295	287
512 Kålpudding (beräknat)	Selen	4,4	4,5
512 Kålpudding (beräknat)	Zink	1,36	1,29
512 Kålpudding (beräknat)	Retinolekvi	20	20
512 Kålpudding (beräknat)	Retinol	15	15
512 Kålpudding (beräknat)	Vitamin D	0,19	0,19
512 Kålpudding (beräknat)	Vitamin E	0,3	0,33
512 Kålpudding (beräknat)	β-Karoten	41	40
512 Kålpudding (beräknat)	Vitamin K	1	1
512 Kålpudding (beräknat)	Tiamin	0,07	0,07
512 Kålpudding (beräknat)	Riboflavin	0,11	0,08
512 Kålpudding (beräknat)	Vitamin C	9	9
512 Kålpudding (beräknat)	Niacin	1,2	1,4
512 Kålpudding (beräknat)	Niacinekviv	2,4	2,5
512 Kålpudding (beräknat)	Vitamin B1	0,3	0,32
512 Kålpudding (beräknat)	Vitamin B6	0,14	0,12
512 Kålpudding (beräknat)	Folat	29	28
512 Kålpudding (beräknat)	Summa n-3	0	0
512 Kålpudding (beräknat)	Summa n-6	0	0
512 Kålpudding (beräknat)	Salt	0,8	0,7
515 Moussaka (beräknat)	Summa mä	2,2	2,1
515 Moussaka (beräknat)	Summa enl	2,4	2,2
515 Moussaka (beräknat)	Summa flei	0,7	0,7
515 Moussaka (beräknat)	Fettsyra 4:(	0,1	0,1
515 Moussaka (beräknat)	Fettsyra 12	0	0
515 Moussaka (beräknat)	Fettsyra 14	0,2	0,2
515 Moussaka (beräknat)	Fettsyra 16	1,1	1
515 Moussaka (beräknat)	Fettsyra 18	0,6	0,6
515 Moussaka (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
515 Moussaka (beräknat)	Fettsyra 16	0,1	0,1
515 Moussaka (beräknat)	Fettsyra 18	2,2	2,1
515 Moussaka (beräknat)	Fettsyra 18	0,5	0,5
515 Moussaka (beräknat)	Fettsyra 18	0,2	0,2
515 Moussaka (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
515 Moussaka (beräknat)	DPA (Fettsy	0	0
515 Moussaka (beräknat)	DHA (Fettsy'	0	0
515 Moussaka (beräknat)	Summa tra	0,1	0
515 Moussaka (beräknat)	Kolesterol	40,3	37,7
515 Moussaka (beräknat)	Monosacke	2,4	2,3
515 Moussaka (beräknat)	Disackaride	1,2	1,2
515 Moussaka (beräknat)	Sackaros	0,3	0,3
515 Moussaka (beräknat)	Energi (kJ)	461	437
515 Moussaka (beräknat)	Energi (kca	110	104
515 Moussaka (beräknat)	Aska	1,8	1,7
515 Moussaka (beräknat)	Vatten	76,1	77,4
515 Moussaka (beräknat)	Avfall (skal	11	10
515 Moussaka (beräknat)	Kolhydrate	5,3	5
515 Moussaka (beräknat)	Protein	8,5	8

515 Moussaka (beräknat)	Fibrer	1,9	1,8
515 Moussaka (beräknat)	Fett	5,7	5,4
515 Moussaka (beräknat)	Fosfor	113	106
515 Moussaka (beräknat)	Jod	39	37
515 Moussaka (beräknat)	Järn	1,24	1,17
515 Moussaka (beräknat)	Kalcium	67	63
515 Moussaka (beräknat)	Kalium	355	336
515 Moussaka (beräknat)	Magnesium	22	21
515 Moussaka (beräknat)	Natrium	373	352
515 Moussaka (beräknat)	Selen	7,7	7,3
515 Moussaka (beräknat)	Zink	1,95	1,85
515 Moussaka (beräknat)	Retinolekvi	51	48
515 Moussaka (beräknat)	Retinol	28	26
515 Moussaka (beräknat)	Vitamin D	0,44	0,41
515 Moussaka (beräknat)	Vitamin E	1,08	1,02
515 Moussaka (beräknat)	β-Karoten	80	76
515 Moussaka (beräknat)	Vitamin K	2	2
515 Moussaka (beräknat)	Tiamin	0,07	0,07
515 Moussaka (beräknat)	Riboflavin	0,11	0,11
515 Moussaka (beräknat)	Vitamin C	2	2
515 Moussaka (beräknat)	Niacin	1,7	1,6
515 Moussaka (beräknat)	Niacinekviv	3,3	3,2
515 Moussaka (beräknat)	Vitamin B1	0,33	0,31
515 Moussaka (beräknat)	Vitamin B6	0,12	0,12
515 Moussaka (beräknat)	Folat	18	17
515 Moussaka (beräknat)	Summa n-3	0	0
515 Moussaka (beräknat)	Summa n-6	0,1	0,1
515 Moussaka (beräknat)	Salt	0,9	0,9
523 Hallon	Retinolekvi	1	1
523 Hallon	β-Karoten	6	3
523 Hallon	Vitamin K		11
523 Hallon	Folat	26	46
523 Hallon	Fullkorn to	0	
523 Hallon	Salt	0	
526 Jordgubbar	β-Karoten	9	10
526 Jordgubbar	Vitamin K		5
526 Jordgubbar	Vitamin C	66	61
526 Jordgubbar	Folat	99	86
526 Jordgubbar	Fullkorn to	0	
526 Jordgubbar	Salt	0	
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Summa mä	1,3	1,2
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Summa enl	2,4	2,4
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Summa flei	1,1	1,1
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Fettsyra 4:(	0	0
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Fettsyra 12	0	0
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Fettsyra 14	0,1	0,1
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Fettsyra 16	0,8	0,7
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Fettsyra 18	0,3	0,3
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Fettsyra 16	0,1	0,1



530 Grönsakssufflé (beräknat)	Fettsyra 18	2,3	2,3
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Fettsyra 18	0,8	0,8
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Fettsyra 18	0,2	0,2
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
530 Grönsakssufflé (beräknat)	DHA (Fettsy	0	0
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Summa tra	0	0
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Kolesterol	87,7	86,2
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Monosackar	1	1
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Disackaride	1,5	1,4
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Sackaros	0,7	0,6
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Energi (kJ)	422	416
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Energi (kca	101	99
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Aska	1,5	1,4
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Vatten	79	79,3
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Avfall (skal	9	9
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Kolhydrater	7,4	7,3
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Protein	5	4,9
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Fibrer	1,7	1,7
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Fett	5,4	5,3
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Fosfor	92	90
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Jod	35	34
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Järn	0,94	0,92
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Kalcium	47	46
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Kalium	199	195
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Magnesium	15	14
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Natrium	309	304
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Selen	6,3	6,2
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Zink	0,62	0,61
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Retinolekvi	125	122
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Retinol	63	62
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Vitamin D	0,63	0,62
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Vitamin E	2,06	2,03
530 Grönsakssufflé (beräknat)	β-Karoten	425	418
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Vitamin K	8	8
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Tiamin	0,08	0,08
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Riboflavin	0,14	0,14
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Vitamin C	4	4
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Niacin	0,6	0,6
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Niacinekviv	1,8	1,7
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Vitamin B1	0,37	0,37
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Vitamin B6	0,06	0,06
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Folat	31	31
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Summa n-3	0	0
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Summa n-6	0,3	0,3
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Fullkorn to	4	4
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Salt	0,8	0,8
531 Grönsakslåda (beräknat)	Summa mä	1,6	1,5
531 Grönsakslåda (beräknat)	Summa enl	1,5	1,5
531 Grönsakslåda (beräknat)	Summa flei	0,6	0,6
531 Grönsakslåda (beräknat)	Fettsyra 4:(	0,2	0,1

531 Grönsakslåda (beräknat)	Fettsyra 12	0	0
531 Grönsakslåda (beräknat)	Fettsyra 14	0,2	0,2
531 Grönsakslåda (beräknat)	Fettsyra 16	0,8	0,8
531 Grönsakslåda (beräknat)	Fettsyra 18	0,3	0,3
531 Grönsakslåda (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
531 Grönsakslåda (beräknat)	Fettsyra 16	0,1	0,1
531 Grönsakslåda (beräknat)	Fettsyra 18	1,5	1,4
531 Grönsakslåda (beräknat)	Fettsyra 18	0,5	0,4
531 Grönsakslåda (beräknat)	Fettsyra 18	0,1	0,1
531 Grönsakslåda (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
531 Grönsakslåda (beräknat)	DHA (Fetts'	0	0
531 Grönsakslåda (beräknat)	Summa tra	0,1	0
531 Grönsakslåda (beräknat)	Kolesterol	62,9	60,1
531 Grönsakslåda (beräknat)	Monosacke	1	1
531 Grönsakslåda (beräknat)	Disackaride	3,2	3,1
531 Grönsakslåda (beräknat)	Sackaros	0,8	0,7
531 Grönsakslåda (beräknat)	Energi (kJ)	369	354
531 Grönsakslåda (beräknat)	Energi (kca	88	85
531 Grönsakslåda (beräknat)	Aska	1,8	1,7
531 Grönsakslåda (beräknat)	Vatten	80,2	81,1
531 Grönsakslåda (beräknat)	Avfall (skal	8	8
531 Grönsakslåda (beräknat)	Kolhydrate	6	5,7
531 Grönsakslåda (beräknat)	Protein	5,6	5,3
531 Grönsakslåda (beräknat)	Fibrer	2,2	2,1
531 Grönsakslåda (beräknat)	Fett	4,2	4
531 Grönsakslåda (beräknat)	Fosfor	128	122
531 Grönsakslåda (beräknat)	Jod	45	43
531 Grönsakslåda (beräknat)	Järn	0,78	0,74
531 Grönsakslåda (beräknat)	Kalcium	84	80
531 Grönsakslåda (beräknat)	Kalium	320	306
531 Grönsakslåda (beräknat)	Magnesium	20	19
531 Grönsakslåda (beräknat)	Natrium	339	324
531 Grönsakslåda (beräknat)	Selen	5,5	5,3
531 Grönsakslåda (beräknat)	Zink	0,76	0,73
531 Grönsakslåda (beräknat)	Retinolekvi	112	107
531 Grönsakslåda (beräknat)	Retinol	52	50
531 Grönsakslåda (beräknat)	Vitamin D	0,36	0,34
531 Grönsakslåda (beräknat)	Vitamin E	1,35	1,28
531 Grönsakslåda (beräknat)	β-Karoten	510	487
531 Grönsakslåda (beräknat)	Vitamin K	5	5
531 Grönsakslåda (beräknat)	Tiamin	0,08	0,08
531 Grönsakslåda (beräknat)	Riboflavin	0,18	0,17
531 Grönsakslåda (beräknat)	Vitamin C	7	6
531 Grönsakslåda (beräknat)	Niacin	1	1
531 Grönsakslåda (beräknat)	Niacinekviv	2,2	2,1
531 Grönsakslåda (beräknat)	Vitamin B1	0,39	0,37
531 Grönsakslåda (beräknat)	Vitamin B6	0,09	0,08
531 Grönsakslåda (beräknat)	Folat	40	38
531 Grönsakslåda (beräknat)	Summa n-3	0	0
531 Grönsakslåda (beräknat)	Summa n-6	0,2	0,2

531 Grönsakslåda (beräknat)	Salt	0,8	0,8
539 Broccoliilåda rökt skinka hårdost (beräknat)	Summa mä	5,3	5,1
539 Broccoliilåda rökt skinka hårdost (beräknat)	Summa enl	3	2,9
539 Broccoliilåda rökt skinka hårdost (beräknat)	Summa flei	0,7	0,6
539 Broccoliilåda rökt skinka hårdost (beräknat)	Fettsyra 4:(	0,7	0,7
539 Broccoliilåda rökt skinka hårdost (beräknat)	Fettsyra 12	0,2	0,2
539 Broccoliilåda rökt skinka hårdost (beräknat)	Fettsyra 14	0,7	0,7
539 Broccoliilåda rökt skinka hårdost (beräknat)	Fettsyra 16	2,6	2,4
539 Broccoliilåda rökt skinka hårdost (beräknat)	Fettsyra 18	1	1
539 Broccoliilåda rökt skinka hårdost (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
539 Broccoliilåda rökt skinka hårdost (beräknat)	Fettsyra 16	0,1	0,1
539 Broccoliilåda rökt skinka hårdost (beräknat)	Fettsyra 18	2,8	2,7
539 Broccoliilåda rökt skinka hårdost (beräknat)	Fettsyra 18	0,5	0,5
539 Broccoliilåda rökt skinka hårdost (beräknat)	Fettsyra 18	0,1	0,1
539 Broccoliilåda rökt skinka hårdost (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
539 Broccoliilåda rökt skinka hårdost (beräknat)	DPA (Fettsy	0	0
539 Broccoliilåda rökt skinka hårdost (beräknat)	DHA (Fettsy'	0	0
539 Broccoliilåda rökt skinka hårdost (beräknat)	Summa tra	0,2	0,2
539 Broccoliilåda rökt skinka hårdost (beräknat)	Kolesterol	108	103,2
539 Broccoliilåda rökt skinka hårdost (beräknat)	Monosacke	0,3	0,3
539 Broccoliilåda rökt skinka hårdost (beräknat)	Disackaride	2,3	2,2
539 Broccoliilåda rökt skinka hårdost (beräknat)	Sackaros	0	0
539 Broccoliilåda rökt skinka hårdost (beräknat)	Energi (kJ)	659	631
539 Broccoliilåda rökt skinka hårdost (beräknat)	Energi (kca	157	151
539 Broccoliilåda rökt skinka hårdost (beräknat)	Aska	2,2	2,1
539 Broccoliilåda rökt skinka hårdost (beräknat)	Vatten	70,5	71,8
539 Broccoliilåda rökt skinka hårdost (beräknat)	Avfall (skal	9	8
539 Broccoliilåda rökt skinka hårdost (beräknat)	Kolhydrate	3	2,9
539 Broccoliilåda rökt skinka hårdost (beräknat)	Protein	13,5	12,9
539 Broccoliilåda rökt skinka hårdost (beräknat)	Fibrer	0,5	0,4
539 Broccoliilåda rökt skinka hårdost (beräknat)	Fett	10,1	9,7
539 Broccoliilåda rökt skinka hårdost (beräknat)	Fosfor	227	217
539 Broccoliilåda rökt skinka hårdost (beräknat)	Jod	29	27
539 Broccoliilåda rökt skinka hårdost (beräknat)	Järn	0,63	0,61
539 Broccoliilåda rökt skinka hårdost (beräknat)	Kalcium	224	214
539 Broccoliilåda rökt skinka hårdost (beräknat)	Kalium	217	208
539 Broccoliilåda rökt skinka hårdost (beräknat)	Magnesium	21	20
539 Broccoliilåda rökt skinka hårdost (beräknat)	Natrium	456	436
539 Broccoliilåda rökt skinka hårdost (beräknat)	Selen	8,9	8,5
539 Broccoliilåda rökt skinka hårdost (beräknat)	Zink	1,66	1,59
539 Broccoliilåda rökt skinka hårdost (beräknat)	Retinolekvi	125	119
539 Broccoliilåda rökt skinka hårdost (beräknat)	Retinol	111	106
539 Broccoliilåda rökt skinka hårdost (beräknat)	Vitamin D	0,53	0,51
539 Broccoliilåda rökt skinka hårdost (beräknat)	Vitamin E	1,65	1,57
539 Broccoliilåda rökt skinka hårdost (beräknat)	β-Karoten	103	98
539 Broccoliilåda rökt skinka hårdost (beräknat)	Vitamin K	8	7
539 Broccoliilåda rökt skinka hårdost (beräknat)	Tiamin	0,09	0,09
539 Broccoliilåda rökt skinka hårdost (beräknat)	Riboflavin	0,23	0,22
539 Broccoliilåda rökt skinka hårdost (beräknat)	Vitamin C	6	5
539 Broccoliilåda rökt skinka hårdost (beräknat)	Niacin	0,6	0,6

539 Broccolilåda rökt skinka hårdost (beräknat)	Niacinekviv	3,6	3,5
539 Broccolilåda rökt skinka hårdost (beräknat)	Vitamin B1	0,81	0,77
539 Broccolilåda rökt skinka hårdost (beräknat)	Vitamin B6	0,11	0,11
539 Broccolilåda rökt skinka hårdost (beräknat)	Folat	41	40
539 Broccolilåda rökt skinka hårdost (beräknat)	Summa n-3	0	0
539 Broccolilåda rökt skinka hårdost (beräknat)	Summa n-6	0,3	0,3
539 Broccolilåda rökt skinka hårdost (beräknat)	Salt	1,1	1,1
555 Blåbär	Retinolekvi	4	9
555 Blåbär	β-Karoten	47	96
555 Blåbär	Vitamin K		15
555 Blåbär	Vitamin C	5	8
555 Blåbär	Folat	6	10
555 Blåbär	Fullkorn to	0	
555 Blåbär	Salt	0	
566 Krusbär	Retinolekvi	7	10
566 Krusbär	β-Karoten	86	119
566 Krusbär	Vitamin K		8
566 Krusbär	Vitamin C	32	28
566 Krusbär	Folat	12	9
566 Krusbär	Fullkorn to	0	
566 Krusbär	Salt	0	
570 Surkörsbär	Jod		0
570 Surkörsbär	Retinolekvi	64	16
570 Surkörsbär	β-Karoten	770	178
570 Surkörsbär	Vitamin K		6
570 Surkörsbär	Vitamin C	10	4
570 Surkörsbär	Folat	3	10
570 Surkörsbär	Fullkorn to	0	
570 Surkörsbär	Salt	0	
571 Sötkörsbär	Jod		0
571 Sötkörsbär	Retinolekvi	6	6
571 Sötkörsbär	β-Karoten	69	61
571 Sötkörsbär	Vitamin K		3
571 Sötkörsbär	Vitamin C	7	12
571 Sötkörsbär	Folat	6	25
571 Sötkörsbär	Fullkorn to	0	
571 Sötkörsbär	Salt	0	
573 Lingon	Retinolekvi	1	1
573 Lingon	β-Karoten	9	8
573 Lingon	Vitamin K		8
573 Lingon	Vitamin C	4	8
573 Lingon	Folat	2	25
573 Lingon	Fullkorn to	0	
573 Lingon	Salt	0	
585 Röda vinbär	Retinolekvi	2	2
585 Röda vinbär	β-Karoten	25	18
585 Röda vinbär	Vitamin K		16
585 Röda vinbär	Vitamin C	37	134
585 Röda vinbär	Folat	12	10
585 Röda vinbär	Fullkorn to	0	

585 Röda vinbär	Salt	0	
586 Svarta vinbär	Retinolekvi	8	9
586 Svarta vinbär	β-Karoten	99	103
586 Svarta vinbär	Vitamin K		29
586 Svarta vinbär	Vitamin C	210	150
586 Svarta vinbär	Folat	23	21
586 Svarta vinbär	Fullkorn to	0	
586 Svarta vinbär	Salt	0	
675 Bovetegröt (beräknat)	Summa mä	0	0
675 Bovetegröt (beräknat)	Summa enl	0	0
675 Bovetegröt (beräknat)	Summa flei	0,1	0,1
675 Bovetegröt (beräknat)	Fettsyra 14	0	0
675 Bovetegröt (beräknat)	Fettsyra 16	0	0
675 Bovetegröt (beräknat)	Fettsyra 18	0	0
675 Bovetegröt (beräknat)	Fettsyra 16	0	0
675 Bovetegröt (beräknat)	Fettsyra 18	0	0
675 Bovetegröt (beräknat)	Fettsyra 18	0,1	0,1
675 Bovetegröt (beräknat)	Fettsyra 18	0	0
675 Bovetegröt (beräknat)	Monosacke	3,4	3,4
675 Bovetegröt (beräknat)	Disackaride	1	1
675 Bovetegröt (beräknat)	Sackaros	0,9	0,9
675 Bovetegröt (beräknat)	Energi (kJ)	268	266
675 Bovetegröt (beräknat)	Energi (kca	64	64
675 Bovetegröt (beräknat)	Aska	0,6	0,6
675 Bovetegröt (beräknat)	Vatten	83,4	83,5
675 Bovetegröt (beräknat)	Kolhydrate	13,1	13,1
675 Bovetegröt (beräknat)	Protein	1,5	1,5
675 Bovetegröt (beräknat)	Fibrer	1,1	1,1
675 Bovetegröt (beräknat)	Fett	0,3	0,3
675 Bovetegröt (beräknat)	Fosfor	44	44
675 Bovetegröt (beräknat)	Jod	15	15
675 Bovetegröt (beräknat)	Järn	0,68	0,68
675 Bovetegröt (beräknat)	Kalcium	8	8
675 Bovetegröt (beräknat)	Kalium	101	101
675 Bovetegröt (beräknat)	Magnesium	25	25
675 Bovetegröt (beräknat)	Natrium	119	118
675 Bovetegröt (beräknat)	Selen	0,6	0,6
675 Bovetegröt (beräknat)	Zink	0,36	0,36
675 Bovetegröt (beräknat)	Retinolekvi	11	11
675 Bovetegröt (beräknat)	Vitamin E	0,2	0,19
675 Bovetegröt (beräknat)	β-Karoten	130	129
675 Bovetegröt (beräknat)	Tiamin	0,04	0,04
675 Bovetegröt (beräknat)	Riboflavin	0,02	0,02
675 Bovetegröt (beräknat)	Vitamin C	0	0
675 Bovetegröt (beräknat)	Niacin	0,5	0,5
675 Bovetegröt (beräknat)	Niacinekviv	0,8	0,8
675 Bovetegröt (beräknat)	Vitamin B6	0,03	0,03
675 Bovetegröt (beräknat)	Folat	4	4
675 Bovetegröt (beräknat)	Salt	0,3	0,3
676 Grahamsgröt (beräknat)	Summa mä	0,1	0,1

676 Grahamsgröt (beräknat)	Summa enl	0,1	0,1
676 Grahamsgröt (beräknat)	Summa flei	0,2	0,2
676 Grahamsgröt (beräknat)	Fettsyra 16	0,1	0,1
676 Grahamsgröt (beräknat)	Fettsyra 18	0,1	0,1
676 Grahamsgröt (beräknat)	Fettsyra 18	0,2	0,2
676 Grahamsgröt (beräknat)	Fettsyra 18	0	0
676 Grahamsgröt (beräknat)	Monosacke	0	0
676 Grahamsgröt (beräknat)	Disackaride	0,1	0,1
676 Grahamsgröt (beräknat)	Sackaros	0,1	0,1
676 Grahamsgröt (beräknat)	Energi (kJ)	283	273
676 Grahamsgröt (beräknat)	Energi (kca	68	65
676 Grahamsgröt (beräknat)	Aska	0,9	0,8
676 Grahamsgröt (beräknat)	Vatten	81,8	82,5
676 Grahamsgröt (beräknat)	Kolhydrate	12,4	12
676 Grahamsgröt (beräknat)	Protein	2	2
676 Grahamsgröt (beräknat)	Fibrer	2,3	2,2
676 Grahamsgröt (beräknat)	Fett	0,5	0,5
676 Grahamsgröt (beräknat)	Fosfor	72	69
676 Grahamsgröt (beräknat)	Jod	29	28
676 Grahamsgröt (beräknat)	Järn	1,03	0,99
676 Grahamsgröt (beräknat)	Kalcium	12	12
676 Grahamsgröt (beräknat)	Kalium	78	76
676 Grahamsgröt (beräknat)	Magnesium	28	27
676 Grahamsgröt (beräknat)	Natrium	228	219
676 Grahamsgröt (beräknat)	Selen	0,7	0,7
676 Grahamsgröt (beräknat)	Zink	0,47	0,45
676 Grahamsgröt (beräknat)	Vitamin E	0,29	0,28
676 Grahamsgröt (beräknat)	Tiamin	0,07	0,07
676 Grahamsgröt (beräknat)	Riboflavin	0,02	0,02
676 Grahamsgröt (beräknat)	Niacin	0,8	0,8
676 Grahamsgröt (beräknat)	Niacinekviv	1,2	1,1
676 Grahamsgröt (beräknat)	Vitamin B6	0,04	0,04
676 Grahamsgröt (beräknat)	Folat	6	6
676 Grahamsgröt (beräknat)	Fullkorn to	20	20
676 Grahamsgröt (beräknat)	Salt	0,6	0,6
685 Vit stuvning (beräknat)	Summa mä	1,4	1,4
685 Vit stuvning (beräknat)	Summa enl	3,1	3,1
685 Vit stuvning (beräknat)	Summa flei	1,4	1,4
685 Vit stuvning (beräknat)	Fettsyra 4:(	0,1	0,1
685 Vit stuvning (beräknat)	Fettsyra 12	0,1	0,1
685 Vit stuvning (beräknat)	Fettsyra 14	0,1	0,1
685 Vit stuvning (beräknat)	Fettsyra 16	0,6	0,6
685 Vit stuvning (beräknat)	Fettsyra 18	0,3	0,3
685 Vit stuvning (beräknat)	Fettsyra 16	0	0
685 Vit stuvning (beräknat)	Fettsyra 18	3,1	3,1
685 Vit stuvning (beräknat)	Fettsyra 18	1	0,9
685 Vit stuvning (beräknat)	Fettsyra 18	0,4	0,4
685 Vit stuvning (beräknat)	Summa tra	0,1	0,1
685 Vit stuvning (beräknat)	Kolesterol	5,6	5,6
685 Vit stuvning (beräknat)	Monosacke	0	0

685 Vit stuvning (beräknat)	Disackaride	4,6	4,6
685 Vit stuvning (beräknat)	Sackaros	0	0
685 Vit stuvning (beräknat)	Energi (kJ)	421	419
685 Vit stuvning (beräknat)	Energi (kca	101	100
685 Vit stuvning (beräknat)	Aska	1,7	1,7
685 Vit stuvning (beräknat)	Vatten	80,7	80,8
685 Vit stuvning (beräknat)	Kolhydrate	7,7	7,6
685 Vit stuvning (beräknat)	Protein	3,7	3,6
685 Vit stuvning (beräknat)	Fibrer	0,1	0,1
685 Vit stuvning (beräknat)	Fett	6,2	6,1
685 Vit stuvning (beräknat)	Fosfor	92	92
685 Vit stuvning (beräknat)	Jod	58	58
685 Vit stuvning (beräknat)	Järn	0,09	0,09
685 Vit stuvning (beräknat)	Kalcium	111	111
685 Vit stuvning (beräknat)	Kalium	159	158
685 Vit stuvning (beräknat)	Magnesium	13	12
685 Vit stuvning (beräknat)	Natrium	431	429
685 Vit stuvning (beräknat)	Selen	1,8	1,8
685 Vit stuvning (beräknat)	Zink	0,45	0,45
685 Vit stuvning (beräknat)	Retinolekvi	70	69
685 Vit stuvning (beräknat)	Retinol	42	42
685 Vit stuvning (beräknat)	Vitamin D	1,01	1
685 Vit stuvning (beräknat)	Vitamin E	1,07	1,06
685 Vit stuvning (beräknat)	β-Karoten	7	7
685 Vit stuvning (beräknat)	Vitamin K	0	0
685 Vit stuvning (beräknat)	Tiamin	0,05	0,05
685 Vit stuvning (beräknat)	Riboflavin	0,13	0,13
685 Vit stuvning (beräknat)	Vitamin C	0	0
685 Vit stuvning (beräknat)	Niacin	0,2	0,2
685 Vit stuvning (beräknat)	Niacinekviv	1	1
685 Vit stuvning (beräknat)	Vitamin B1	0,35	0,35
685 Vit stuvning (beräknat)	Vitamin B6	0,04	0,04
685 Vit stuvning (beräknat)	Folat	4	4
685 Vit stuvning (beräknat)	Salt	1,1	1,1
695 Havrevälling (beräknat)	Summa mä	1	1
695 Havrevälling (beräknat)	Summa enl	0,5	0,5
695 Havrevälling (beräknat)	Summa flei	0,2	0,2
695 Havrevälling (beräknat)	Fettsyra 4:(	0,2	0,2
695 Havrevälling (beräknat)	Fettsyra 12	0	0
695 Havrevälling (beräknat)	Fettsyra 14	0,2	0,2
695 Havrevälling (beräknat)	Fettsyra 16	0,5	0,5
695 Havrevälling (beräknat)	Fettsyra 18	0,2	0,2
695 Havrevälling (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
695 Havrevälling (beräknat)	Fettsyra 16	0	0
695 Havrevälling (beräknat)	Fettsyra 18	0,4	0,4
695 Havrevälling (beräknat)	Fettsyra 18	0,1	0,1
695 Havrevälling (beräknat)	Fettsyra 18	0	0
695 Havrevälling (beräknat)	Summa tra	0	0
695 Havrevälling (beräknat)	Kolesterol	5	5
695 Havrevälling (beräknat)	Monosacke	3,5	3,5

695 Havrevälling (beräknat)	Disackaride	3,6	3,6
695 Havrevälling (beräknat)	Sackaros	1,2	1,2
695 Havrevälling (beräknat)	Energi (kJ)	287	286
695 Havrevälling (beräknat)	Energi (kca	69	68
695 Havrevälling (beräknat)	Aska	1	1
695 Havrevälling (beräknat)	Vatten	83,7	83,7
695 Havrevälling (beräknat)	Kolhydrat	10	10
695 Havrevälling (beräknat)	Protein	2,4	2,4
695 Havrevälling (beräknat)	Fibrer	1	1
695 Havrevälling (beräknat)	Fett	1,8	1,8
695 Havrevälling (beräknat)	Fosfor	69	69
695 Havrevälling (beräknat)	Jod	32	31
695 Havrevälling (beräknat)	Järn	0,4	0,39
695 Havrevälling (beräknat)	Kalcium	65	65
695 Havrevälling (beräknat)	Kalium	142	142
695 Havrevälling (beräknat)	Magnesium	14	14
695 Havrevälling (beräknat)	Natrium	216	216
695 Havrevälling (beräknat)	Selen	1	1
695 Havrevälling (beräknat)	Zink	0,37	0,37
695 Havrevälling (beräknat)	Retinolekvi	13	13
695 Havrevälling (beräknat)	Retinol	12	12
695 Havrevälling (beräknat)	Vitamin D	0,01	0,01
695 Havrevälling (beräknat)	Vitamin E	0,08	0,08
695 Havrevälling (beräknat)	β-Karoten	7	7
695 Havrevälling (beräknat)	Vitamin K	0	0
695 Havrevälling (beräknat)	Tiamin	0,05	0,05
695 Havrevälling (beräknat)	Riboflavin	0,07	0,07
695 Havrevälling (beräknat)	Vitamin C	0	0
695 Havrevälling (beräknat)	Niacin	0,1	0,1
695 Havrevälling (beräknat)	Niacinekviv	0,6	0,6
695 Havrevälling (beräknat)	Vitamin B1	0,19	0,18
695 Havrevälling (beräknat)	Vitamin B6	0,03	0,03
695 Havrevälling (beräknat)	Folat	4	4
695 Havrevälling (beräknat)	Fullkorn to	4	4
695 Havrevälling (beräknat)	Salt	0,5	0,5
732 Fattiga riddare (beräknat)	Summa mä	1,8	1,6
732 Fattiga riddare (beräknat)	Summa enl	2,2	2
732 Fattiga riddare (beräknat)	Summa flei	1	0,9
732 Fattiga riddare (beräknat)	Fettsyra 4:(	0,2	0,2
732 Fattiga riddare (beräknat)	Fettsyra 12	0,1	0,1
732 Fattiga riddare (beräknat)	Fettsyra 14	0,2	0,2
732 Fattiga riddare (beräknat)	Fettsyra 16	0,9	0,8
732 Fattiga riddare (beräknat)	Fettsyra 18	0,3	0,3
732 Fattiga riddare (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
732 Fattiga riddare (beräknat)	Fettsyra 16	0	0
732 Fattiga riddare (beräknat)	Fettsyra 18	2,1	2
732 Fattiga riddare (beräknat)	Fettsyra 18	0,7	0,7
732 Fattiga riddare (beräknat)	Fettsyra 18	0,2	0,2
732 Fattiga riddare (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
732 Fattiga riddare (beräknat)	DHA (Fetts'	0	0



732 Fattiga riddare (beräknat)	Summa tra	0,1	0,1
732 Fattiga riddare (beräknat)	Kolesterol	38,6	36,2
732 Fattiga riddare (beräknat)	Monosackar	0,1	0,1
732 Fattiga riddare (beräknat)	Disackaride	6,3	5,9
732 Fattiga riddare (beräknat)	Sackaros	2,7	2,5
732 Fattiga riddare (beräknat)	Energi (kJ)	895	839
732 Fattiga riddare (beräknat)	Energi (kca	214	201
732 Fattiga riddare (beräknat)	Aska	1,3	1,2
732 Fattiga riddare (beräknat)	Vatten	51,9	54,9
732 Fattiga riddare (beräknat)	Avfall (skal	1	1
732 Fattiga riddare (beräknat)	Kolhydrate	32,2	30,2
732 Fattiga riddare (beräknat)	Protein	7,4	6,9
732 Fattiga riddare (beräknat)	Fibrer	1,5	1,4
732 Fattiga riddare (beräknat)	Fett	5,7	5,3
732 Fattiga riddare (beräknat)	Fosfor	125	118
732 Fattiga riddare (beräknat)	Jod	11	10
732 Fattiga riddare (beräknat)	Järn	0,64	0,6
732 Fattiga riddare (beräknat)	Kalcium	84	78
732 Fattiga riddare (beräknat)	Kalium	171	160
732 Fattiga riddare (beräknat)	Magnesium	16	15
732 Fattiga riddare (beräknat)	Natrium	216	202
732 Fattiga riddare (beräknat)	Selen	3,9	3,7
732 Fattiga riddare (beräknat)	Zink	0,71	0,66
732 Fattiga riddare (beräknat)	Retinolekvi	62	58
732 Fattiga riddare (beräknat)	Retinol	43	40
732 Fattiga riddare (beräknat)	Vitamin D	0,44	0,41
732 Fattiga riddare (beräknat)	Vitamin E	1,22	1,14
732 Fattiga riddare (beräknat)	β-Karoten	8	7
732 Fattiga riddare (beräknat)	Vitamin K	3	3
732 Fattiga riddare (beräknat)	Tiamin	0,15	0,14
732 Fattiga riddare (beräknat)	Riboflavin	0,17	0,16
732 Fattiga riddare (beräknat)	Vitamin C	0	0
732 Fattiga riddare (beräknat)	Niacin	1,7	1,6
732 Fattiga riddare (beräknat)	Niacinekviv	3,1	2,9
732 Fattiga riddare (beräknat)	Vitamin B1	0,32	0,3
732 Fattiga riddare (beräknat)	Vitamin B6	0,11	0,1
732 Fattiga riddare (beräknat)	Folat	18	17
732 Fattiga riddare (beräknat)	Summa n-3	0	0
732 Fattiga riddare (beräknat)	Summa n-6	0,1	0,1
732 Fattiga riddare (beräknat)	Salt	0,5	0,5
733 Pannkaka tunn m lättmjölk stekt (beräknat)	Summa mä	1,1	1,1
733 Pannkaka tunn m lättmjölk stekt (beräknat)	Summa enl	2,8	2,7
733 Pannkaka tunn m lättmjölk stekt (beräknat)	Summa flei	1,4	1,4
733 Pannkaka tunn m lättmjölk stekt (beräknat)	Fettsyra 4:(	0	0
733 Pannkaka tunn m lättmjölk stekt (beräknat)	Fettsyra 12	0	0
733 Pannkaka tunn m lättmjölk stekt (beräknat)	Fettsyra 14	0	0
733 Pannkaka tunn m lättmjölk stekt (beräknat)	Fettsyra 16	0,6	0,6
733 Pannkaka tunn m lättmjölk stekt (beräknat)	Fettsyra 18	0,2	0,2
733 Pannkaka tunn m lättmjölk stekt (beräknat)	Fettsyra 16	0	0
733 Pannkaka tunn m lättmjölk stekt (beräknat)	Fettsyra 18	2,7	2,7

733 Pannkaka tunn m lättmjölk stekt (beräknat)	Fettsyra 18	1	1
733 Pannkaka tunn m lättmjölk stekt (beräknat)	Fettsyra 18	0,3	0,3
733 Pannkaka tunn m lättmjölk stekt (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
733 Pannkaka tunn m lättmjölk stekt (beräknat)	DHA (Fettsy	0	0
733 Pannkaka tunn m lättmjölk stekt (beräknat)	Summa tra	0	0
733 Pannkaka tunn m lättmjölk stekt (beräknat)	Kolesterol	60	58,3
733 Pannkaka tunn m lättmjölk stekt (beräknat)	Monosacke	0,1	0,1
733 Pannkaka tunn m lättmjölk stekt (beräknat)	Disackaride	4,2	4,1
733 Pannkaka tunn m lättmjölk stekt (beräknat)	Sackaros	0	0
733 Pannkaka tunn m lättmjölk stekt (beräknat)	Energi (kJ)	700	681
733 Pannkaka tunn m lättmjölk stekt (beräknat)	Energi (kca	167	163
733 Pannkaka tunn m lättmjölk stekt (beräknat)	Aska	1,4	1,4
733 Pannkaka tunn m lättmjölk stekt (beräknat)	Vatten	63,8	64,8
733 Pannkaka tunn m lättmjölk stekt (beräknat)	Avfall (skal	2	2
733 Pannkaka tunn m lättmjölk stekt (beräknat)	Kolhydrat	21,2	20,6
733 Pannkaka tunn m lättmjölk stekt (beräknat)	Protein	7,2	7
733 Pannkaka tunn m lättmjölk stekt (beräknat)	Fibrer	0,6	0,6
733 Pannkaka tunn m lättmjölk stekt (beräknat)	Fett	5,8	5,6
733 Pannkaka tunn m lättmjölk stekt (beräknat)	Fosfor	133	129
733 Pannkaka tunn m lättmjölk stekt (beräknat)	Jod	40	39
733 Pannkaka tunn m lättmjölk stekt (beräknat)	Järn	0,6	0,58
733 Pannkaka tunn m lättmjölk stekt (beräknat)	Kalcium	107	104
733 Pannkaka tunn m lättmjölk stekt (beräknat)	Kalium	182	176
733 Pannkaka tunn m lättmjölk stekt (beräknat)	Magnesium	17	17
733 Pannkaka tunn m lättmjölk stekt (beräknat)	Natrium	262	255
733 Pannkaka tunn m lättmjölk stekt (beräknat)	Selen	5,8	5,7
733 Pannkaka tunn m lättmjölk stekt (beräknat)	Zink	0,76	0,74
733 Pannkaka tunn m lättmjölk stekt (beräknat)	Retinolekvi	92	90
733 Pannkaka tunn m lättmjölk stekt (beräknat)	Retinol	68	66
733 Pannkaka tunn m lättmjölk stekt (beräknat)	Vitamin D	1,01	0,98
733 Pannkaka tunn m lättmjölk stekt (beräknat)	Vitamin E	1,78	1,73
733 Pannkaka tunn m lättmjölk stekt (beräknat)	β-Karoten	2	2
733 Pannkaka tunn m lättmjölk stekt (beräknat)	Vitamin K	5	5
733 Pannkaka tunn m lättmjölk stekt (beräknat)	Tiamin	0,13	0,13
733 Pannkaka tunn m lättmjölk stekt (beräknat)	Riboflavin	0,2	0,19
733 Pannkaka tunn m lättmjölk stekt (beräknat)	Vitamin C	0	0
733 Pannkaka tunn m lättmjölk stekt (beräknat)	Niacin	1	1
733 Pannkaka tunn m lättmjölk stekt (beräknat)	Niacinekviv	2,6	2,5
733 Pannkaka tunn m lättmjölk stekt (beräknat)	Vitamin B1	0,5	0,48
733 Pannkaka tunn m lättmjölk stekt (beräknat)	Vitamin B6	0,09	0,09
733 Pannkaka tunn m lättmjölk stekt (beräknat)	Folat	17	16
733 Pannkaka tunn m lättmjölk stekt (beräknat)	Summa n-3	0	0
733 Pannkaka tunn m lättmjölk stekt (beräknat)	Summa n-6	0,2	0,2
733 Pannkaka tunn m lättmjölk stekt (beräknat)	Salt	0,7	0,6
734 Ugnspannkaka m lättmjölk ugnsbakad (beräkn Summa mä		1,3	1,2
734 Ugnspannkaka m lättmjölk ugnsbakad (beräkn Summa enl		3,1	3
734 Ugnspannkaka m lättmjölk ugnsbakad (beräkn Summa flei		1,5	1,5
734 Ugnspannkaka m lättmjölk ugnsbakad (beräkn Fettsyra 4:(		0	0
734 Ugnspannkaka m lättmjölk ugnsbakad (beräkn Fettsyra 12		0	0
734 Ugnspannkaka m lättmjölk ugnsbakad (beräkn Fettsyra 14		0,1	0,1

734 Ugnspannkaka m lättmjölk ugnsbakad (beräkn Fettsyra 16	0,7	0,7
734 Ugnspannkaka m lättmjölk ugnsbakad (beräkn Fettsyra 18	0,3	0,3
734 Ugnspannkaka m lättmjölk ugnsbakad (beräkn Fettsyra 16	0	0
734 Ugnspannkaka m lättmjölk ugnsbakad (beräkn Fettsyra 18	3	2,9
734 Ugnspannkaka m lättmjölk ugnsbakad (beräkn Fettsyra 18	1,1	1,1
734 Ugnspannkaka m lättmjölk ugnsbakad (beräkn Fettsyra 18	0,3	0,3
734 Ugnspannkaka m lättmjölk ugnsbakad (beräkn Fettsyra 20	0	0
734 Ugnspannkaka m lättmjölk ugnsbakad (beräkn DHA (Fetts'	0	0
734 Ugnspannkaka m lättmjölk ugnsbakad (beräkn Summa tra	0	0
734 Ugnspannkaka m lättmjölk ugnsbakad (beräkn Kolesterol	73,2	70,2
734 Ugnspannkaka m lättmjölk ugnsbakad (beräkn Monosacke	0,1	0,1
734 Ugnspannkaka m lättmjölk ugnsbakad (beräkn Disackaride	4,5	4,3
734 Ugnspannkaka m lättmjölk ugnsbakad (beräkn Sackaros	0	0
734 Ugnspannkaka m lättmjölk ugnsbakad (beräkn Energi (kJ)	760	730
734 Ugnspannkaka m lättmjölk ugnsbakad (beräkn Energi (kca	182	175
734 Ugnspannkaka m lättmjölk ugnsbakad (beräkn Aska	1,5	1,5
734 Ugnspannkaka m lättmjölk ugnsbakad (beräkn Vatten	60,8	62,4
734 Ugnspannkaka m lättmjölk ugnsbakad (beräkn Avfall (skal	2	2
734 Ugnspannkaka m lättmjölk ugnsbakad (beräkn Kolhydrate	22,5	21,6
734 Ugnspannkaka m lättmjölk ugnsbakad (beräkn Protein	8	7,7
734 Ugnspannkaka m lättmjölk ugnsbakad (beräkn Fibrer	0,6	0,6
734 Ugnspannkaka m lättmjölk ugnsbakad (beräkn Fett	6,4	6,2
734 Ugnspannkaka m lättmjölk ugnsbakad (beräkn Fosfor	146	140
734 Ugnspannkaka m lättmjölk ugnsbakad (beräkn Jod	43	41
734 Ugnspannkaka m lättmjölk ugnsbakad (beräkn Järn	0,68	0,66
734 Ugnspannkaka m lättmjölk ugnsbakad (beräkn Kalcium	115	110
734 Ugnspannkaka m lättmjölk ugnsbakad (beräkn Kalium	197	189
734 Ugnspannkaka m lättmjölk ugnsbakad (beräkn Magnesium	19	18
734 Ugnspannkaka m lättmjölk ugnsbakad (beräkn Natrium	283	271
734 Ugnspannkaka m lättmjölk ugnsbakad (beräkn Selen	6,8	6,6
734 Ugnspannkaka m lättmjölk ugnsbakad (beräkn Zink	0,85	0,81
734 Ugnspannkaka m lättmjölk ugnsbakad (beräkn Retinolekvi	104	100
734 Ugnspannkaka m lättmjölk ugnsbakad (beräkn Retinol	78	75
734 Ugnspannkaka m lättmjölk ugnsbakad (beräkn Vitamin D	1,11	1,06
734 Ugnspannkaka m lättmjölk ugnsbakad (beräkn Vitamin E	2,05	1,96
734 Ugnspannkaka m lättmjölk ugnsbakad (beräkn $\beta$ -Karoten	2	2
734 Ugnspannkaka m lättmjölk ugnsbakad (beräkn Vitamin K	7	6
734 Ugnspannkaka m lättmjölk ugnsbakad (beräkn Tiamin	0,14	0,14
734 Ugnspannkaka m lättmjölk ugnsbakad (beräkn Riboflavin	0,21	0,2
734 Ugnspannkaka m lättmjölk ugnsbakad (beräkn Vitamin C	0	0
734 Ugnspannkaka m lättmjölk ugnsbakad (beräkn Niacin	1	1
734 Ugnspannkaka m lättmjölk ugnsbakad (beräkn Niacinekviv	2,8	2,7
734 Ugnspannkaka m lättmjölk ugnsbakad (beräkn Vitamin B1	0,56	0,54
734 Ugnspannkaka m lättmjölk ugnsbakad (beräkn Vitamin B6	0,11	0,11
734 Ugnspannkaka m lättmjölk ugnsbakad (beräkn Folat	21	20
734 Ugnspannkaka m lättmjölk ugnsbakad (beräkn Summa n-3	0	0
734 Ugnspannkaka m lättmjölk ugnsbakad (beräkn Summa n-6	0,3	0,3
734 Ugnspannkaka m lättmjölk ugnsbakad (beräkn Salt	0,7	0,7
735 Ugnspannkaka (beräknat) Summa mä	1,8	1,7
735 Ugnspannkaka (beräknat) Summa enl	3,2	3,1

735 Ugnspannkaka (beräknat)	Summa flei	1,5	1,5
735 Ugnspannkaka (beräknat)	Fettsyra 4:(	0,1	0,1
735 Ugnspannkaka (beräknat)	Fettsyra 12	0	0
735 Ugnspannkaka (beräknat)	Fettsyra 14	0,1	0,1
735 Ugnspannkaka (beräknat)	Fettsyra 16	1	0,9
735 Ugnspannkaka (beräknat)	Fettsyra 18	0,4	0,4
735 Ugnspannkaka (beräknat)	Fettsyra 16	0,1	0,1
735 Ugnspannkaka (beräknat)	Fettsyra 18	3,1	3
735 Ugnspannkaka (beräknat)	Fettsyra 18	1,1	1
735 Ugnspannkaka (beräknat)	Fettsyra 18	0,3	0,3
735 Ugnspannkaka (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
735 Ugnspannkaka (beräknat)	DHA (Fetts'	0	0
735 Ugnspannkaka (beräknat)	Summa tra	0,1	0,1
735 Ugnspannkaka (beräknat)	Kolesterol	74,7	71,4
735 Ugnspannkaka (beräknat)	Monosacke	0,1	0,1
735 Ugnspannkaka (beräknat)	Disackaride	4,5	4,3
735 Ugnspannkaka (beräknat)	Sackaros	0	0
735 Ugnspannkaka (beräknat)	Energi (kJ)	783	750
735 Ugnspannkaka (beräknat)	Energi (kca	187	179
735 Ugnspannkaka (beräknat)	Aska	1,5	1,4
735 Ugnspannkaka (beräknat)	Vatten	60,4	62,2
735 Ugnspannkaka (beräknat)	Avfall (skal	2	2
735 Ugnspannkaka (beräknat)	Kolhydrate	22,3	21,3
735 Ugnspannkaka (beräknat)	Protein	7,9	7,6
735 Ugnspannkaka (beräknat)	Fibrer	0,6	0,6
735 Ugnspannkaka (beräknat)	Fett	7,2	6,9
735 Ugnspannkaka (beräknat)	Fosfor	145	139
735 Ugnspannkaka (beräknat)	Jod	42	40
735 Ugnspannkaka (beräknat)	Järn	0,67	0,64
735 Ugnspannkaka (beräknat)	Kalcium	115	110
735 Ugnspannkaka (beräknat)	Kalium	197	188
735 Ugnspannkaka (beräknat)	Magnesium	19	18
735 Ugnspannkaka (beräknat)	Natrium	279	266
735 Ugnspannkaka (beräknat)	Selen	6,8	6,5
735 Ugnspannkaka (beräknat)	Zink	0,85	0,81
735 Ugnspannkaka (beräknat)	Retinolekvi	104	99
735 Ugnspannkaka (beräknat)	Retinol	86	82
735 Ugnspannkaka (beräknat)	Vitamin D	1,12	1,07
735 Ugnspannkaka (beräknat)	Vitamin E	2,04	1,95
735 Ugnspannkaka (beräknat)	β-Karoten	6	6
735 Ugnspannkaka (beräknat)	Vitamin K	6	6
735 Ugnspannkaka (beräknat)	Tiamin	0,14	0,14
735 Ugnspannkaka (beräknat)	Riboflavin	0,21	0,2
735 Ugnspannkaka (beräknat)	Vitamin C	0	0
735 Ugnspannkaka (beräknat)	Niacin	1	1
735 Ugnspannkaka (beräknat)	Niacinekviv	2,8	2,6
735 Ugnspannkaka (beräknat)	Vitamin B1	0,56	0,53
735 Ugnspannkaka (beräknat)	Vitamin B6	0,11	0,1
735 Ugnspannkaka (beräknat)	Folat	21	20
735 Ugnspannkaka (beräknat)	Summa n-3	0	0

735 Ugnspannkaka (beräknat)	Summa n-6	0,3	0,2
735 Ugnspannkaka (beräknat)	Salt	0,7	0,7
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Summa mä	2,6	2,5
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Summa enl	6,4	6,2
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Summa flei	3,1	3
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Fettsyra 4:(	0,2	0,2
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Fettsyra 12	0,1	0,1
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Fettsyra 14	0,2	0,2
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Fettsyra 16	1,2	1,2
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Fettsyra 18	0,5	0,5
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Fettsyra 16	0	0
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Fettsyra 18	6,2	6,1
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Fettsyra 18	2,1	2,1
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Fettsyra 18	0,8	0,8
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	DHA (Fettsy	0	0
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Summa tra	0,1	0,1
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Kolesterol	48,6	47,6
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Monosacke	0,1	0,1
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Disackaride	3,4	3,3
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Sackaros	0,1	0,1
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Energi (kJ)	1003	982
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Energi (kca	240	235
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Aska	1,6	1,6
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Vatten	53,7	54,7
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Avfall (skal	1	1
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Kolhydrate	24,8	24,2
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Protein	6,6	6,5
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Fibrer	0,8	0,7
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Fett	12,6	12,3
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Fosfor	165	161
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Jod	34	33
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Järn	0,59	0,57
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Kalcium	152	149
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Kalium	152	149
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Magnesium	16	16
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Natrium	349	342
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Selen	4,7	4,6
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Zink	0,68	0,67
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Retinolekvi	133	130
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Retinol	44	43
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Vitamin D	1,29	1,26
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Vitamin E	2,81	2,75
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	β-Karoten	9	8
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Vitamin K	4	4
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Tiamin	0,14	0,14
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Riboflavin	0,16	0,15
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Vitamin C	0	0
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Niacin	1,2	1,2

736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Niacinekviv	2,6	2,5
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Vitamin B1	0,36	0,36
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Vitamin B6	0,09	0,09
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Folat	15	15
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Summa n-3	0	0
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Summa n-6	0,2	0,2
736 Våfflor äggvåfflor (beräknat)	Salt	0,9	0,9
739 Fläskpannkaka (beräknat)	Summa mä	5,3	4,9
739 Fläskpannkaka (beräknat)	Summa enl	4,8	4,5
739 Fläskpannkaka (beräknat)	Summa flei	1,5	1,4
739 Fläskpannkaka (beräknat)	Fettsyra 4:(	0,1	0,1
739 Fläskpannkaka (beräknat)	Fettsyra 12	0	0
739 Fläskpannkaka (beräknat)	Fettsyra 14	0,3	0,3
739 Fläskpannkaka (beräknat)	Fettsyra 16	3,1	2,9
739 Fläskpannkaka (beräknat)	Fettsyra 18	1,7	1,6
739 Fläskpannkaka (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
739 Fläskpannkaka (beräknat)	Fettsyra 16	0,4	0,3
739 Fläskpannkaka (beräknat)	Fettsyra 18	4,3	4
739 Fläskpannkaka (beräknat)	Fettsyra 18	1,2	1,1
739 Fläskpannkaka (beräknat)	Fettsyra 18	0,1	0,1
739 Fläskpannkaka (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
739 Fläskpannkaka (beräknat)	EPA (Fettsy	0	0
739 Fläskpannkaka (beräknat)	DPA (Fettsy	0	0
739 Fläskpannkaka (beräknat)	DHA (Fettsy'	0,1	0
739 Fläskpannkaka (beräknat)	Summa tra	0	0
739 Fläskpannkaka (beräknat)	Kolesterol	80,4	75,1
739 Fläskpannkaka (beräknat)	Monosacke	0,1	0,1
739 Fläskpannkaka (beräknat)	Disackaride	3,5	3,3
739 Fläskpannkaka (beräknat)	Sackaros	0	0
739 Fläskpannkaka (beräknat)	Energi (kJ)	933	874
739 Fläskpannkaka (beräknat)	Energi (kca	223	209
739 Fläskpannkaka (beräknat)	Aska	2,1	1,9
739 Fläskpannkaka (beräknat)	Vatten	57,3	60,1
739 Fläskpannkaka (beräknat)	Avfall (skal	2	2
739 Fläskpannkaka (beräknat)	Kolhydrate	17,9	16,8
739 Fläskpannkaka (beräknat)	Protein	9,6	9
739 Fläskpannkaka (beräknat)	Fibrer	0,5	0,5
739 Fläskpannkaka (beräknat)	Fett	12,5	11,7
739 Fläskpannkaka (beräknat)	Fosfor	172	161
739 Fläskpannkaka (beräknat)	Jod	34	32
739 Fläskpannkaka (beräknat)	Järn	0,68	0,64
739 Fläskpannkaka (beräknat)	Kalcium	92	86
739 Fläskpannkaka (beräknat)	Kalium	209	195
739 Fläskpannkaka (beräknat)	Magnesium	19	18
739 Fläskpannkaka (beräknat)	Natrium	537	502
739 Fläskpannkaka (beräknat)	Selen	7,4	6,9
739 Fläskpannkaka (beräknat)	Zink	1,67	1,56
739 Fläskpannkaka (beräknat)	Retinolekvi	58	54
739 Fläskpannkaka (beräknat)	Retinol	71	66
739 Fläskpannkaka (beräknat)	Vitamin D	0,68	0,64

739 Fläskpannkaka (beräknat)	Vitamin E	1,14	1,07
739 Fläskpannkaka (beräknat)	β-Karoten	5	4
739 Fläskpannkaka (beräknat)	Vitamin K	5	5
739 Fläskpannkaka (beräknat)	Tiamin	0,19	0,18
739 Fläskpannkaka (beräknat)	Riboflavin	0,19	0,18
739 Fläskpannkaka (beräknat)	Vitamin C	0	0
739 Fläskpannkaka (beräknat)	Niacin	1,5	1,4
739 Fläskpannkaka (beräknat)	Niacinekviv	3,4	3,2
739 Fläskpannkaka (beräknat)	Vitamin B1	0,53	0,5
739 Fläskpannkaka (beräknat)	Vitamin B6	0,15	0,14
739 Fläskpannkaka (beräknat)	Folat	17	16
739 Fläskpannkaka (beräknat)	Summa n-3	0	0
739 Fläskpannkaka (beräknat)	Summa n-6	0,2	0,2
739 Fläskpannkaka (beräknat)	Salt	1,3	1,3
739 Fläskpannkaka (beräknat)	Summa lån	0,1	0,1
747 Crêpefyllning kall förrätt (beräknat)	Energi (kJ)	554	555
747 Crêpefyllning kall förrätt (beräknat)	Energi (kca	132	133
747 Crêpefyllning kall förrätt (beräknat)	Kalium	208	207
748 Pannkaka tunn fylld ospec. (beräknat)	Summa mä	4,1	4
748 Pannkaka tunn fylld ospec. (beräknat)	Summa enl	2,9	2,8
748 Pannkaka tunn fylld ospec. (beräknat)	Summa flei	0,8	0,8
748 Pannkaka tunn fylld ospec. (beräknat)	Fettsyra 4:(	0,5	0,5
748 Pannkaka tunn fylld ospec. (beräknat)	Fettsyra 12	0,2	0,2
748 Pannkaka tunn fylld ospec. (beräknat)	Fettsyra 14	0,5	0,5
748 Pannkaka tunn fylld ospec. (beräknat)	Fettsyra 16	2	2
748 Pannkaka tunn fylld ospec. (beräknat)	Fettsyra 18	0,8	0,8
748 Pannkaka tunn fylld ospec. (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
748 Pannkaka tunn fylld ospec. (beräknat)	Fettsyra 16	0,2	0,2
748 Pannkaka tunn fylld ospec. (beräknat)	Fettsyra 18	2,5	2,5
748 Pannkaka tunn fylld ospec. (beräknat)	Fettsyra 18	0,5	0,5
748 Pannkaka tunn fylld ospec. (beräknat)	Fettsyra 18	0,1	0,1
748 Pannkaka tunn fylld ospec. (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
748 Pannkaka tunn fylld ospec. (beräknat)	EPA (Fettsy	0	0
748 Pannkaka tunn fylld ospec. (beräknat)	DPA (Fettsy	0	0
748 Pannkaka tunn fylld ospec. (beräknat)	DHA (Fettsy	0,1	0,1
748 Pannkaka tunn fylld ospec. (beräknat)	Summa tra	0,1	0,1
748 Pannkaka tunn fylld ospec. (beräknat)	Kolesterol	125,6	123,8
748 Pannkaka tunn fylld ospec. (beräknat)	Monosacke	0,1	0,1
748 Pannkaka tunn fylld ospec. (beräknat)	Disackaride	3	3
748 Pannkaka tunn fylld ospec. (beräknat)	Sackaros	0,2	0,2
748 Pannkaka tunn fylld ospec. (beräknat)	Energi (kJ)	771	758
748 Pannkaka tunn fylld ospec. (beräknat)	Energi (kca	184	181
748 Pannkaka tunn fylld ospec. (beräknat)	Aska	2	2
748 Pannkaka tunn fylld ospec. (beräknat)	Vatten	63,4	64
748 Pannkaka tunn fylld ospec. (beräknat)	Avfall (skal	2	2
748 Pannkaka tunn fylld ospec. (beräknat)	Kolhydrate	13,6	13,4
748 Pannkaka tunn fylld ospec. (beräknat)	Protein	10,9	10,6
748 Pannkaka tunn fylld ospec. (beräknat)	Fibrer	0,6	0,6
748 Pannkaka tunn fylld ospec. (beräknat)	Fett	9,4	9,3
748 Pannkaka tunn fylld ospec. (beräknat)	Fosfor	172	168

748 Pannkaka tunn fylld ospec. (beräknat)	Jod	9	9
748 Pannkaka tunn fylld ospec. (beräknat)	Järn	0,71	0,74
748 Pannkaka tunn fylld ospec. (beräknat)	Kalcium	142	139
748 Pannkaka tunn fylld ospec. (beräknat)	Kalium	211	211
748 Pannkaka tunn fylld ospec. (beräknat)	Magnesium	20	21
748 Pannkaka tunn fylld ospec. (beräknat)	Natrium	420	418
748 Pannkaka tunn fylld ospec. (beräknat)	Selen	9,3	9,5
748 Pannkaka tunn fylld ospec. (beräknat)	Zink	1,13	1,04
748 Pannkaka tunn fylld ospec. (beräknat)	Retinolekvi	120	119
748 Pannkaka tunn fylld ospec. (beräknat)	Retinol	92	91
748 Pannkaka tunn fylld ospec. (beräknat)	Vitamin D	1,32	1,3
748 Pannkaka tunn fylld ospec. (beräknat)	Vitamin E	1,53	1,51
748 Pannkaka tunn fylld ospec. (beräknat)	β-Karoten	337	332
748 Pannkaka tunn fylld ospec. (beräknat)	Vitamin K	4	4
748 Pannkaka tunn fylld ospec. (beräknat)	Tiamin	0,14	0,14
748 Pannkaka tunn fylld ospec. (beräknat)	Riboflavin	0,21	0,2
748 Pannkaka tunn fylld ospec. (beräknat)	Vitamin C	2	2
748 Pannkaka tunn fylld ospec. (beräknat)	Niacin	1,4	1,6
748 Pannkaka tunn fylld ospec. (beräknat)	Niacinekviv	3,9	4
748 Pannkaka tunn fylld ospec. (beräknat)	Vitamin B1	0,94	0,92
748 Pannkaka tunn fylld ospec. (beräknat)	Vitamin B6	0,14	0,14
748 Pannkaka tunn fylld ospec. (beräknat)	Folat	27	27
748 Pannkaka tunn fylld ospec. (beräknat)	Summa n-3	0	0
748 Pannkaka tunn fylld ospec. (beräknat)	Summa n-6	0,2	0,1
748 Pannkaka tunn fylld ospec. (beräknat)	Salt	0,9	1
754 Pirog u fyllning gräddad (beräknat)	Summa mä	12,2	12,2
754 Pirog u fyllning gräddad (beräknat)	Summa enl	11,6	11,5
754 Pirog u fyllning gräddad (beräknat)	Summa flei	7,2	7,2
754 Pirog u fyllning gräddad (beräknat)	Fettsyra 4:(	0,1	0,1
754 Pirog u fyllning gräddad (beräknat)	Fettsyra 12	0,7	0,7
754 Pirog u fyllning gräddad (beräknat)	Fettsyra 14	0,4	0,4
754 Pirog u fyllning gräddad (beräknat)	Fettsyra 16	9	8,9
754 Pirog u fyllning gräddad (beräknat)	Fettsyra 18	1	1
754 Pirog u fyllning gräddad (beräknat)	Fettsyra 16	0	0
754 Pirog u fyllning gräddad (beräknat)	Fettsyra 18	12,9	12,9
754 Pirog u fyllning gräddad (beräknat)	Fettsyra 18	4,3	4,3
754 Pirog u fyllning gräddad (beräknat)	Fettsyra 18	1,6	1,6
754 Pirog u fyllning gräddad (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
754 Pirog u fyllning gräddad (beräknat)	DHA (Fettsy	0	0
754 Pirog u fyllning gräddad (beräknat)	Summa tra	0,2	0,2
754 Pirog u fyllning gräddad (beräknat)	Kolesterol	25,4	25,3
754 Pirog u fyllning gräddad (beräknat)	Monosackar	0,1	0,1
754 Pirog u fyllning gräddad (beräknat)	Disackaride	0,9	0,8
754 Pirog u fyllning gräddad (beräknat)	Sackaros	0,1	0,1
754 Pirog u fyllning gräddad (beräknat)	Energi (kJ)	1957	1949
754 Pirog u fyllning gräddad (beräknat)	Energi (kca	468	466
754 Pirog u fyllning gräddad (beräknat)	Aska	1,4	1,4
754 Pirog u fyllning gräddad (beräknat)	Vatten	19,6	20
754 Pirog u fyllning gräddad (beräknat)	Avfall (skal	1	1
754 Pirog u fyllning gräddad (beräknat)	Kolhydrate	39,6	39,4



754 Pirog u fyllning gräddad (beräknat)	Protein	6,6	6,5
754 Pirog u fyllning gräddad (beräknat)	Fibrer	1,4	1,4
754 Pirog u fyllning gräddad (beräknat)	Fett	31,4	31,3
754 Pirog u fyllning gräddad (beräknat)	Fosfor	77	77
754 Pirog u fyllning gräddad (beräknat)	Jod	29	29
754 Pirog u fyllning gräddad (beräknat)	Järn	0,77	0,77
754 Pirog u fyllning gräddad (beräknat)	Kalcium	15	14
754 Pirog u fyllning gräddad (beräknat)	Kalium	77	76
754 Pirog u fyllning gräddad (beräknat)	Magnesium	15	15
754 Pirog u fyllning gräddad (beräknat)	Natrium	442	440
754 Pirog u fyllning gräddad (beräknat)	Selen	3	3
754 Pirog u fyllning gräddad (beräknat)	Zink	0,53	0,53
754 Pirog u fyllning gräddad (beräknat)	Retinolekvi	316	314
754 Pirog u fyllning gräddad (beräknat)	Retinol	17	17
754 Pirog u fyllning gräddad (beräknat)	Vitamin D	3,84	3,82
754 Pirog u fyllning gräddad (beräknat)	Vitamin E	5,11	5,09
754 Pirog u fyllning gräddad (beräknat)	Vitamin K	3	3
754 Pirog u fyllning gräddad (beräknat)	Tiamin	0,21	0,21
754 Pirog u fyllning gräddad (beräknat)	Riboflavin	0,09	0,09
754 Pirog u fyllning gräddad (beräknat)	Vitamin C	1	1
754 Pirog u fyllning gräddad (beräknat)	Niacin	2,1	2,1
754 Pirog u fyllning gräddad (beräknat)	Niacinekviv	3,3	3,3
754 Pirog u fyllning gräddad (beräknat)	Vitamin B1	0,09	0,09
754 Pirog u fyllning gräddad (beräknat)	Vitamin B6	0,14	0,14
754 Pirog u fyllning gräddad (beräknat)	Folat	14	14
754 Pirog u fyllning gräddad (beräknat)	Summa n-3	0	0
754 Pirog u fyllning gräddad (beräknat)	Summa n-6	0,1	0,1
754 Pirog u fyllning gräddad (beräknat)	Salt	1,1	1,1
756 Köttfärspaj (beräknat)	Summa mä	3,9	3,8
756 Köttfärspaj (beräknat)	Summa enl	5,6	5,5
756 Köttfärspaj (beräknat)	Summa flei	2,2	2,1
756 Köttfärspaj (beräknat)	Fettsyra 4:(	0,2	0,2
756 Köttfärspaj (beräknat)	Fettsyra 12	0,1	0,1
756 Köttfärspaj (beräknat)	Fettsyra 14	0,4	0,4
756 Köttfärspaj (beräknat)	Fettsyra 16	1,9	1,8
756 Köttfärspaj (beräknat)	Fettsyra 18	1	0,9
756 Köttfärspaj (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
756 Köttfärspaj (beräknat)	Fettsyra 16	0,1	0,1
756 Köttfärspaj (beräknat)	Fettsyra 18	5,4	5,2
756 Köttfärspaj (beräknat)	Fettsyra 18	1,5	1,4
756 Köttfärspaj (beräknat)	Fettsyra 18	0,6	0,6
756 Köttfärspaj (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
756 Köttfärspaj (beräknat)	DPA (Fettsy	0	0
756 Köttfärspaj (beräknat)	DHA (Fettsy	0	0
756 Köttfärspaj (beräknat)	Summa tra	0,2	0,2
756 Köttfärspaj (beräknat)	Kolesterol	31,5	30,8
756 Köttfärspaj (beräknat)	Monosacke	0,8	0,8
756 Köttfärspaj (beräknat)	Disackaride	0,6	0,5
756 Köttfärspaj (beräknat)	Sackaros	0,2	0,2
756 Köttfärspaj (beräknat)	Energi (kJ)	810	790

756 Köttfärspaj (beräknat)	Energi (kca	194	189
756 Köttfärspaj (beräknat)	Aska	1,7	1,6
756 Köttfärspaj (beräknat)	Vatten	64,5	65,3
756 Köttfärspaj (beräknat)	Avfall (skal	3	3
756 Köttfärspaj (beräknat)	Kolhydrat	10,6	10,4
756 Köttfärspaj (beräknat)	Protein	10	9,8
756 Köttfärspaj (beräknat)	Fibrer	0,7	0,7
756 Köttfärspaj (beräknat)	Fett	12,2	11,9
756 Köttfärspaj (beräknat)	Fosfor	96	93
756 Köttfärspaj (beräknat)	Jod	35	34
756 Köttfärspaj (beräknat)	Järn	1,12	1,09
756 Köttfärspaj (beräknat)	Kalcium	15	15
756 Köttfärspaj (beräknat)	Kalium	192	187
756 Köttfärspaj (beräknat)	Magnesium	15	14
756 Köttfärspaj (beräknat)	Natrium	490	479
756 Köttfärspaj (beräknat)	Selen	3,6	3,5
756 Köttfärspaj (beräknat)	Zink	2,32	2,27
756 Köttfärspaj (beräknat)	Retinolekvi	96	94
756 Köttfärspaj (beräknat)	Retinol	30	29
756 Köttfärspaj (beräknat)	Vitamin D	0,99	0,97
756 Köttfärspaj (beräknat)	Vitamin E	1,83	1,78
756 Köttfärspaj (beräknat)	β-Karoten	56	55
756 Köttfärspaj (beräknat)	Vitamin K	1	1
756 Köttfärspaj (beräknat)	Tiamin	0,09	0,09
756 Köttfärspaj (beräknat)	Riboflavin	0,13	0,12
756 Köttfärspaj (beräknat)	Vitamin C	11	10
756 Köttfärspaj (beräknat)	Niacin	2,3	2,2
756 Köttfärspaj (beräknat)	Niacinekviv	4,1	4
756 Köttfärspaj (beräknat)	Vitamin B1	0,39	0,38
756 Köttfärspaj (beräknat)	Vitamin B6	0,25	0,24
756 Köttfärspaj (beräknat)	Folat	12	11
756 Köttfärspaj (beräknat)	Salt	1,2	1,2
757 Kycklingpaj (beräknat)	Summa mä	2,2	2,1
757 Kycklingpaj (beräknat)	Summa enl	2,6	2,5
757 Kycklingpaj (beräknat)	Summa flei	1	1
757 Kycklingpaj (beräknat)	Fettsyra 4:(	0,2	0,2
757 Kycklingpaj (beräknat)	Fettsyra 12	0,1	0,1
757 Kycklingpaj (beräknat)	Fettsyra 14	0,2	0,2
757 Kycklingpaj (beräknat)	Fettsyra 16	1,1	1,1
757 Kycklingpaj (beräknat)	Fettsyra 18	0,4	0,4
757 Kycklingpaj (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
757 Kycklingpaj (beräknat)	Fettsyra 16	0,1	0,1
757 Kycklingpaj (beräknat)	Fettsyra 18	2,4	2,3
757 Kycklingpaj (beräknat)	Fettsyra 18	0,7	0,7
757 Kycklingpaj (beräknat)	Fettsyra 18	0,2	0,2
757 Kycklingpaj (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
757 Kycklingpaj (beräknat)	EPA (Fettsy	0	0
757 Kycklingpaj (beräknat)	DPA (Fettsy	0	0
757 Kycklingpaj (beräknat)	DHA (Fettsy	0	0
757 Kycklingpaj (beräknat)	Summa tra	0,1	0,1

757 Kycklingpaj (beräknat)	Kolesterol	45,8	44,3
757 Kycklingpaj (beräknat)	Monosacke	1,1	1
757 Kycklingpaj (beräknat)	Disackaride	1,3	1,3
757 Kycklingpaj (beräknat)	Sackaros	0,4	0,4
757 Kycklingpaj (beräknat)	Energi (kJ)	551	533
757 Kycklingpaj (beräknat)	Energi (kca	132	127
757 Kycklingpaj (beräknat)	Aska	1,5	1,5
757 Kycklingpaj (beräknat)	Vatten	72,1	73,1
757 Kycklingpaj (beräknat)	Avfall (skal	3	3
757 Kycklingpaj (beräknat)	Kolhydrat	7	6,8
757 Kycklingpaj (beräknat)	Protein	11,5	11,2
757 Kycklingpaj (beräknat)	Fibrer	0,8	0,8
757 Kycklingpaj (beräknat)	Fett	6,2	6
757 Kycklingpaj (beräknat)	Fosfor	136	132
757 Kycklingpaj (beräknat)	Jod	26	25
757 Kycklingpaj (beräknat)	Järn	0,5	0,49
757 Kycklingpaj (beräknat)	Kalcium	32	31
757 Kycklingpaj (beräknat)	Kalium	261	253
757 Kycklingpaj (beräknat)	Magnesium	20	20
757 Kycklingpaj (beräknat)	Natrium	278	269
757 Kycklingpaj (beräknat)	Selen	6,9	6,7
757 Kycklingpaj (beräknat)	Zink	0,83	0,81
757 Kycklingpaj (beräknat)	Retinolekvi	56	55
757 Kycklingpaj (beräknat)	Retinol	31	30
757 Kycklingpaj (beräknat)	Vitamin D	0,53	0,52
757 Kycklingpaj (beräknat)	Vitamin E	1,33	1,28
757 Kycklingpaj (beräknat)	β-Karoten	37	36
757 Kycklingpaj (beräknat)	Vitamin K	1	1
757 Kycklingpaj (beräknat)	Tiamin	0,08	0,08
757 Kycklingpaj (beräknat)	Riboflavin	0,12	0,12
757 Kycklingpaj (beräknat)	Vitamin C	7	7
757 Kycklingpaj (beräknat)	Niacin	4,7	4,6
757 Kycklingpaj (beräknat)	Niacinekviv	6,8	6,6
757 Kycklingpaj (beräknat)	Vitamin B1	0,17	0,17
757 Kycklingpaj (beräknat)	Vitamin B6	0,23	0,22
757 Kycklingpaj (beräknat)	Folat	20	19
757 Kycklingpaj (beräknat)	Summa n-3	0	0
757 Kycklingpaj (beräknat)	Summa n-6	0	0
757 Kycklingpaj (beräknat)	Salt	0,7	0,7
757 Kycklingpaj (beräknat)	Summa lån	0	0
758 Pirog m köttfärsfyllning (beräknat)	Summa mä	9,3	9,2
758 Pirog m köttfärsfyllning (beräknat)	Summa enl	8,7	8,6
758 Pirog m köttfärsfyllning (beräknat)	Summa flei	4,9	4,7
758 Pirog m köttfärsfyllning (beräknat)	Fettsyra 4:(	0,1	0,1
758 Pirog m köttfärsfyllning (beräknat)	Fettsyra 12	0,5	0,5
758 Pirog m köttfärsfyllning (beräknat)	Fettsyra 14	0,3	0,3
758 Pirog m köttfärsfyllning (beräknat)	Fettsyra 16	6,5	6,4
758 Pirog m köttfärsfyllning (beräknat)	Fettsyra 18	1,2	1,3
758 Pirog m köttfärsfyllning (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
758 Pirog m köttfärsfyllning (beräknat)	Fettsyra 16	0,1	0,1

758 Pirog m köttfärsfyllning (beräknat)	Fettsyra 18	9,4	9,3
758 Pirog m köttfärsfyllning (beräknat)	Fettsyra 18	2,9	2,8
758 Pirog m köttfärsfyllning (beräknat)	Fettsyra 18	1,1	1
758 Pirog m köttfärsfyllning (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
758 Pirog m köttfärsfyllning (beräknat)	EPA (Fettsy	0	0
758 Pirog m köttfärsfyllning (beräknat)	DPA (Fettsy	0	0
758 Pirog m köttfärsfyllning (beräknat)	DHA (Fettsy	0	0
758 Pirog m köttfärsfyllning (beräknat)	Summa tra	0,1	0,1
758 Pirog m köttfärsfyllning (beräknat)	Kolesterol	33,9	32,9
758 Pirog m köttfärsfyllning (beräknat)	Monosacke	0,9	0,8
758 Pirog m köttfärsfyllning (beräknat)	Disackaride	1,1	1
758 Pirog m köttfärsfyllning (beräknat)	Sackaros	0,6	0,6
758 Pirog m köttfärsfyllning (beräknat)	Energi (kJ)	1484	1454
758 Pirog m köttfärsfyllning (beräknat)	Energi (kca	355	347
758 Pirog m köttfärsfyllning (beräknat)	Aska	1,9	1,9
758 Pirog m köttfärsfyllning (beräknat)	Vatten	37,3	38,9
758 Pirog m köttfärsfyllning (beräknat)	Avfall (skal	3	3
758 Pirog m köttfärsfyllning (beräknat)	Kolhydrat	26,9	26,1
758 Pirog m köttfärsfyllning (beräknat)	Protein	9,1	8,7
758 Pirog m köttfärsfyllning (beräknat)	Fibrer	1,3	1,3
758 Pirog m köttfärsfyllning (beräknat)	Fett	23,3	23
758 Pirog m köttfärsfyllning (beräknat)	Fosfor	99	96
758 Pirog m köttfärsfyllning (beräknat)	Jod	53	51
758 Pirog m köttfärsfyllning (beräknat)	Järn	1,05	1,01
758 Pirog m köttfärsfyllning (beräknat)	Kalcium	17	17
758 Pirog m köttfärsfyllning (beräknat)	Kalium	176	172
758 Pirog m köttfärsfyllning (beräknat)	Magnesium	18	17
758 Pirog m köttfärsfyllning (beräknat)	Natrium	567	548
758 Pirog m köttfärsfyllning (beräknat)	Selen	4,1	4,1
758 Pirog m köttfärsfyllning (beräknat)	Zink	1,57	1,47
758 Pirog m köttfärsfyllning (beräknat)	Retinolekvi	269	261
758 Pirog m köttfärsfyllning (beräknat)	Retinol	16	15
758 Pirog m köttfärsfyllning (beräknat)	Vitamin D	2,59	2,52
758 Pirog m köttfärsfyllning (beräknat)	Vitamin E	3,54	3,47
758 Pirog m köttfärsfyllning (beräknat)	β-Karoten	650	631
758 Pirog m köttfärsfyllning (beräknat)	Vitamin K	2	2
758 Pirog m köttfärsfyllning (beräknat)	Tiamin	0,18	0,17
758 Pirog m köttfärsfyllning (beräknat)	Riboflavin	0,12	0,09
758 Pirog m köttfärsfyllning (beräknat)	Vitamin C	1	1
758 Pirog m köttfärsfyllning (beräknat)	Niacin	2,5	2,6
758 Pirog m köttfärsfyllning (beräknat)	Niacinekviv	4,1	4,2
758 Pirog m köttfärsfyllning (beräknat)	Vitamin B1	0,27	0,29
758 Pirog m köttfärsfyllning (beräknat)	Vitamin B6	0,2	0,18
758 Pirog m köttfärsfyllning (beräknat)	Folat	14	14
758 Pirog m köttfärsfyllning (beräknat)	Summa n-3	0	0
758 Pirog m köttfärsfyllning (beräknat)	Summa n-6	0,1	0,1
758 Pirog m köttfärsfyllning (beräknat)	Salt	1,4	1,4
759 Pizza m skinka salami köttfärs (beräknat)	Summa mä	3,7	4,5
759 Pizza m skinka salami köttfärs (beräknat)	Summa enl	3,8	4,6
759 Pizza m skinka salami köttfärs (beräknat)	Summa flei	1	1,3

759 Pizza m skinka salami köttfärs (beräknat)	Fettsyra 4:(	0,4	0,5
759 Pizza m skinka salami köttfärs (beräknat)	Fettsyra 12	0,1	0,2
759 Pizza m skinka salami köttfärs (beräknat)	Fettsyra 14	0,5	0,6
759 Pizza m skinka salami köttfärs (beräknat)	Fettsyra 16	1,8	2,2
759 Pizza m skinka salami köttfärs (beräknat)	Fettsyra 18	0,7	0,9
759 Pizza m skinka salami köttfärs (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
759 Pizza m skinka salami köttfärs (beräknat)	Fettsyra 16	0,1	0,1
759 Pizza m skinka salami köttfärs (beräknat)	Fettsyra 18	3,6	4,3
759 Pizza m skinka salami köttfärs (beräknat)	Fettsyra 18	0,8	1,1
759 Pizza m skinka salami köttfärs (beräknat)	Fettsyra 18	0,2	0,3
759 Pizza m skinka salami köttfärs (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
759 Pizza m skinka salami köttfärs (beräknat)	EPA (Fettsy	0	0
759 Pizza m skinka salami köttfärs (beräknat)	DPA (Fettsy	0	0
759 Pizza m skinka salami köttfärs (beräknat)	DHA (Fettsy	0	0
759 Pizza m skinka salami köttfärs (beräknat)	Summa tra	0,1	0,2
759 Pizza m skinka salami köttfärs (beräknat)	Kolesterol	16,9	20,5
759 Pizza m skinka salami köttfärs (beräknat)	Monosacke	0,9	0,3
759 Pizza m skinka salami köttfärs (beräknat)	Disackaride	0,4	0,6
759 Pizza m skinka salami köttfärs (beräknat)	Sackaros	0,1	0,2
759 Pizza m skinka salami köttfärs (beräknat)	Energi (kJ)	804	1138
759 Pizza m skinka salami köttfärs (beräknat)	Energi (kca	192	272
759 Pizza m skinka salami köttfärs (beräknat)	Aska	2,1	2,2
759 Pizza m skinka salami köttfärs (beräknat)	Vatten	60,8	43,5
759 Pizza m skinka salami köttfärs (beräknat)	Kolhydrate	18,1	30,2
759 Pizza m skinka salami köttfärs (beräknat)	Protein	8,4	11,3
759 Pizza m skinka salami köttfärs (beräknat)	Fibrer	1,4	1,5
759 Pizza m skinka salami köttfärs (beräknat)	Fett	9,3	11,4
759 Pizza m skinka salami köttfärs (beräknat)	Fosfor	133	168
759 Pizza m skinka salami köttfärs (beräknat)	Jod	12	15
759 Pizza m skinka salami köttfärs (beräknat)	Järn	0,78	0,91
759 Pizza m skinka salami köttfärs (beräknat)	Kalcium	134	155
759 Pizza m skinka salami köttfärs (beräknat)	Kalium	182	139
759 Pizza m skinka salami köttfärs (beräknat)	Magnesium	18	21
759 Pizza m skinka salami köttfärs (beräknat)	Natrium	494	514
759 Pizza m skinka salami köttfärs (beräknat)	Selen	2,8	3,5
759 Pizza m skinka salami köttfärs (beräknat)	Zink	1,16	1,44
759 Pizza m skinka salami köttfärs (beräknat)	Retinolekvi	48	49
759 Pizza m skinka salami köttfärs (beräknat)	Retinol	36	44
759 Pizza m skinka salami köttfärs (beräknat)	Vitamin D	0,06	0,08
759 Pizza m skinka salami köttfärs (beräknat)	Vitamin E	0,84	0,8
759 Pizza m skinka salami köttfärs (beräknat)	β-Karoten	141	63
759 Pizza m skinka salami köttfärs (beräknat)	Vitamin K	1	1
759 Pizza m skinka salami köttfärs (beräknat)	Tiamin	0,13	0,2
759 Pizza m skinka salami köttfärs (beräknat)	Riboflavin	0,11	0,14
759 Pizza m skinka salami köttfärs (beräknat)	Vitamin C	3	1
759 Pizza m skinka salami köttfärs (beräknat)	Niacin	1,7	2,3
759 Pizza m skinka salami köttfärs (beräknat)	Niacinekviv	3,4	4,5
759 Pizza m skinka salami köttfärs (beräknat)	Vitamin B1	0,26	0,32
759 Pizza m skinka salami köttfärs (beräknat)	Vitamin B6	0,11	0,15
759 Pizza m skinka salami köttfärs (beräknat)	Folat	24	29

759 Pizza m skinka salami köttfärs (beräknat)	Salt	1,2	1,3
768 Fiskpaj (beräknat)	Summa mä	6	5,9
768 Fiskpaj (beräknat)	Summa enl	5,8	5,7
768 Fiskpaj (beräknat)	Summa flei	3,9	3,8
768 Fiskpaj (beräknat)	Fettsyra 4:(	0,1	0,1
768 Fiskpaj (beräknat)	Fettsyra 12	0,3	0,3
768 Fiskpaj (beräknat)	Fettsyra 14	0,4	0,4
768 Fiskpaj (beräknat)	Fettsyra 16	4,2	4,1
768 Fiskpaj (beräknat)	Fettsyra 18	0,6	0,6
768 Fiskpaj (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
768 Fiskpaj (beräknat)	Fettsyra 16	0,2	0,2
768 Fiskpaj (beräknat)	Fettsyra 18	6,1	5,9
768 Fiskpaj (beräknat)	Fettsyra 18	2,2	2,2
768 Fiskpaj (beräknat)	Fettsyra 18	0,7	0,7
768 Fiskpaj (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
768 Fiskpaj (beräknat)	EPA (Fettsy	0,1	0,1
768 Fiskpaj (beräknat)	DPA (Fettsy	0	0
768 Fiskpaj (beräknat)	DHA (Fettsy	0,2	0,2
768 Fiskpaj (beräknat)	Summa tra	0,1	0,1
768 Fiskpaj (beräknat)	Kolesterol	79,6	77,7
768 Fiskpaj (beräknat)	Monosackä	0,1	0,1
768 Fiskpaj (beräknat)	Disackaride	1,9	1,8
768 Fiskpaj (beräknat)	Sackaros	0	0
768 Fiskpaj (beräknat)	Energi (kJ)	1072	1048
768 Fiskpaj (beräknat)	Energi (kca	256	250
768 Fiskpaj (beräknat)	Aska	1,5	1,5
768 Fiskpaj (beräknat)	Vatten	54,4	55,5
768 Fiskpaj (beräknat)	Avfall (skal	6	6
768 Fiskpaj (beräknat)	Kolhydrate	15,9	15,5
768 Fiskpaj (beräknat)	Protein	11	10,7
768 Fiskpaj (beräknat)	Fibrer	0,5	0,5
768 Fiskpaj (beräknat)	Fett	16,6	16,2
768 Fiskpaj (beräknat)	Fosfor	139	136
768 Fiskpaj (beräknat)	Jod	14	14
768 Fiskpaj (beräknat)	Järn	0,79	0,77
768 Fiskpaj (beräknat)	Kalcium	58	57
768 Fiskpaj (beräknat)	Kalium	186	181
768 Fiskpaj (beräknat)	Magnesium	19	19
768 Fiskpaj (beräknat)	Natrium	347	338
768 Fiskpaj (beräknat)	Selen	11,9	11,6
768 Fiskpaj (beräknat)	Zink	0,7	0,68
768 Fiskpaj (beräknat)	Retinolekvi	181	177
768 Fiskpaj (beräknat)	Retinol	70	68
768 Fiskpaj (beräknat)	Vitamin D	3,59	3,51
768 Fiskpaj (beräknat)	Vitamin E	3,27	3,19
768 Fiskpaj (beräknat)	β-Karoten	53	51
768 Fiskpaj (beräknat)	Vitamin K	5	5
768 Fiskpaj (beräknat)	Tiamin	0,12	0,12
768 Fiskpaj (beräknat)	Riboflavin	0,16	0,16
768 Fiskpaj (beräknat)	Vitamin C	1	1

768 Fiskpaj (beräknat)	Niacin	2,9	2,8
768 Fiskpaj (beräknat)	Niacinekviv	5	4,9
768 Fiskpaj (beräknat)	Vitamin B1	1,91	1,86
768 Fiskpaj (beräknat)	Vitamin B6	0,17	0,16
768 Fiskpaj (beräknat)	Folat	18	17
768 Fiskpaj (beräknat)	Summa n-3	0	0
768 Fiskpaj (beräknat)	Summa n-6	0,2	0,2
768 Fiskpaj (beräknat)	Salt	0,9	0,8
768 Fiskpaj (beräknat)	Summa lån	0,2	0,2
790 Pajfyllning förrätt (beräknat)	Summa mä	5	4,8
790 Pajfyllning förrätt (beräknat)	Summa enl	3,2	3,1
790 Pajfyllning förrätt (beräknat)	Summa flei	1,1	1
790 Pajfyllning förrätt (beräknat)	Fettsyra 4:(	0,5	0,5
790 Pajfyllning förrätt (beräknat)	Fettsyra 12	0,2	0,2
790 Pajfyllning förrätt (beräknat)	Fettsyra 14	0,7	0,6
790 Pajfyllning förrätt (beräknat)	Fettsyra 16	2,6	2,5
790 Pajfyllning förrätt (beräknat)	Fettsyra 18	0,8	0,8
790 Pajfyllning förrätt (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
790 Pajfyllning förrätt (beräknat)	Fettsyra 16	0,2	0,2
790 Pajfyllning förrätt (beräknat)	Fettsyra 18	2,7	2,6
790 Pajfyllning förrätt (beräknat)	Fettsyra 18	0,5	0,5
790 Pajfyllning förrätt (beräknat)	Fettsyra 18	0,2	0,2
790 Pajfyllning förrätt (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
790 Pajfyllning förrätt (beräknat)	EPA (Fettsy	0,1	0,1
790 Pajfyllning förrätt (beräknat)	DPA (Fettsy	0	0
790 Pajfyllning förrätt (beräknat)	DHA (Fettsy	0,1	0,1
790 Pajfyllning förrätt (beräknat)	Summa tra	0,2	0,2
790 Pajfyllning förrätt (beräknat)	Kolesterol	89	85,9
790 Pajfyllning förrätt (beräknat)	Monosacke	0,9	0,9
790 Pajfyllning förrätt (beräknat)	Disackaride	2,6	2,5
790 Pajfyllning förrätt (beräknat)	Sackaros	0,7	0,7
790 Pajfyllning förrätt (beräknat)	Energi (kJ)	641	620
790 Pajfyllning förrätt (beräknat)	Energi (kca	153	148
790 Pajfyllning förrätt (beräknat)	Aska	2,4	2,3
790 Pajfyllning förrätt (beräknat)	Vatten	70,7	71,7
790 Pajfyllning förrätt (beräknat)	Avfall (skal	7	7
790 Pajfyllning förrätt (beräknat)	Kolhydrate	4,9	4,8
790 Pajfyllning förrätt (beräknat)	Protein	10,4	10,1
790 Pajfyllning förrätt (beräknat)	Fibrer	0,3	0,3
790 Pajfyllning förrätt (beräknat)	Fett	10,3	9,9
790 Pajfyllning förrätt (beräknat)	Fosfor	177	171
790 Pajfyllning förrätt (beräknat)	Jod	18	17
790 Pajfyllning förrätt (beräknat)	Järn	0,59	0,57
790 Pajfyllning förrätt (beräknat)	Kalcium	180	174
790 Pajfyllning förrätt (beräknat)	Kalium	174	168
790 Pajfyllning förrätt (beräknat)	Magnesium	16	16
790 Pajfyllning förrätt (beräknat)	Natrium	501	483
790 Pajfyllning förrätt (beräknat)	Selen	8,7	8,4
790 Pajfyllning förrätt (beräknat)	Zink	1,31	1,27
790 Pajfyllning förrätt (beräknat)	Retinolekvi	108	104

790 Pajfyllning förrätt (beräknat)	Retinol	91	88
790 Pajfyllning förrätt (beräknat)	Vitamin D	0,53	0,52
790 Pajfyllning förrätt (beräknat)	Vitamin E	1,51	1,45
790 Pajfyllning förrätt (beräknat)	β-Karoten	26	25
790 Pajfyllning förrätt (beräknat)	Vitamin K	6	6
790 Pajfyllning förrätt (beräknat)	Tiamin	0,07	0,07
790 Pajfyllning förrätt (beräknat)	Riboflavin	0,18	0,17
790 Pajfyllning förrätt (beräknat)	Vitamin C	1	1
790 Pajfyllning förrätt (beräknat)	Niacin	0,7	0,7
790 Pajfyllning förrätt (beräknat)	Niacinekviv	3	2,9
790 Pajfyllning förrätt (beräknat)	Vitamin B1	1,5	1,44
790 Pajfyllning förrätt (beräknat)	Vitamin B6	0,12	0,12
790 Pajfyllning förrätt (beräknat)	Folat	21	20
790 Pajfyllning förrätt (beräknat)	Summa n-3	0	0
790 Pajfyllning förrätt (beräknat)	Summa n-6	0,2	0,2
790 Pajfyllning förrätt (beräknat)	Salt	1,3	1,2
791 Pirogfyllning förrätt (beräknat)	Summa mä	3	2,8
791 Pirogfyllning förrätt (beräknat)	Summa enl	5,2	4,9
791 Pirogfyllning förrätt (beräknat)	Summa flel	1,9	1,8
791 Pirogfyllning förrätt (beräknat)	Fettsyra 4:(	0	0
791 Pirogfyllning förrätt (beräknat)	Fettsyra 12	0	0
791 Pirogfyllning förrätt (beräknat)	Fettsyra 14	0,1	0,1
791 Pirogfyllning förrätt (beräknat)	Fettsyra 16	1,7	1,6
791 Pirogfyllning förrätt (beräknat)	Fettsyra 18	1	1
791 Pirogfyllning förrätt (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
791 Pirogfyllning förrätt (beräknat)	Fettsyra 16	0,2	0,2
791 Pirogfyllning förrätt (beräknat)	Fettsyra 18	4,9	4,6
791 Pirogfyllning förrätt (beräknat)	Fettsyra 18	1,3	1,3
791 Pirogfyllning förrätt (beräknat)	Fettsyra 18	0,4	0,4
791 Pirogfyllning förrätt (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
791 Pirogfyllning förrätt (beräknat)	EPA (Fettsy	0	0
791 Pirogfyllning förrätt (beräknat)	DPA (Fettsy	0	0
791 Pirogfyllning förrätt (beräknat)	DHA (Fettsy	0	0
791 Pirogfyllning förrätt (beräknat)	Summa tra	0	0
791 Pirogfyllning förrätt (beräknat)	Kolesterol	68,4	64,6
791 Pirogfyllning förrätt (beräknat)	Monosacke	1,2	1,1
791 Pirogfyllning förrätt (beräknat)	Disackaride	0,7	0,7
791 Pirogfyllning förrätt (beräknat)	Sackaros	0,7	0,7
791 Pirogfyllning förrätt (beräknat)	Energi (kJ)	760	718
791 Pirogfyllning förrätt (beräknat)	Energi (kca	182	172
791 Pirogfyllning förrätt (beräknat)	Aska	3,1	2,9
791 Pirogfyllning förrätt (beräknat)	Vatten	64	66
791 Pirogfyllning förrätt (beräknat)	Avfall (skal	4	4
791 Pirogfyllning förrätt (beräknat)	Kolhydrate	11,5	10,8
791 Pirogfyllning förrätt (beräknat)	Protein	9,7	9,2
791 Pirogfyllning förrätt (beräknat)	Fibrer	0,7	0,7
791 Pirogfyllning förrätt (beräknat)	Fett	10,7	10,1
791 Pirogfyllning förrätt (beräknat)	Fosfor	119	112
791 Pirogfyllning förrätt (beräknat)	Jod	121	114
791 Pirogfyllning förrätt (beräknat)	Järn	1,22	1,15



791 Pirogfyllning förrätt (beräknat)	Kalcium	41	39
791 Pirogfyllning förrätt (beräknat)	Kalium	222	209
791 Pirogfyllning förrätt (beräknat)	Magnesium	18	17
791 Pirogfyllning förrätt (beräknat)	Natrium	1001	945
791 Pirogfyllning förrätt (beräknat)	Selen	6,8	6,4
791 Pirogfyllning förrätt (beräknat)	Zink	2,09	1,98
791 Pirogfyllning förrätt (beräknat)	Retinolekvi	149	141
791 Pirogfyllning förrätt (beräknat)	Retinol	36	34
791 Pirogfyllning förrätt (beräknat)	Vitamin D	0,92	0,87
791 Pirogfyllning förrätt (beräknat)	Vitamin E	2,06	1,95
791 Pirogfyllning förrätt (beräknat)	β-Karoten	723	683
791 Pirogfyllning förrätt (beräknat)	Vitamin K	4	4
791 Pirogfyllning förrätt (beräknat)	Tiamin	0,1	0,09
791 Pirogfyllning förrätt (beräknat)	Riboflavin	0,15	0,14
791 Pirogfyllning förrätt (beräknat)	Vitamin C	2	2
791 Pirogfyllning förrätt (beräknat)	Niacin	2,2	2,1
791 Pirogfyllning förrätt (beräknat)	Niacinekviv	4,1	3,9
791 Pirogfyllning förrätt (beräknat)	Vitamin B1	0,46	0,43
791 Pirogfyllning förrätt (beräknat)	Vitamin B6	0,2	0,19
791 Pirogfyllning förrätt (beräknat)	Folat	12	11
791 Pirogfyllning förrätt (beräknat)	Summa n-3	0	0
791 Pirogfyllning förrätt (beräknat)	Summa n-6	0,2	0,2
791 Pirogfyllning förrätt (beräknat)	Salt	2,5	2,4
796 Ost- och skinkpaj (beräknat)	Summa mä	8,2	7,8
796 Ost- och skinkpaj (beräknat)	Summa enl	6	5,7
796 Ost- och skinkpaj (beräknat)	Summa flei	2,8	2,7
796 Ost- och skinkpaj (beräknat)	Fettsyra 4:(	0,6	0,6
796 Ost- och skinkpaj (beräknat)	Fettsyra 12	0,4	0,4
796 Ost- och skinkpaj (beräknat)	Fettsyra 14	0,7	0,7
796 Ost- och skinkpaj (beräknat)	Fettsyra 16	5	4,7
796 Ost- och skinkpaj (beräknat)	Fettsyra 18	1,1	1,1
796 Ost- och skinkpaj (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
796 Ost- och skinkpaj (beräknat)	Fettsyra 16	0,1	0,1
796 Ost- och skinkpaj (beräknat)	Fettsyra 18	6,3	6
796 Ost- och skinkpaj (beräknat)	Fettsyra 18	1,8	1,7
796 Ost- och skinkpaj (beräknat)	Fettsyra 18	0,6	0,6
796 Ost- och skinkpaj (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
796 Ost- och skinkpaj (beräknat)	DPA (Fettsy	0	0
796 Ost- och skinkpaj (beräknat)	DHA (Fettsy	0	0
796 Ost- och skinkpaj (beräknat)	Summa tra	0,2	0,2
796 Ost- och skinkpaj (beräknat)	Kolesterol	80,3	75,9
796 Ost- och skinkpaj (beräknat)	Monosacke	0,4	0,4
796 Ost- och skinkpaj (beräknat)	Disackaride	1,9	1,8
796 Ost- och skinkpaj (beräknat)	Sackaros	0,1	0,1
796 Ost- och skinkpaj (beräknat)	Energi (kJ)	1160	1097
796 Ost- och skinkpaj (beräknat)	Energi (kca	277	262
796 Ost- och skinkpaj (beräknat)	Aska	1,9	1,8
796 Ost- och skinkpaj (beräknat)	Vatten	50,5	53,2
796 Ost- och skinkpaj (beräknat)	Avfall (skal	4	3
796 Ost- och skinkpaj (beräknat)	Kolhydrate	16	15,2

796 Ost- och skinkpaj (beräknat)	Protein	12,8	12,1
796 Ost- och skinkpaj (beräknat)	Fibrer	0,7	0,7
796 Ost- och skinkpaj (beräknat)	Fett	18	17
796 Ost- och skinkpaj (beräknat)	Fosfor	194	183
796 Ost- och skinkpaj (beräknat)	Jod	12	11
796 Ost- och skinkpaj (beräknat)	Järn	0,68	0,64
796 Ost- och skinkpaj (beräknat)	Kalcium	169	160
796 Ost- och skinkpaj (beräknat)	Kalium	180	170
796 Ost- och skinkpaj (beräknat)	Magnesium	20	19
796 Ost- och skinkpaj (beräknat)	Natrium	405	383
796 Ost- och skinkpaj (beräknat)	Selen	7,1	6,8
796 Ost- och skinkpaj (beräknat)	Zink	1,51	1,42
796 Ost- och skinkpaj (beräknat)	Retinolekvi	188	178
796 Ost- och skinkpaj (beräknat)	Retinol	81	77
796 Ost- och skinkpaj (beräknat)	Vitamin D	1,66	1,57
796 Ost- och skinkpaj (beräknat)	Vitamin E	2,73	2,58
796 Ost- och skinkpaj (beräknat)	β-Karoten	38	36
796 Ost- och skinkpaj (beräknat)	Vitamin K	5	5
796 Ost- och skinkpaj (beräknat)	Tiamin	0,15	0,14
796 Ost- och skinkpaj (beräknat)	Riboflavin	0,19	0,18
796 Ost- och skinkpaj (beräknat)	Vitamin C	2	2
796 Ost- och skinkpaj (beräknat)	Niacin	1,3	1,2
796 Ost- och skinkpaj (beräknat)	Niacinekviv	4	3,8
796 Ost- och skinkpaj (beräknat)	Vitamin B1	0,62	0,59
796 Ost- och skinkpaj (beräknat)	Vitamin B6	0,14	0,13
796 Ost- och skinkpaj (beräknat)	Folat	26	25
796 Ost- och skinkpaj (beräknat)	Summa n-3	0	0
796 Ost- och skinkpaj (beräknat)	Summa n-6	0,2	0,2
796 Ost- och skinkpaj (beräknat)	Salt	1	1
797 Smörgåstårta landgång leverpastej Keso skinka	Energi (kJ)	942	943
797 Smörgåstårta landgång leverpastej Keso skinka	Energi (kca)	225	225
797 Smörgåstårta landgång leverpastej Keso skinka	Kalium	150	149
819 Glasnudlar	Disackarid	0	0,3
835 Majsgryn polenta kokt (beräknat)	Summa mä	0	0
835 Majsgryn polenta kokt (beräknat)	Summa enl	0,1	0,1
835 Majsgryn polenta kokt (beräknat)	Summa flei	0,2	0,2
835 Majsgryn polenta kokt (beräknat)	Fettsyra 16	0	0
835 Majsgryn polenta kokt (beräknat)	Fettsyra 18	0	0
835 Majsgryn polenta kokt (beräknat)	Fettsyra 18	0,1	0,1
835 Majsgryn polenta kokt (beräknat)	Fettsyra 18	0,1	0,1
835 Majsgryn polenta kokt (beräknat)	Fettsyra 18	0	0
835 Majsgryn polenta kokt (beräknat)	Monosack	0,1	0,1
835 Majsgryn polenta kokt (beräknat)	Disackarid	0,3	0,3
835 Majsgryn polenta kokt (beräknat)	Sackaros	0,3	0,3
835 Majsgryn polenta kokt (beräknat)	Energi (kJ)	380	375
835 Majsgryn polenta kokt (beräknat)	Energi (kca)	91	90
835 Majsgryn polenta kokt (beräknat)	Aska	1,5	1,5
835 Majsgryn polenta kokt (beräknat)	Vatten	75,9	76,2
835 Majsgryn polenta kokt (beräknat)	Kolhydrate	19	18,8
835 Majsgryn polenta kokt (beräknat)	Protein	2	2

835 Majsgryn polenta kokt (beräknat)	Fibrer	1,3	1,3
835 Majsgryn polenta kokt (beräknat)	Fett	0,3	0,3
835 Majsgryn polenta kokt (beräknat)	Fosfor	27	26
835 Majsgryn polenta kokt (beräknat)	Jod	65	64
835 Majsgryn polenta kokt (beräknat)	Järn	0,3	0,29
835 Majsgryn polenta kokt (beräknat)	Kalcium	7	7
835 Majsgryn polenta kokt (beräknat)	Kalium	32	32
835 Majsgryn polenta kokt (beräknat)	Magnesium	13	13
835 Majsgryn polenta kokt (beräknat)	Natrium	516	509
835 Majsgryn polenta kokt (beräknat)	Selen	0,5	0,5
835 Majsgryn polenta kokt (beräknat)	Zink	0,39	0,39
835 Majsgryn polenta kokt (beräknat)	Retinolekvi	2	2
835 Majsgryn polenta kokt (beräknat)	Vitamin E	0,29	0,28
835 Majsgryn polenta kokt (beräknat)	β-Karoten	29	28
835 Majsgryn polenta kokt (beräknat)	Tiamin	0,03	0,03
835 Majsgryn polenta kokt (beräknat)	Riboflavin	0,01	0,01
835 Majsgryn polenta kokt (beräknat)	Niacin	0,3	0,3
835 Majsgryn polenta kokt (beräknat)	Niacinekviv	0,5	0,5
835 Majsgryn polenta kokt (beräknat)	Vitamin B6	0,02	0,02
835 Majsgryn polenta kokt (beräknat)	Folat	2	2
835 Majsgryn polenta kokt (beräknat)	Salt	1,3	1,3
838 Ris à la Malta (beräknat)	Summa mä	3,9	3,9
838 Ris à la Malta (beräknat)	Summa enl	4,1	4,1
838 Ris à la Malta (beräknat)	Summa flei	1	1
838 Ris à la Malta (beräknat)	Fettsyra 16	1,9	1,8
838 Ris à la Malta (beräknat)	Fettsyra 18	0,7	0,7
838 Ris à la Malta (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
838 Ris à la Malta (beräknat)	Fettsyra 18	4	4
838 Ris à la Malta (beräknat)	Fettsyra 18	1	1
838 Ris à la Malta (beräknat)	Fettsyra 18	0	0
838 Ris à la Malta (beräknat)	Disackaride	13,3	13,2
838 Ris à la Malta (beräknat)	Sackaros	12,7	12,6
838 Ris à la Malta (beräknat)	Energi (kJ)	956	926
838 Ris à la Malta (beräknat)	Energi (kca)	228	221
838 Ris à la Malta (beräknat)	Aska	1,1	0,8
838 Ris à la Malta (beräknat)	Vatten	53,8	55,7
838 Ris à la Malta (beräknat)	Kolhydrate	30,7	29,6
838 Ris à la Malta (beräknat)	Protein	3,8	3,4
838 Ris à la Malta (beräknat)	Fibrer	0,9	0,9
838 Ris à la Malta (beräknat)	Fett	9,8	9,7
838 Ris à la Malta (beräknat)	Fosfor	91	70
838 Ris à la Malta (beräknat)	Jod	32	22
838 Ris à la Malta (beräknat)	Järn	0,64	0,39
838 Ris à la Malta (beräknat)	Kalcium	61	21
838 Ris à la Malta (beräknat)	Kalium	99	82
838 Ris à la Malta (beräknat)	Magnesium	35	32
838 Ris à la Malta (beräknat)	Natrium	250	174
838 Ris à la Malta (beräknat)	Selen	1,9	0,4
838 Ris à la Malta (beräknat)	Zink	0,49	0,53
838 Ris à la Malta (beräknat)	Tiamin	0,07	0,06

838 Ris à la Malta (beräknat)	Riboflavin	0,08	0,08
838 Ris à la Malta (beräknat)	Niacin	1,3	0,6
838 Ris à la Malta (beräknat)	Niacinekviv	2	1,1
838 Ris à la Malta (beräknat)	Vitamin B6	0,08	0,04
838 Ris à la Malta (beräknat)	Folat	10	10
838 Ris à la Malta (beräknat)	Salt	0,6	0,4
839 Risgrynskaka el risgrynspudding (beräknat)	Summa mä	1,7	1,7
839 Risgrynskaka el risgrynspudding (beräknat)	Summa enl	1,4	1,3
839 Risgrynskaka el risgrynspudding (beräknat)	Summa flei	0,4	0,4
839 Risgrynskaka el risgrynspudding (beräknat)	Fettsyra 4:(	0,2	0,2
839 Risgrynskaka el risgrynspudding (beräknat)	Fettsyra 12	0,1	0,1
839 Risgrynskaka el risgrynspudding (beräknat)	Fettsyra 14	0,2	0,2
839 Risgrynskaka el risgrynspudding (beräknat)	Fettsyra 16	0,9	0,8
839 Risgrynskaka el risgrynspudding (beräknat)	Fettsyra 18	0,3	0,3
839 Risgrynskaka el risgrynspudding (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
839 Risgrynskaka el risgrynspudding (beräknat)	Fettsyra 16	0	0
839 Risgrynskaka el risgrynspudding (beräknat)	Fettsyra 18	1,3	1,3
839 Risgrynskaka el risgrynspudding (beräknat)	Fettsyra 18	0,3	0,3
839 Risgrynskaka el risgrynspudding (beräknat)	Fettsyra 18	0,1	0,1
839 Risgrynskaka el risgrynspudding (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
839 Risgrynskaka el risgrynspudding (beräknat)	DHA (Fetts'	0	0
839 Risgrynskaka el risgrynspudding (beräknat)	Summa tra	0,1	0,1
839 Risgrynskaka el risgrynspudding (beräknat)	Kolesterol	45,1	44,1
839 Risgrynskaka el risgrynspudding (beräknat)	Monosacke	2,7	2,6
839 Risgrynskaka el risgrynspudding (beräknat)	Disackaride	3,4	3,4
839 Risgrynskaka el risgrynspudding (beräknat)	Sackaros	0,1	0,1
839 Risgrynskaka el risgrynspudding (beräknat)	Energi (kJ)	462	452
839 Risgrynskaka el risgrynspudding (beräknat)	Energi (kca	111	108
839 Risgrynskaka el risgrynspudding (beräknat)	Aska	1	1
839 Risgrynskaka el risgrynspudding (beräknat)	Vatten	76	76,6
839 Risgrynskaka el risgrynspudding (beräknat)	Avfall (skal	1	1
839 Risgrynskaka el risgrynspudding (beräknat)	Kolhydrate	13,9	13,6
839 Risgrynskaka el risgrynspudding (beräknat)	Protein	4,4	4,3
839 Risgrynskaka el risgrynspudding (beräknat)	Fibrer	0,5	0,5
839 Risgrynskaka el risgrynspudding (beräknat)	Fett	3,9	3,9
839 Risgrynskaka el risgrynspudding (beräknat)	Fosfor	96	94
839 Risgrynskaka el risgrynspudding (beräknat)	Jod	28	27
839 Risgrynskaka el risgrynspudding (beräknat)	Järn	0,35	0,34
839 Risgrynskaka el risgrynspudding (beräknat)	Kalcium	89	87
839 Risgrynskaka el risgrynspudding (beräknat)	Kalium	169	165
839 Risgrynskaka el risgrynspudding (beräknat)	Magnesium	14	13
839 Risgrynskaka el risgrynspudding (beräknat)	Natrium	171	167
839 Risgrynskaka el risgrynspudding (beräknat)	Selen	3,8	3,7
839 Risgrynskaka el risgrynspudding (beräknat)	Zink	0,56	0,55
839 Risgrynskaka el risgrynspudding (beräknat)	Retinolekvi	51	50
839 Risgrynskaka el risgrynspudding (beräknat)	Retinol	43	42
839 Risgrynskaka el risgrynspudding (beräknat)	Vitamin D	0,26	0,25
839 Risgrynskaka el risgrynspudding (beräknat)	Vitamin E	0,84	0,82
839 Risgrynskaka el risgrynspudding (beräknat)	β-Karoten	10	10
839 Risgrynskaka el risgrynspudding (beräknat)	Vitamin K	4	4

839 Risgrynskaka el risgrynspudding (beräknat)	Tiamin	0,05	0,05
839 Risgrynskaka el risgrynspudding (beräknat)	Riboflavin	0,13	0,13
839 Risgrynskaka el risgrynspudding (beräknat)	Vitamin C	0	0
839 Risgrynskaka el risgrynspudding (beräknat)	Niacin	0,2	0,2
839 Risgrynskaka el risgrynspudding (beräknat)	Niacinekviv	1,2	1,2
839 Risgrynskaka el risgrynspudding (beräknat)	Vitamin B1	0,36	0,36
839 Risgrynskaka el risgrynspudding (beräknat)	Vitamin B6	0,05	0,04
839 Risgrynskaka el risgrynspudding (beräknat)	Folat	10	10
839 Risgrynskaka el risgrynspudding (beräknat)	Summa n-3	0	0
839 Risgrynskaka el risgrynspudding (beräknat)	Summa n-6	0,1	0,1
839 Risgrynskaka el risgrynspudding (beräknat)	Salt	0,4	0,4
842 Paella (beräknat)	Summa mä	1,1	1,1
842 Paella (beräknat)	Summa enl	2,1	2
842 Paella (beräknat)	Summa flei	0,8	0,8
842 Paella (beräknat)	Fettsyra 16	0,8	0,8
842 Paella (beräknat)	Fettsyra 18	0,2	0,2
842 Paella (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
842 Paella (beräknat)	Fettsyra 18	1,8	1,7
842 Paella (beräknat)	Fettsyra 18	0,6	0,6
842 Paella (beräknat)	Fettsyra 18	0,1	0,1
842 Paella (beräknat)	Monosacke	0,2	0,2
842 Paella (beräknat)	Disackaride	0,3	0,3
842 Paella (beräknat)	Sackaros	0,3	0,3
842 Paella (beräknat)	Energi (kJ)	463	455
842 Paella (beräknat)	Energi (kca	111	109
842 Paella (beräknat)	Aska	1,3	1,3
842 Paella (beräknat)	Vatten	76,1	76,6
842 Paella (beräknat)	Kolhydrate	8,8	8,5
842 Paella (beräknat)	Protein	8,6	8,6
842 Paella (beräknat)	Fibrer	0,8	0,8
842 Paella (beräknat)	Fett	4,3	4,3
842 Paella (beräknat)	Fosfor	119	114
842 Paella (beräknat)	Jod	13	13
842 Paella (beräknat)	Järn	1,54	1,41
842 Paella (beräknat)	Kalcium	35	18
842 Paella (beräknat)	Kalium	127	116
842 Paella (beräknat)	Magnesium	20	17
842 Paella (beräknat)	Natrium	275	272
842 Paella (beräknat)	Selen	10,8	10,1
842 Paella (beräknat)	Zink	0,95	0,99
842 Paella (beräknat)	Tiamin	0,07	0,06
842 Paella (beräknat)	Riboflavin	0,08	0,08
842 Paella (beräknat)	Niacin	3	2,6
842 Paella (beräknat)	Niacinekviv	4,6	4,2
842 Paella (beräknat)	Vitamin B6	0,13	0,14
842 Paella (beräknat)	Folat	10	10
842 Paella (beräknat)	Salt	0,7	0,7
853 Stuvade makaroner (beräknat)	Summa mä	2,1	2,1
853 Stuvade makaroner (beräknat)	Summa enl	0,8	0,8
853 Stuvade makaroner (beräknat)	Summa flei	0,2	0,2

853 Stuvade makaroner (beräknat)	Fettsyra 16	0,9	0,9
853 Stuvade makaroner (beräknat)	Fettsyra 18	0,7	0,7
853 Stuvade makaroner (beräknat)	Fettsyra 18	0,2	0,2
853 Stuvade makaroner (beräknat)	Fettsyra 18	0	0
853 Stuvade makaroner (beräknat)	Energi (kJ)	609	612
853 Stuvade makaroner (beräknat)	Energi (kca	145	146
853 Stuvade makaroner (beräknat)	Aska	1,6	1,7
853 Stuvade makaroner (beräknat)	Vatten	66,3	65,9
853 Stuvade makaroner (beräknat)	Kolhydrat	21,8	21,8
853 Stuvade makaroner (beräknat)	Protein	6,1	6,5
853 Stuvade makaroner (beräknat)	Fett	3,5	3,4
853 Stuvade makaroner (beräknat)	Fosfor	118	133
853 Stuvade makaroner (beräknat)	Järn	0,4	0,35
853 Stuvade makaroner (beräknat)	Kalcium	129	128
853 Stuvade makaroner (beräknat)	Kalium	210	214
853 Stuvade makaroner (beräknat)	Magnesium	20	24
853 Stuvade makaroner (beräknat)	Selen	1,9	2,1
853 Stuvade makaroner (beräknat)	Tiamin	0,14	0,06
853 Stuvade makaroner (beräknat)	Riboflavin	0,19	0,15
853 Stuvade makaroner (beräknat)	Niacin	1,1	0,5
853 Stuvade makaroner (beräknat)	Niacinekviv	2,4	1,8
853 Stuvade makaroner (beräknat)	Vitamin B6	0,09	0,05
856 Makaronipudding m skinka falukorv äggstanni	Summa mä	3,1	3
856 Makaronipudding m skinka falukorv äggstanni	Summa enl	2,2	2,2
856 Makaronipudding m skinka falukorv äggstanni	Summa flei	0,6	0,5
856 Makaronipudding m skinka falukorv äggstanni	Fettsyra 4:(	0,3	0,3
856 Makaronipudding m skinka falukorv äggstanni	Fettsyra 12	0,1	0,1
856 Makaronipudding m skinka falukorv äggstanni	Fettsyra 14	0,3	0,3
856 Makaronipudding m skinka falukorv äggstanni	Fettsyra 16	1,6	1,6
856 Makaronipudding m skinka falukorv äggstanni	Fettsyra 18	0,7	0,7
856 Makaronipudding m skinka falukorv äggstanni	Fettsyra 20	0	0
856 Makaronipudding m skinka falukorv äggstanni	Fettsyra 16	0,1	0,1
856 Makaronipudding m skinka falukorv äggstanni	Fettsyra 18	2	2
856 Makaronipudding m skinka falukorv äggstanni	Fettsyra 18	0,5	0,4
856 Makaronipudding m skinka falukorv äggstanni	Fettsyra 18	0	0
856 Makaronipudding m skinka falukorv äggstanni	Fettsyra 20	0	0
856 Makaronipudding m skinka falukorv äggstanni	EPA (Fettsy	0	0
856 Makaronipudding m skinka falukorv äggstanni	DPA (Fettsy	0	0
856 Makaronipudding m skinka falukorv äggstanni	DHA (Fettsy	0	0
856 Makaronipudding m skinka falukorv äggstanni	Summa tra	0,1	0,1
856 Makaronipudding m skinka falukorv äggstanni	Kolesterol	58,6	56,9
856 Makaronipudding m skinka falukorv äggstanni	Monosacke	0,3	0,3
856 Makaronipudding m skinka falukorv äggstanni	Disackaride	1,9	1,8
856 Makaronipudding m skinka falukorv äggstanni	Sackaros	0,2	0,2
856 Makaronipudding m skinka falukorv äggstanni	Energi (kJ)	602	585
856 Makaronipudding m skinka falukorv äggstanni	Energi (kca	144	140
856 Makaronipudding m skinka falukorv äggstanni	Aska	1,9	1,8
856 Makaronipudding m skinka falukorv äggstanni	Vatten	69,6	70,5
856 Makaronipudding m skinka falukorv äggstanni	Avfall (skal	2	2
856 Makaronipudding m skinka falukorv äggstanni	Kolhydrat	12,4	12

856 Makaronipudding m skinka falukorv äggstanni	Protein	8,5	8,3
856 Makaronipudding m skinka falukorv äggstanni	Fibrer	0,8	0,8
856 Makaronipudding m skinka falukorv äggstanni	Fett	6,5	6,3
856 Makaronipudding m skinka falukorv äggstanni	Fosfor	128	124
856 Makaronipudding m skinka falukorv äggstanni	Jod	45	44
856 Makaronipudding m skinka falukorv äggstanni	Järn	0,58	0,56
856 Makaronipudding m skinka falukorv äggstanni	Kalcium	99	97
856 Makaronipudding m skinka falukorv äggstanni	Kalium	128	124
856 Makaronipudding m skinka falukorv äggstanni	Magnesium	17	16
856 Makaronipudding m skinka falukorv äggstanni	Natrium	520	505
856 Makaronipudding m skinka falukorv äggstanni	Selen	4,6	4,5
856 Makaronipudding m skinka falukorv äggstanni	Zink	1,06	1,03
856 Makaronipudding m skinka falukorv äggstanni	Retinolekvi	53	52
856 Makaronipudding m skinka falukorv äggstanni	Retinol	52	51
856 Makaronipudding m skinka falukorv äggstanni	Vitamin D	0,26	0,25
856 Makaronipudding m skinka falukorv äggstanni	Vitamin E	0,83	0,81
856 Makaronipudding m skinka falukorv äggstanni	β-Karoten	14	14
856 Makaronipudding m skinka falukorv äggstanni	Vitamin K	4	4
856 Makaronipudding m skinka falukorv äggstanni	Tiamin	0,08	0,08
856 Makaronipudding m skinka falukorv äggstanni	Riboflavin	0,15	0,15
856 Makaronipudding m skinka falukorv äggstanni	Vitamin C	0	0
856 Makaronipudding m skinka falukorv äggstanni	Niacin	0,9	0,9
856 Makaronipudding m skinka falukorv äggstanni	Niacinekviv	2,7	2,6
856 Makaronipudding m skinka falukorv äggstanni	Vitamin B1	0,46	0,45
856 Makaronipudding m skinka falukorv äggstanni	Vitamin B6	0,07	0,07
856 Makaronipudding m skinka falukorv äggstanni	Folat	13	13
856 Makaronipudding m skinka falukorv äggstanni	Summa n-3	0	0
856 Makaronipudding m skinka falukorv äggstanni	Summa n-6	0,2	0,2
856 Makaronipudding m skinka falukorv äggstanni	Salt	1,3	1,3
866 Lasagne vegetarisk (beräknat)	Summa mä	2,1	2,9
866 Lasagne vegetarisk (beräknat)	Summa enl	0,8	1
866 Lasagne vegetarisk (beräknat)	Summa flei	0,3	0,2
866 Lasagne vegetarisk (beräknat)	Fettsyra 4:(	0,3	0,4
866 Lasagne vegetarisk (beräknat)	Fettsyra 12	0,1	0,1
866 Lasagne vegetarisk (beräknat)	Fettsyra 14	0,3	0,4
866 Lasagne vegetarisk (beräknat)	Fettsyra 16	0,9	1,3
866 Lasagne vegetarisk (beräknat)	Fettsyra 18	0,4	0,5
866 Lasagne vegetarisk (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
866 Lasagne vegetarisk (beräknat)	Fettsyra 16	0	0
866 Lasagne vegetarisk (beräknat)	Fettsyra 18	0,7	1
866 Lasagne vegetarisk (beräknat)	Fettsyra 18	0,3	0,2
866 Lasagne vegetarisk (beräknat)	Fettsyra 18	0,1	0,1
866 Lasagne vegetarisk (beräknat)	Summa tra	0,1	0,1
866 Lasagne vegetarisk (beräknat)	Kolesterol	9,2	13,1
866 Lasagne vegetarisk (beräknat)	Monosacke	0,2	0,2
866 Lasagne vegetarisk (beräknat)	Disackaride	2,1	2,8
866 Lasagne vegetarisk (beräknat)	Sackaros	0,1	0,1
866 Lasagne vegetarisk (beräknat)	Energi (kJ)	890	565
866 Lasagne vegetarisk (beräknat)	Energi (kca	213	135
866 Lasagne vegetarisk (beräknat)	Aska	1,4	1,7

866 Lasagne vegetarisk (beräknat)	Vatten	49,6	70
866 Lasagne vegetarisk (beräknat)	Kolhydrat	34,4	15,4
866 Lasagne vegetarisk (beräknat)	Protein	9,2	7,3
866 Lasagne vegetarisk (beräknat)	Fibrer	1,8	1,1
866 Lasagne vegetarisk (beräknat)	Fett	3,6	4,6
866 Lasagne vegetarisk (beräknat)	Fosfor	150	138
866 Lasagne vegetarisk (beräknat)	Jod	26	37
866 Lasagne vegetarisk (beräknat)	Järn	0,75	0,46
866 Lasagne vegetarisk (beräknat)	Kalcium	125	166
866 Lasagne vegetarisk (beräknat)	Kalium	203	198
866 Lasagne vegetarisk (beräknat)	Magnesium	34	26
866 Lasagne vegetarisk (beräknat)	Natrium	200	285
866 Lasagne vegetarisk (beräknat)	Selen	1,9	2,3
866 Lasagne vegetarisk (beräknat)	Zink	0,91	0,83
866 Lasagne vegetarisk (beräknat)	Retinolekvi	51	73
866 Lasagne vegetarisk (beräknat)	Retinol	25	36
866 Lasagne vegetarisk (beräknat)	Vitamin D	0,02	0,03
866 Lasagne vegetarisk (beräknat)	Vitamin E	0,61	0,54
866 Lasagne vegetarisk (beräknat)	β-Karoten	314	447
866 Lasagne vegetarisk (beräknat)	Vitamin K	0	0
866 Lasagne vegetarisk (beräknat)	Tiamin	0,06	0,06
866 Lasagne vegetarisk (beräknat)	Riboflavin	0,11	0,13
866 Lasagne vegetarisk (beräknat)	Vitamin C	4	5
866 Lasagne vegetarisk (beräknat)	Niacin	0,9	0,5
866 Lasagne vegetarisk (beräknat)	Niacinekviv	2,7	2
866 Lasagne vegetarisk (beräknat)	Vitamin B1	0,22	0,32
866 Lasagne vegetarisk (beräknat)	Vitamin B6	0,06	0,06
866 Lasagne vegetarisk (beräknat)	Folat	26	33
866 Lasagne vegetarisk (beräknat)	Salt	0,5	0,7
867 Makaronilåda vegetarisk (beräknat)	Summa mä	2	2
867 Makaronilåda vegetarisk (beräknat)	Summa enl	1,1	1,1
867 Makaronilåda vegetarisk (beräknat)	Summa flei	0,3	0,3
867 Makaronilåda vegetarisk (beräknat)	Fettsyra 4:(	0,3	0,3
867 Makaronilåda vegetarisk (beräknat)	Fettsyra 12	0,1	0,1
867 Makaronilåda vegetarisk (beräknat)	Fettsyra 14	0,3	0,3
867 Makaronilåda vegetarisk (beräknat)	Fettsyra 16	1	1
867 Makaronilåda vegetarisk (beräknat)	Fettsyra 18	0,4	0,4
867 Makaronilåda vegetarisk (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
867 Makaronilåda vegetarisk (beräknat)	Fettsyra 16	0,1	0,1
867 Makaronilåda vegetarisk (beräknat)	Fettsyra 18	1	1
867 Makaronilåda vegetarisk (beräknat)	Fettsyra 18	0,3	0,3
867 Makaronilåda vegetarisk (beräknat)	Fettsyra 18	0,1	0
867 Makaronilåda vegetarisk (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
867 Makaronilåda vegetarisk (beräknat)	DHA (Fetts'	0	0
867 Makaronilåda vegetarisk (beräknat)	Summa tra	0,1	0,1
867 Makaronilåda vegetarisk (beräknat)	Kolesterol	46	44,9
867 Makaronilåda vegetarisk (beräknat)	Monosacke	0,4	0,4
867 Makaronilåda vegetarisk (beräknat)	Disackaride	2	1,9
867 Makaronilåda vegetarisk (beräknat)	Sackaros	0,5	0,5
867 Makaronilåda vegetarisk (beräknat)	Energi (kJ)	485	473



867 Makaronilåda vegetarisk (beräknat)	Energi (kca	116	113
867 Makaronilåda vegetarisk (beräknat)	Aska	1,3	1,3
867 Makaronilåda vegetarisk (beräknat)	Vatten	74	74,6
867 Makaronilåda vegetarisk (beräknat)	Avfall (skal	2	2
867 Makaronilåda vegetarisk (beräknat)	Kolhydrat	13,2	12,9
867 Makaronilåda vegetarisk (beräknat)	Protein	6,2	6
867 Makaronilåda vegetarisk (beräknat)	Fibrer	1	1
867 Makaronilåda vegetarisk (beräknat)	Fett	4	3,9
867 Makaronilåda vegetarisk (beräknat)	Fosfor	107	104
867 Makaronilåda vegetarisk (beräknat)	Jod	35	34
867 Makaronilåda vegetarisk (beräknat)	Järn	0,57	0,56
867 Makaronilåda vegetarisk (beräknat)	Kalcium	99	97
867 Makaronilåda vegetarisk (beräknat)	Kalium	141	137
867 Makaronilåda vegetarisk (beräknat)	Magnesium	17	16
867 Makaronilåda vegetarisk (beräknat)	Natrium	269	263
867 Makaronilåda vegetarisk (beräknat)	Selen	3,8	3,7
867 Makaronilåda vegetarisk (beräknat)	Zink	0,73	0,71
867 Makaronilåda vegetarisk (beräknat)	Retinolekvi	94	91
867 Makaronilåda vegetarisk (beräknat)	Retinol	48	47
867 Makaronilåda vegetarisk (beräknat)	Vitamin D	0,18	0,17
867 Makaronilåda vegetarisk (beräknat)	Vitamin E	0,86	0,84
867 Makaronilåda vegetarisk (beräknat)	β-Karoten	552	538
867 Makaronilåda vegetarisk (beräknat)	Vitamin K	4	4
867 Makaronilåda vegetarisk (beräknat)	Tiamin	0,08	0,07
867 Makaronilåda vegetarisk (beräknat)	Riboflavin	0,13	0,13
867 Makaronilåda vegetarisk (beräknat)	Vitamin C	1	1
867 Makaronilåda vegetarisk (beräknat)	Niacin	0,8	0,8
867 Makaronilåda vegetarisk (beräknat)	Niacinekviv	2,1	2
867 Makaronilåda vegetarisk (beräknat)	Vitamin B1	0,32	0,32
867 Makaronilåda vegetarisk (beräknat)	Vitamin B6	0,07	0,07
867 Makaronilåda vegetarisk (beräknat)	Folat	17	17
867 Makaronilåda vegetarisk (beräknat)	Summa n-3	0	0
867 Makaronilåda vegetarisk (beräknat)	Summa n-6	0,1	0,1
867 Makaronilåda vegetarisk (beräknat)	Fullkorn to	7	7
867 Makaronilåda vegetarisk (beräknat)	Salt	0,7	0,7
898 Chili con carne (beräknat)	Summa mä	1,7	1,9
898 Chili con carne (beräknat)	Summa enl	2,1	2,3
898 Chili con carne (beräknat)	Summa flei	0,8	0,8
898 Chili con carne (beräknat)	Fettsyra 4:(	0	0
898 Chili con carne (beräknat)	Fettsyra 14	0,1	0,1
898 Chili con carne (beräknat)	Fettsyra 16	0,9	1
898 Chili con carne (beräknat)	Fettsyra 18	0,6	0,7
898 Chili con carne (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
898 Chili con carne (beräknat)	Fettsyra 16	0,1	0,1
898 Chili con carne (beräknat)	Fettsyra 18	2	2,1
898 Chili con carne (beräknat)	Fettsyra 18	0,5	0,5
898 Chili con carne (beräknat)	Fettsyra 18	0,2	0,2
898 Chili con carne (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
898 Chili con carne (beräknat)	EPA (Fettsy	0	0
898 Chili con carne (beräknat)	DPA (Fettsy	0	0

898 Chili con carne (beräknat)	DHA (Fettsy	0	0
898 Chili con carne (beräknat)	Energi (kJ)	475	488
898 Chili con carne (beräknat)	Energi (kca	113	117
898 Chili con carne (beräknat)	Vatten	74,2	73,8
898 Chili con carne (beräknat)	Protein	8,1	8
898 Chili con carne (beräknat)	Fett	4,8	5,2
898 Chili con carne (beräknat)	Fosfor	110	110
898 Chili con carne (beräknat)	Järn	1,41	1,4
898 Chili con carne (beräknat)	Kalcium	32	32
898 Chili con carne (beräknat)	Kalium	382	384
898 Chili con carne (beräknat)	Magnesium	35	35
898 Chili con carne (beräknat)	Natrium	272	269
898 Chili con carne (beräknat)	Selen	2,3	2,5
898 Chili con carne (beräknat)	Zink	1,72	1,67
898 Chili con carne (beräknat)	Retinolekvi	25	25
898 Chili con carne (beräknat)	Retinol	2	2
898 Chili con carne (beräknat)	Vitamin D	0,28	0,29
898 Chili con carne (beräknat)	Vitamin E	0,96	1
898 Chili con carne (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
898 Chili con carne (beräknat)	Riboflavin	0,08	0,05
898 Chili con carne (beräknat)	Niacin	1,6	1,9
898 Chili con carne (beräknat)	Niacinekviv	3,1	3,3
898 Chili con carne (beräknat)	Vitamin B1	0,17	0,19
898 Chili con carne (beräknat)	Vitamin B6	0,15	0,14
898 Chili con carne (beräknat)	Folat	44	44
898 Chili con carne (beräknat)	Salt	0,7	0,7
904 Ärtsoppa vegetarisk (beräknat)	Summa mä	0,1	0,1
904 Ärtsoppa vegetarisk (beräknat)	Summa enl	0,1	0,1
904 Ärtsoppa vegetarisk (beräknat)	Summa flei	0,2	0,2
904 Ärtsoppa vegetarisk (beräknat)	Fettsyra 14	0	0
904 Ärtsoppa vegetarisk (beräknat)	Fettsyra 16	0,1	0,1
904 Ärtsoppa vegetarisk (beräknat)	Fettsyra 18	0	0
904 Ärtsoppa vegetarisk (beräknat)	Fettsyra 16	0	0
904 Ärtsoppa vegetarisk (beräknat)	Fettsyra 18	0,1	0,1
904 Ärtsoppa vegetarisk (beräknat)	Fettsyra 18	0,2	0,2
904 Ärtsoppa vegetarisk (beräknat)	Fettsyra 18	0	0
904 Ärtsoppa vegetarisk (beräknat)	Monosacke	0,4	0,4
904 Ärtsoppa vegetarisk (beräknat)	Disackaride	0,8	0,8
904 Ärtsoppa vegetarisk (beräknat)	Sackaros	0,8	0,8
904 Ärtsoppa vegetarisk (beräknat)	Energi (kJ)	476	477
904 Ärtsoppa vegetarisk (beräknat)	Energi (kca	114	114
904 Ärtsoppa vegetarisk (beräknat)	Aska	1,9	1,7
904 Ärtsoppa vegetarisk (beräknat)	Vatten	68,3	68,4
904 Ärtsoppa vegetarisk (beräknat)	Avfall (skal	1	1
904 Ärtsoppa vegetarisk (beräknat)	Kolhydrate	17,6	17,7
904 Ärtsoppa vegetarisk (beräknat)	Protein	7,7	7,7
904 Ärtsoppa vegetarisk (beräknat)	Fibrer	3,8	3,8
904 Ärtsoppa vegetarisk (beräknat)	Fett	0,4	0,4
904 Ärtsoppa vegetarisk (beräknat)	Fosfor	136	136
904 Ärtsoppa vegetarisk (beräknat)	Jod	42	34

904 Ärtsoppa vegetarisk (beräknat)	Järn	2,13	2,13
904 Ärtsoppa vegetarisk (beräknat)	Kalcium	25	25
904 Ärtsoppa vegetarisk (beräknat)	Kalium	397	398
904 Ärtsoppa vegetarisk (beräknat)	Magnesium	43	43
904 Ärtsoppa vegetarisk (beräknat)	Natrium	309	243
904 Ärtsoppa vegetarisk (beräknat)	Selen	0,7	0,7
904 Ärtsoppa vegetarisk (beräknat)	Zink	1,32	1,33
904 Ärtsoppa vegetarisk (beräknat)	Retinolekvi	3	3
904 Ärtsoppa vegetarisk (beräknat)	Vitamin E	0,1	0,1
904 Ärtsoppa vegetarisk (beräknat)	β-Karoten	31	31
904 Ärtsoppa vegetarisk (beräknat)	Tiamin	0,17	0,22
904 Ärtsoppa vegetarisk (beräknat)	Riboflavin	0,04	0,06
904 Ärtsoppa vegetarisk (beräknat)	Vitamin C	4	4
904 Ärtsoppa vegetarisk (beräknat)	Niacin	1,2	1,2
904 Ärtsoppa vegetarisk (beräknat)	Niacinekviv	2,4	2,4
904 Ärtsoppa vegetarisk (beräknat)	Vitamin B6	0,02	0,03
904 Ärtsoppa vegetarisk (beräknat)	Folat	9	11
904 Ärtsoppa vegetarisk (beräknat)	Salt	0,8	0,6
919 Kikärtsbiffar falafel friterade (beräknat)	Summa mä	1,1	2,8
919 Kikärtsbiffar falafel friterade (beräknat)	Summa enl	1,9	2,6
919 Kikärtsbiffar falafel friterade (beräknat)	Summa flei	3,9	1,6
919 Kikärtsbiffar falafel friterade (beräknat)	Fettsyra 12	0	0
919 Kikärtsbiffar falafel friterade (beräknat)	Fettsyra 14	0	0,1
919 Kikärtsbiffar falafel friterade (beräknat)	Fettsyra 16	0,8	2,4
919 Kikärtsbiffar falafel friterade (beräknat)	Fettsyra 18	0,2	0,3
919 Kikärtsbiffar falafel friterade (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
919 Kikärtsbiffar falafel friterade (beräknat)	Fettsyra 16	0	0
919 Kikärtsbiffar falafel friterade (beräknat)	Fettsyra 18	1,9	2,6
919 Kikärtsbiffar falafel friterade (beräknat)	Fettsyra 18	3,5	1,5
919 Kikärtsbiffar falafel friterade (beräknat)	Fettsyra 18	0,4	0,1
919 Kikärtsbiffar falafel friterade (beräknat)	Fosfor	129	129
919 Kikärtsbiffar falafel friterade (beräknat)	Järn	1,9	1,9
919 Kikärtsbiffar falafel friterade (beräknat)	Retinolekvi	73	28
919 Kikärtsbiffar falafel friterade (beräknat)	Retinol	45	0
919 Kikärtsbiffar falafel friterade (beräknat)	Vitamin D	0,38	0
919 Kikärtsbiffar falafel friterade (beräknat)	Vitamin E	2,11	2,36
919 Kikärtsbiffar falafel friterade (beräknat)	Vitamin K	9	9
1064 Rimmat sidfläsk gris panerat stekt (beräknat)	Summa mä	17,1	14,4
1064 Rimmat sidfläsk gris panerat stekt (beräknat)	Summa enl	18,9	15,9
1064 Rimmat sidfläsk gris panerat stekt (beräknat)	Summa flei	5,8	4,9
1064 Rimmat sidfläsk gris panerat stekt (beräknat)	Fettsyra 4:(	0	0
1064 Rimmat sidfläsk gris panerat stekt (beräknat)	Fettsyra 12	0	0
1064 Rimmat sidfläsk gris panerat stekt (beräknat)	Fettsyra 14	0,7	0,6
1064 Rimmat sidfläsk gris panerat stekt (beräknat)	Fettsyra 16	10,1	8,5
1064 Rimmat sidfläsk gris panerat stekt (beräknat)	Fettsyra 18	5,9	4,9
1064 Rimmat sidfläsk gris panerat stekt (beräknat)	Fettsyra 20	0,1	0,1
1064 Rimmat sidfläsk gris panerat stekt (beräknat)	Fettsyra 16	1,3	1,1
1064 Rimmat sidfläsk gris panerat stekt (beräknat)	Fettsyra 18	17	14,3
1064 Rimmat sidfläsk gris panerat stekt (beräknat)	Fettsyra 18	4,4	3,7
1064 Rimmat sidfläsk gris panerat stekt (beräknat)	Fettsyra 18	0,6	0,5

1064	Rimmat sidfläsk gris panerat stekt (beräknat)	Fettsyra 20	0,1	0,1
1064	Rimmat sidfläsk gris panerat stekt (beräknat)	EPA (Fettsy	0	0
1064	Rimmat sidfläsk gris panerat stekt (beräknat)	DPA (Fettsy	0,1	0,1
1064	Rimmat sidfläsk gris panerat stekt (beräknat)	DHA (Fettsy	0,2	0,1
1064	Rimmat sidfläsk gris panerat stekt (beräknat)	Summa tra	0,1	0
1064	Rimmat sidfläsk gris panerat stekt (beräknat)	Kolesterol	115	96,9
1064	Rimmat sidfläsk gris panerat stekt (beräknat)	Monosacke	0,2	0,1
1064	Rimmat sidfläsk gris panerat stekt (beräknat)	Disackaride	0,2	0,2
1064	Rimmat sidfläsk gris panerat stekt (beräknat)	Sackaros	0	0
1064	Rimmat sidfläsk gris panerat stekt (beräknat)	Energi (kJ)	2039	1720
1064	Rimmat sidfläsk gris panerat stekt (beräknat)	Energi (kca	487	411
1064	Rimmat sidfläsk gris panerat stekt (beräknat)	Aska	5,5	4,7
1064	Rimmat sidfläsk gris panerat stekt (beräknat)	Vatten	26,1	37,7
1064	Rimmat sidfläsk gris panerat stekt (beräknat)	Avfall (skal	1	1
1064	Rimmat sidfläsk gris panerat stekt (beräknat)	Kolhydrate	8,6	7,3
1064	Rimmat sidfläsk gris panerat stekt (beräknat)	Protein	15,1	12,8
1064	Rimmat sidfläsk gris panerat stekt (beräknat)	Fibrer	0,5	0,4
1064	Rimmat sidfläsk gris panerat stekt (beräknat)	Fett	44,1	37,2
1064	Rimmat sidfläsk gris panerat stekt (beräknat)	Fosfor	263	222
1064	Rimmat sidfläsk gris panerat stekt (beräknat)	Jod	80	68
1064	Rimmat sidfläsk gris panerat stekt (beräknat)	Järn	0,93	0,78
1064	Rimmat sidfläsk gris panerat stekt (beräknat)	Kalcium	18	15
1064	Rimmat sidfläsk gris panerat stekt (beräknat)	Kalium	248	209
1064	Rimmat sidfläsk gris panerat stekt (beräknat)	Magnesium	25	21
1064	Rimmat sidfläsk gris panerat stekt (beräknat)	Natrium	1985	1674
1064	Rimmat sidfläsk gris panerat stekt (beräknat)	Selen	10,2	8,6
1064	Rimmat sidfläsk gris panerat stekt (beräknat)	Zink	4,2	3,54
1064	Rimmat sidfläsk gris panerat stekt (beräknat)	Retinolekvi	82	69
1064	Rimmat sidfläsk gris panerat stekt (beräknat)	Retinol	35	30
1064	Rimmat sidfläsk gris panerat stekt (beräknat)	Vitamin D	1,26	1,06
1064	Rimmat sidfläsk gris panerat stekt (beräknat)	Vitamin E	2,2	1,85
1064	Rimmat sidfläsk gris panerat stekt (beräknat)	Vitamin K	4	3
1064	Rimmat sidfläsk gris panerat stekt (beräknat)	Tiamin	0,33	0,28
1064	Rimmat sidfläsk gris panerat stekt (beräknat)	Riboflavin	0,16	0,13
1064	Rimmat sidfläsk gris panerat stekt (beräknat)	Vitamin C	0	0
1064	Rimmat sidfläsk gris panerat stekt (beräknat)	Niacin	2,8	2,4
1064	Rimmat sidfläsk gris panerat stekt (beräknat)	Niacinekviv	5,7	4,8
1064	Rimmat sidfläsk gris panerat stekt (beräknat)	Vitamin B1	0,48	0,41
1064	Rimmat sidfläsk gris panerat stekt (beräknat)	Vitamin B6	0,27	0,23
1064	Rimmat sidfläsk gris panerat stekt (beräknat)	Folat	12	10
1064	Rimmat sidfläsk gris panerat stekt (beräknat)	Summa n-3	0	0
1064	Rimmat sidfläsk gris panerat stekt (beräknat)	Summa n-6	0,1	0,1
1064	Rimmat sidfläsk gris panerat stekt (beräknat)	Fullkorn to	1	1
1064	Rimmat sidfläsk gris panerat stekt (beräknat)	Salt	5	4,2
1064	Rimmat sidfläsk gris panerat stekt (beräknat)	Summa lån	0,3	0,2
1065	Fläskkotlett gris panerad stekt (beräknat)	Summa mä	5,6	5,3
1065	Fläskkotlett gris panerad stekt (beräknat)	Summa enl	7,5	7,1
1065	Fläskkotlett gris panerad stekt (beräknat)	Summa flei	2,7	2,5
1065	Fläskkotlett gris panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 4:(	0	0
1065	Fläskkotlett gris panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 12	0	0

1065 Fläskkotlett gris panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 14	0,2	0,2
1065 Fläskkotlett gris panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 16	3,3	3,1
1065 Fläskkotlett gris panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 18	1,9	1,7
1065 Fläskkotlett gris panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1065 Fläskkotlett gris panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 16	0,4	0,4
1065 Fläskkotlett gris panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 18	7	6,6
1065 Fläskkotlett gris panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 18	1,9	1,8
1065 Fläskkotlett gris panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 18	0,4	0,4
1065 Fläskkotlett gris panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1065 Fläskkotlett gris panerad stekt (beräknat)	EPA (Fettsy	0	0
1065 Fläskkotlett gris panerad stekt (beräknat)	DPA (Fettsy	0	0
1065 Fläskkotlett gris panerad stekt (beräknat)	DHA (Fettsy	0,1	0,1
1065 Fläskkotlett gris panerad stekt (beräknat)	Summa tra	0	0
1065 Fläskkotlett gris panerad stekt (beräknat)	Kolesterol	85,5	80,5
1065 Fläskkotlett gris panerad stekt (beräknat)	Monosacke	0,2	0,1
1065 Fläskkotlett gris panerad stekt (beräknat)	Disackaride	0,2	0,2
1065 Fläskkotlett gris panerad stekt (beräknat)	Sackaros	0	0
1065 Fläskkotlett gris panerad stekt (beräknat)	Energi (kJ)	1093	1030
1065 Fläskkotlett gris panerad stekt (beräknat)	Energi (kca	261	246
1065 Fläskkotlett gris panerad stekt (beräknat)	Aska	2,6	2,5
1065 Fläskkotlett gris panerad stekt (beräknat)	Vatten	52,5	55,3
1065 Fläskkotlett gris panerad stekt (beräknat)	Avfall (skal	20	19
1065 Fläskkotlett gris panerad stekt (beräknat)	Kolhydrate	7,4	6,9
1065 Fläskkotlett gris panerad stekt (beräknat)	Protein	20,2	19,1
1065 Fläskkotlett gris panerad stekt (beräknat)	Fibrer	0,4	0,4
1065 Fläskkotlett gris panerad stekt (beräknat)	Fett	16,8	15,8
1065 Fläskkotlett gris panerad stekt (beräknat)	Fosfor	211	198
1065 Fläskkotlett gris panerad stekt (beräknat)	Jod	68	64
1065 Fläskkotlett gris panerad stekt (beräknat)	Järn	1,71	1,61
1065 Fläskkotlett gris panerad stekt (beräknat)	Kalcium	16	15
1065 Fläskkotlett gris panerad stekt (beräknat)	Kalium	338	318
1065 Fläskkotlett gris panerad stekt (beräknat)	Magnesium	32	30
1065 Fläskkotlett gris panerad stekt (beräknat)	Natrium	644	606
1065 Fläskkotlett gris panerad stekt (beräknat)	Selen	11,6	10,9
1065 Fläskkotlett gris panerad stekt (beräknat)	Zink	2,95	2,77
1065 Fläskkotlett gris panerad stekt (beräknat)	Retinolekvi	70	66
1065 Fläskkotlett gris panerad stekt (beräknat)	Retinol	30	28
1065 Fläskkotlett gris panerad stekt (beräknat)	Vitamin D	1,16	1,1
1065 Fläskkotlett gris panerad stekt (beräknat)	Vitamin E	1,88	1,77
1065 Fläskkotlett gris panerad stekt (beräknat)	Vitamin K	3	3
1065 Fläskkotlett gris panerad stekt (beräknat)	Tiamin	0,63	0,59
1065 Fläskkotlett gris panerad stekt (beräknat)	Riboflavin	0,32	0,3
1065 Fläskkotlett gris panerad stekt (beräknat)	Vitamin C	0	0
1065 Fläskkotlett gris panerad stekt (beräknat)	Niacin	5,5	5,1
1065 Fläskkotlett gris panerad stekt (beräknat)	Niacinekviv	9,2	8,7
1065 Fläskkotlett gris panerad stekt (beräknat)	Vitamin B1	0,62	0,59
1065 Fläskkotlett gris panerad stekt (beräknat)	Vitamin B6	0,41	0,39
1065 Fläskkotlett gris panerad stekt (beräknat)	Folat	14	14
1065 Fläskkotlett gris panerad stekt (beräknat)	Summa n-3	0	0
1065 Fläskkotlett gris panerad stekt (beräknat)	Summa n-6	0,1	0,1

1065 Fläskkotlett gris panerad stekt (beräknat)	Fullkorn to	1	1
1065 Fläskkotlett gris panerad stekt (beräknat)	Salt	1,6	1,5
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Summa mä	2,3	2,3
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Summa enl	4,5	4,4
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Summa flei	2	1,9
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Fettsyra 4:(	0	0
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Fettsyra 12	0	0
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Fettsyra 14	0,2	0,2
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Fettsyra 16	1,4	1,3
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Fettsyra 18	0,6	0,6
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Fettsyra 16	0,2	0,2
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Fettsyra 18	3,9	3,8
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Fettsyra 18	1,1	1,1
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Fettsyra 18	0,4	0,4
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	EPA (Fettsy	0,1	0,1
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	DPA (Fettsy	0	0
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	DHA (Fettsy	0,2	0,2
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Summa tra	0	0
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Kolesterol	73,4	71,1
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Monosacke	0,3	0,3
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Disackaride	0,5	0,5
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Sackaros	0,4	0,4
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Energi (kJ)	794	771
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Energi (kca	190	184
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Aska	3	2,9
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Vatten	61,2	62,4
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Avfall (skal	8	8
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Kolhydrat	8,4	8,1
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Protein	17,2	16,7
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Fibrer	0,5	0,5
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Fett	9,6	9,3
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Fosfor	165	160
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Jod	43	42
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Järn	1,47	1,43
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Kalcium	27	26
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Kalium	321	311
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Magnesium	27	26
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Natrium	723	701
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Selen	12,5	12,1
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Zink	2,01	1,95
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Retinolekvi	65	63
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Retinol	30	29
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Vitamin D	0,97	0,94
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Vitamin E	1,65	1,6
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	β-Karoten	0	0
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Vitamin K	2	2
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Tiamin	0,46	0,45
1066 Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Riboflavin	0,23	0,23

1066	Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Vitamin C	2	2
1066	Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Niacin	5,6	5,5
1066	Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Niacinekviv	8,8	8,6
1066	Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Vitamin B1	1,55	1,5
1066	Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Vitamin B6	0,36	0,35
1066	Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Folat	11	11
1066	Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Summa n-3	0	0
1066	Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Summa n-6	0,1	0,1
1066	Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Fullkorn to	1	1
1066	Wienerschnitzel m griskött (beräknat)	Salt	1,8	1,8
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Summa mä	5,7	5,3
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Summa enl	5,4	5
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Summa flei	1,5	1,4
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Fettsyra 4:(	0,1	0,1
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Fettsyra 12	0	0
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Fettsyra 14	0,3	0,2
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Fettsyra 16	3,4	3,1
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Fettsyra 18	1,9	1,8
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Fettsyra 16	0,4	0,4
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Fettsyra 18	4,8	4,5
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Fettsyra 18	1,2	1,1
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Fettsyra 18	0,1	0,1
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	EPA (Fettsy	0	0
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	DPA (Fettsy	0	0
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	DHA (Fettsy	0,1	0,1
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Summa tra	0	0
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Kolesterol	80	74,4
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Monosacke	0,3	0,2
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Disackaride	0,9	0,8
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Sackaros	0,1	0,1
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Energi (kJ)	882	820
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Energi (kca	211	196
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Aska	2,5	2,3
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Vatten	61,2	64
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Avfall (skal	1	1
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Kolhydrate	6,7	6,2
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Protein	15,6	14,4
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Fibrer	0,3	0,3
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Fett	13,5	12,6
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Fosfor	187	180
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Jod	73	68
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Järn	0,95	1,04
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Kalcium	34	32
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Kalium	313	305
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Magnesium	26	25
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Natrium	628	587
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Selen	7,1	7,9
1109	Pannbiff gris stekt (beräknat)	Zink	2,55	2,16

1109 Pannbiff gris stekt (beräknat)	Retinolekvi	34	31
1109 Pannbiff gris stekt (beräknat)	Retinol	33	31
1109 Pannbiff gris stekt (beräknat)	Vitamin D	0,59	0,51
1109 Pannbiff gris stekt (beräknat)	Vitamin E	0,95	0,88
1109 Pannbiff gris stekt (beräknat)	β-Karoten	2	2
1109 Pannbiff gris stekt (beräknat)	Vitamin K	3	3
1109 Pannbiff gris stekt (beräknat)	Tiamin	0,36	0,4
1109 Pannbiff gris stekt (beräknat)	Riboflavin	0,21	0,21
1109 Pannbiff gris stekt (beräknat)	Vitamin C	0	0
1109 Pannbiff gris stekt (beräknat)	Niacin	3	4,3
1109 Pannbiff gris stekt (beräknat)	Niacinekviv	6	7,1
1109 Pannbiff gris stekt (beräknat)	Vitamin B1	0,58	0,53
1109 Pannbiff gris stekt (beräknat)	Vitamin B6	0,24	0,27
1109 Pannbiff gris stekt (beräknat)	Folat	10	10
1109 Pannbiff gris stekt (beräknat)	Summa n-3	0	0
1109 Pannbiff gris stekt (beräknat)	Summa n-6	0,1	0,1
1109 Pannbiff gris stekt (beräknat)	Fullkorn to	1	1
1109 Pannbiff gris stekt (beräknat)	Salt	1,6	1,5
1112 Köttfärsjärpar blandfärs 70/30 stekta (beräknat)	Summa mä	6,5	6
1112 Köttfärsjärpar blandfärs 70/30 stekta (beräknat)	Summa enl	5,6	5,2
1112 Köttfärsjärpar blandfärs 70/30 stekta (beräknat)	Summa flei	1	0,9
1112 Köttfärsjärpar blandfärs 70/30 stekta (beräknat)	Fettsyra 4:(	0,1	0,1
1112 Köttfärsjärpar blandfärs 70/30 stekta (beräknat)	Fettsyra 12	0	0
1112 Köttfärsjärpar blandfärs 70/30 stekta (beräknat)	Fettsyra 14	0,4	0,3
1112 Köttfärsjärpar blandfärs 70/30 stekta (beräknat)	Fettsyra 16	3,5	3,2
1112 Köttfärsjärpar blandfärs 70/30 stekta (beräknat)	Fettsyra 18	2,3	2,2
1112 Köttfärsjärpar blandfärs 70/30 stekta (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1112 Köttfärsjärpar blandfärs 70/30 stekta (beräknat)	Fettsyra 16	0,4	0,4
1112 Köttfärsjärpar blandfärs 70/30 stekta (beräknat)	Fettsyra 18	5	4,6
1112 Köttfärsjärpar blandfärs 70/30 stekta (beräknat)	Fettsyra 18	0,7	0,6
1112 Köttfärsjärpar blandfärs 70/30 stekta (beräknat)	Fettsyra 18	0,1	0,1
1112 Köttfärsjärpar blandfärs 70/30 stekta (beräknat)	Fettsyra 20	0,1	0,1
1112 Köttfärsjärpar blandfärs 70/30 stekta (beräknat)	EPA (Fettsy	0	0
1112 Köttfärsjärpar blandfärs 70/30 stekta (beräknat)	DPA (Fettsy	0	0
1112 Köttfärsjärpar blandfärs 70/30 stekta (beräknat)	DHA (Fettsy	0	0
1112 Köttfärsjärpar blandfärs 70/30 stekta (beräknat)	Summa tra	0	0
1112 Köttfärsjärpar blandfärs 70/30 stekta (beräknat)	Kolesterol	83,1	76,6
1112 Köttfärsjärpar blandfärs 70/30 stekta (beräknat)	Monosacke	0,1	0,1
1112 Köttfärsjärpar blandfärs 70/30 stekta (beräknat)	Disackaride	1,6	1,5
1112 Köttfärsjärpar blandfärs 70/30 stekta (beräknat)	Sackaros	0	0
1112 Köttfärsjärpar blandfärs 70/30 stekta (beräknat)	Energi (kJ)	935	862
1112 Köttfärsjärpar blandfärs 70/30 stekta (beräknat)	Energi (kca	223	206
1112 Köttfärsjärpar blandfärs 70/30 stekta (beräknat)	Aska	2,6	2,4
1112 Köttfärsjärpar blandfärs 70/30 stekta (beräknat)	Vatten	59,1	62,3
1112 Köttfärsjärpar blandfärs 70/30 stekta (beräknat)	Avfall (skal	1	1
1112 Köttfärsjärpar blandfärs 70/30 stekta (beräknat)	Kolhydrate	5,6	5,1
1112 Köttfärsjärpar blandfärs 70/30 stekta (beräknat)	Protein	18	16,6
1112 Köttfärsjärpar blandfärs 70/30 stekta (beräknat)	Fibrer	0,3	0,3
1112 Köttfärsjärpar blandfärs 70/30 stekta (beräknat)	Fett	14,4	13,2
1112 Köttfärsjärpar blandfärs 70/30 stekta (beräknat)	Fosfor	197	182



1112	Köttfärsjärpar blandfärs 70/30 stekta (beräkn: Jod	79	73
1112	Köttfärsjärpar blandfärs 70/30 stekta (beräkn: Järn	1,86	1,71
1112	Köttfärsjärpar blandfärs 70/30 stekta (beräkn: Kalcium	55	51
1112	Köttfärsjärpar blandfärs 70/30 stekta (beräkn: Kalium	340	313
1112	Köttfärsjärpar blandfärs 70/30 stekta (beräkn: Magnesium	27	25
1112	Köttfärsjärpar blandfärs 70/30 stekta (beräkn: Natrium	662	610
1112	Köttfärsjärpar blandfärs 70/30 stekta (beräkn: Selen	9,6	8,8
1112	Köttfärsjärpar blandfärs 70/30 stekta (beräkn: Zink	4,17	3,85
1112	Köttfärsjärpar blandfärs 70/30 stekta (beräkn: Retinolekvi	43	39
1112	Köttfärsjärpar blandfärs 70/30 stekta (beräkn: Retinol	37	34
1112	Köttfärsjärpar blandfärs 70/30 stekta (beräkn: Vitamin D	0,58	0,53
1112	Köttfärsjärpar blandfärs 70/30 stekta (beräkn: Vitamin E	0,99	0,91
1112	Köttfärsjärpar blandfärs 70/30 stekta (beräkn: $\beta$ -Karoten	67	62
1112	Köttfärsjärpar blandfärs 70/30 stekta (beräkn: Vitamin K	3	3
1112	Köttfärsjärpar blandfärs 70/30 stekta (beräkn: Tiamin	0,15	0,14
1112	Köttfärsjärpar blandfärs 70/30 stekta (beräkn: Riboflavin	0,2	0,18
1112	Köttfärsjärpar blandfärs 70/30 stekta (beräkn: Vitamin C	1	1
1112	Köttfärsjärpar blandfärs 70/30 stekta (beräkn: Niacin	4,3	3,9
1112	Köttfärsjärpar blandfärs 70/30 stekta (beräkn: Niacinekviv	7,7	7,1
1112	Köttfärsjärpar blandfärs 70/30 stekta (beräkn: Vitamin B1	1,01	0,93
1112	Köttfärsjärpar blandfärs 70/30 stekta (beräkn: Vitamin B6	0,3	0,28
1112	Köttfärsjärpar blandfärs 70/30 stekta (beräkn: Folat	17	15
1112	Köttfärsjärpar blandfärs 70/30 stekta (beräkn: Summa n-3	0	0
1112	Köttfärsjärpar blandfärs 70/30 stekta (beräkn: Summa n-6	0,1	0,1
1112	Köttfärsjärpar blandfärs 70/30 stekta (beräkn: Fullkorn to	1	1
1112	Köttfärsjärpar blandfärs 70/30 stekta (beräkn: Salt	1,7	1,5
1113	Kalvfrikadeller (beräknat) Summa mä	4,4	4,4
1113	Kalvfrikadeller (beräknat) Summa enl	4,5	4,4
1113	Kalvfrikadeller (beräknat) Summa flei	0,7	0,7
1113	Kalvfrikadeller (beräknat) Fettsyra 4:(	0,1	0,1
1113	Kalvfrikadeller (beräknat) Fettsyra 12	0	0
1113	Kalvfrikadeller (beräknat) Fettsyra 14	0,3	0,3
1113	Kalvfrikadeller (beräknat) Fettsyra 16	2,2	2,2
1113	Kalvfrikadeller (beräknat) Fettsyra 18	1,5	1,5
1113	Kalvfrikadeller (beräknat) Fettsyra 20	0	0
1113	Kalvfrikadeller (beräknat) Fettsyra 16	0,3	0,3
1113	Kalvfrikadeller (beräknat) Fettsyra 18	4,1	4
1113	Kalvfrikadeller (beräknat) Fettsyra 18	0,5	0,5
1113	Kalvfrikadeller (beräknat) Fettsyra 18	0	0
1113	Kalvfrikadeller (beräknat) Fettsyra 20	0,1	0,1
1113	Kalvfrikadeller (beräknat) DHA (Fettsy	0	0
1113	Kalvfrikadeller (beräknat) Summa tra	0	0
1113	Kalvfrikadeller (beräknat) Kolesterol	79,2	78
1113	Kalvfrikadeller (beräknat) Monosacke	0,1	0,1
1113	Kalvfrikadeller (beräknat) Disackaride	1,3	1,3
1113	Kalvfrikadeller (beräknat) Sackaros	0	0
1113	Kalvfrikadeller (beräknat) Energi (kJ)	704	693
1113	Kalvfrikadeller (beräknat) Energi (kca	168	166
1113	Kalvfrikadeller (beräknat) Aska	2,1	2,1
1113	Kalvfrikadeller (beräknat) Vatten	68,6	69,1

1113 Kalvfrikadeller (beräknat)	Avfall (skal	13	13
1113 Kalvfrikadeller (beräknat)	Kolhydrat	4,2	4,1
1113 Kalvfrikadeller (beräknat)	Protein	14,5	14,2
1113 Kalvfrikadeller (beräknat)	Fibrer	0,2	0,2
1113 Kalvfrikadeller (beräknat)	Fett	10,4	10,3
1113 Kalvfrikadeller (beräknat)	Fosfor	156	154
1113 Kalvfrikadeller (beräknat)	Jod	65	64
1113 Kalvfrikadeller (beräknat)	Järn	1,24	1,22
1113 Kalvfrikadeller (beräknat)	Kalcium	47	46
1113 Kalvfrikadeller (beräknat)	Kalium	278	264
1113 Kalvfrikadeller (beräknat)	Magnesium	20	20
1113 Kalvfrikadeller (beräknat)	Natrium	550	542
1113 Kalvfrikadeller (beräknat)	Selen	6,5	6,4
1113 Kalvfrikadeller (beräknat)	Zink	3,1	3,05
1113 Kalvfrikadeller (beräknat)	Retinolekvi	46	45
1113 Kalvfrikadeller (beräknat)	Retinol	46	45
1113 Kalvfrikadeller (beräknat)	Vitamin D	0,33	0,32
1113 Kalvfrikadeller (beräknat)	Vitamin E	0,77	0,75
1113 Kalvfrikadeller (beräknat)	β-Karoten	6	6
1113 Kalvfrikadeller (beräknat)	Vitamin K	3	3
1113 Kalvfrikadeller (beräknat)	Tiamin	0,06	0,06
1113 Kalvfrikadeller (beräknat)	Riboflavin	0,15	0,15
1113 Kalvfrikadeller (beräknat)	Niacin	4,1	4,1
1113 Kalvfrikadeller (beräknat)	Niacinekviv	6,9	6,8
1113 Kalvfrikadeller (beräknat)	Vitamin B1	0,77	0,76
1113 Kalvfrikadeller (beräknat)	Vitamin B6	0,16	0,15
1113 Kalvfrikadeller (beräknat)	Folat	10	10
1113 Kalvfrikadeller (beräknat)	Summa n-3	0	0
1113 Kalvfrikadeller (beräknat)	Summa n-6	0,1	0,1
1113 Kalvfrikadeller (beräknat)	Fullkorn to	1	1
1113 Kalvfrikadeller (beräknat)	Salt	1,4	1,4
1114 Kalvfärsbiffar (beräknat)	Summa mä	8,8	8,1
1114 Kalvfärsbiffar (beräknat)	Summa enl	7,1	6,5
1114 Kalvfärsbiffar (beräknat)	Summa flei	1,1	1,1
1114 Kalvfärsbiffar (beräknat)	Fettsyra 4:(	0,6	0,6
1114 Kalvfärsbiffar (beräknat)	Fettsyra 12	0,2	0,2
1114 Kalvfärsbiffar (beräknat)	Fettsyra 14	0,9	0,8
1114 Kalvfärsbiffar (beräknat)	Fettsyra 16	4,4	4
1114 Kalvfärsbiffar (beräknat)	Fettsyra 18	2,5	2,3
1114 Kalvfärsbiffar (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1114 Kalvfärsbiffar (beräknat)	Fettsyra 16	0,4	0,4
1114 Kalvfärsbiffar (beräknat)	Fettsyra 18	6,5	6
1114 Kalvfärsbiffar (beräknat)	Fettsyra 18	0,8	0,7
1114 Kalvfärsbiffar (beräknat)	Fettsyra 18	0,1	0,1
1114 Kalvfärsbiffar (beräknat)	Fettsyra 20	0,1	0,1
1114 Kalvfärsbiffar (beräknat)	DHA (Fettsy	0	0
1114 Kalvfärsbiffar (beräknat)	Summa tra	0,2	0,2
1114 Kalvfärsbiffar (beräknat)	Kolesterol	178,6	164,6
1114 Kalvfärsbiffar (beräknat)	Monosacke	0	0
1114 Kalvfärsbiffar (beräknat)	Disackaride	1,7	1,6

1114 Kalvfärsbiffar (beräknat)	Sackaros	0	0
1114 Kalvfärsbiffar (beräknat)	Energi (kJ)	1004	926
1114 Kalvfärsbiffar (beräknat)	Energi (kca	240	221
1114 Kalvfärsbiffar (beräknat)	Aska	2,5	2,3
1114 Kalvfärsbiffar (beräknat)	Vatten	59,9	63
1114 Kalvfärsbiffar (beräknat)	Avfall (skal	14	13
1114 Kalvfärsbiffar (beräknat)	Kolhydrat	1,7	1,6
1114 Kalvfärsbiffar (beräknat)	Protein	16,8	15,5
1114 Kalvfärsbiffar (beräknat)	Fett	18,7	17,2
1114 Kalvfärsbiffar (beräknat)	Fosfor	213	196
1114 Kalvfärsbiffar (beräknat)	Jod	80	74
1114 Kalvfärsbiffar (beräknat)	Järn	1,52	1,4
1114 Kalvfärsbiffar (beräknat)	Kalcium	67	62
1114 Kalvfärsbiffar (beräknat)	Kalium	314	289
1114 Kalvfärsbiffar (beräknat)	Magnesium	22	20
1114 Kalvfärsbiffar (beräknat)	Natrium	609	561
1114 Kalvfärsbiffar (beräknat)	Selen	11,6	10,7
1114 Kalvfärsbiffar (beräknat)	Zink	3,76	3,46
1114 Kalvfärsbiffar (beräknat)	Retinolekvi	149	137
1114 Kalvfärsbiffar (beräknat)	Retinol	146	135
1114 Kalvfärsbiffar (beräknat)	Vitamin D	0,68	0,63
1114 Kalvfärsbiffar (beräknat)	Vitamin E	2,19	2,02
1114 Kalvfärsbiffar (beräknat)	β-Karoten	30	27
1114 Kalvfärsbiffar (beräknat)	Vitamin K	9	9
1114 Kalvfärsbiffar (beräknat)	Tiamin	0,08	0,07
1114 Kalvfärsbiffar (beräknat)	Riboflavin	0,2	0,19
1114 Kalvfärsbiffar (beräknat)	Niacin	4,7	4,3
1114 Kalvfärsbiffar (beräknat)	Niacinekviv	7,9	7,3
1114 Kalvfärsbiffar (beräknat)	Vitamin B1	1,28	1,18
1114 Kalvfärsbiffar (beräknat)	Vitamin B6	0,28	0,26
1114 Kalvfärsbiffar (beräknat)	Folat	22	21
1114 Kalvfärsbiffar (beräknat)	Summa n-3	0,1	0,1
1114 Kalvfärsbiffar (beräknat)	Summa n-6	0,4	0,4
1114 Kalvfärsbiffar (beräknat)	Salt	1,5	1,4
1119 Köttbullar nötfärs stekta (beräknat)	Summa mä	3,8	3,6
1119 Köttbullar nötfärs stekta (beräknat)	Summa enl	3,2	2,9
1119 Köttbullar nötfärs stekta (beräknat)	Summa flei	0,5	0,4
1119 Köttbullar nötfärs stekta (beräknat)	Fettsyra 4:(	0,1	0,1
1119 Köttbullar nötfärs stekta (beräknat)	Fettsyra 12	0	0
1119 Köttbullar nötfärs stekta (beräknat)	Fettsyra 14	0,3	0,2
1119 Köttbullar nötfärs stekta (beräknat)	Fettsyra 16	2	1,8
1119 Köttbullar nötfärs stekta (beräknat)	Fettsyra 18	1,3	1,3
1119 Köttbullar nötfärs stekta (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1119 Köttbullar nötfärs stekta (beräknat)	Fettsyra 16	0,2	0,2
1119 Köttbullar nötfärs stekta (beräknat)	Fettsyra 18	2,9	2,7
1119 Köttbullar nötfärs stekta (beräknat)	Fettsyra 18	0,3	0,3
1119 Köttbullar nötfärs stekta (beräknat)	Fettsyra 18	0,1	0
1119 Köttbullar nötfärs stekta (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1119 Köttbullar nötfärs stekta (beräknat)	DPA (Fettsy	0	0
1119 Köttbullar nötfärs stekta (beräknat)	DHA (Fettsy	0	0

1119 Köttbullar nötfärs stekta (beräknat)	Summa tra	0	0
1119 Köttbullar nötfärs stekta (beräknat)	Kolesterol	80,8	75,3
1119 Köttbullar nötfärs stekta (beräknat)	Monosackarid	0,3	0,2
1119 Köttbullar nötfärs stekta (beräknat)	Disackarid	1,6	1,5
1119 Köttbullar nötfärs stekta (beräknat)	Sackaros	0,1	0,1
1119 Köttbullar nötfärs stekta (beräknat)	Energi (kJ)	730	681
1119 Köttbullar nötfärs stekta (beräknat)	Energi (kcal)	174	163
1119 Köttbullar nötfärs stekta (beräknat)	Aska	2,5	2,4
1119 Köttbullar nötfärs stekta (beräknat)	Vatten	64,1	66,5
1119 Köttbullar nötfärs stekta (beräknat)	Avfall (skal)	2	1
1119 Köttbullar nötfärs stekta (beräknat)	Kolhydrat	5,6	5,2
1119 Köttbullar nötfärs stekta (beräknat)	Protein	18,9	17,6
1119 Köttbullar nötfärs stekta (beräknat)	Fibrer	0,3	0,3
1119 Köttbullar nötfärs stekta (beräknat)	Fett	8,4	7,8
1119 Köttbullar nötfärs stekta (beräknat)	Fosfor	187	175
1119 Köttbullar nötfärs stekta (beräknat)	Jod	77	72
1119 Köttbullar nötfärs stekta (beräknat)	Järn	2,22	2,07
1119 Köttbullar nötfärs stekta (beräknat)	Kalcium	52	48
1119 Köttbullar nötfärs stekta (beräknat)	Kalium	318	296
1119 Köttbullar nötfärs stekta (beräknat)	Magnesium	23	22
1119 Köttbullar nötfärs stekta (beräknat)	Natrium	659	614
1119 Köttbullar nötfärs stekta (beräknat)	Selen	9,3	8,7
1119 Köttbullar nötfärs stekta (beräknat)	Zink	4,91	4,57
1119 Köttbullar nötfärs stekta (beräknat)	Retinolekvin	37	35
1119 Köttbullar nötfärs stekta (beräknat)	Retinol	36	34
1119 Köttbullar nötfärs stekta (beräknat)	Vitamin D	0,55	0,51
1119 Köttbullar nötfärs stekta (beräknat)	Vitamin E	0,75	0,7
1119 Köttbullar nötfärs stekta (beräknat)	β-Karoten	12	12
1119 Köttbullar nötfärs stekta (beräknat)	Vitamin K	3	3
1119 Köttbullar nötfärs stekta (beräknat)	Tiamin	0,08	0,07
1119 Köttbullar nötfärs stekta (beräknat)	Riboflavin	0,29	0,27
1119 Köttbullar nötfärs stekta (beräknat)	Vitamin C	0	0
1119 Köttbullar nötfärs stekta (beräknat)	Niacin	3,5	3,2
1119 Köttbullar nötfärs stekta (beräknat)	Niacinekvivalent	7,1	6,6
1119 Köttbullar nötfärs stekta (beräknat)	Vitamin B1	1,02	0,95
1119 Köttbullar nötfärs stekta (beräknat)	Vitamin B6	0,4	0,37
1119 Köttbullar nötfärs stekta (beräknat)	Folat	18	17
1119 Köttbullar nötfärs stekta (beräknat)	Summa n-3	0	0
1119 Köttbullar nötfärs stekta (beräknat)	Summa n-6	0,1	0,1
1119 Köttbullar nötfärs stekta (beräknat)	Fullkorn totalt	1	1
1119 Köttbullar nötfärs stekta (beräknat)	Salt	1,7	1,5
1120 Köttbullar grisfärs stekta (beräknat)	Summa mättat	7	5,1
1120 Köttbullar grisfärs stekta (beräknat)	Summa enmättat	6,9	4,7
1120 Köttbullar grisfärs stekta (beräknat)	Summa fleromättat	1,9	1,3
1120 Köttbullar grisfärs stekta (beräknat)	Fettsyra 4:1	0	0,1
1120 Köttbullar grisfärs stekta (beräknat)	Fettsyra 12	0	0
1120 Köttbullar grisfärs stekta (beräknat)	Fettsyra 14	0,3	0,3
1120 Köttbullar grisfärs stekta (beräknat)	Fettsyra 16	4,2	3
1120 Köttbullar grisfärs stekta (beräknat)	Fettsyra 18	2,4	1,6
1120 Köttbullar grisfärs stekta (beräknat)	Fettsyra 20	0	0

1120 Köttbullar grisfärs stekta (beräknat)	Fettsyra 16	0,5	0,4
1120 Köttbullar grisfärs stekta (beräknat)	Fettsyra 18	6,1	4,2
1120 Köttbullar grisfärs stekta (beräknat)	Fettsyra 18	1,5	1
1120 Köttbullar grisfärs stekta (beräknat)	Fettsyra 18	0,1	0,1
1120 Köttbullar grisfärs stekta (beräknat)	Fettsyra 20	0,1	0
1120 Köttbullar grisfärs stekta (beräknat)	EPA (Fettsy	0	0
1120 Köttbullar grisfärs stekta (beräknat)	DPA (Fettsy	0	0
1120 Köttbullar grisfärs stekta (beräknat)	DHA (Fettsy	0,1	0
1120 Köttbullar grisfärs stekta (beräknat)	Summa tra	0	0
1120 Köttbullar grisfärs stekta (beräknat)	Kolesterol	101,5	69
1120 Köttbullar grisfärs stekta (beräknat)	Monosacke	0,3	0,2
1120 Köttbullar grisfärs stekta (beräknat)	Disackaride	0,2	1,4
1120 Köttbullar grisfärs stekta (beräknat)	Sackaros	0,1	0,1
1120 Köttbullar grisfärs stekta (beräknat)	Energi (kJ)	1091	777
1120 Köttbullar grisfärs stekta (beräknat)	Energi (kca	261	186
1120 Köttbullar grisfärs stekta (beräknat)	Aska	3	2,2
1120 Köttbullar grisfärs stekta (beräknat)	Vatten	52,2	65,8
1120 Köttbullar grisfärs stekta (beräknat)	Avfall (skal	2	1
1120 Köttbullar grisfärs stekta (beräknat)	Kolhydrate	7,6	6,2
1120 Köttbullar grisfärs stekta (beräknat)	Protein	19,5	13,5
1120 Köttbullar grisfärs stekta (beräknat)	Fibrer	0,4	0,3
1120 Köttbullar grisfärs stekta (beräknat)	Fett	16,9	11,9
1120 Köttbullar grisfärs stekta (beräknat)	Fosfor	224	175
1120 Köttbullar grisfärs stekta (beräknat)	Jod	92	64
1120 Köttbullar grisfärs stekta (beräknat)	Järn	1,21	0,95
1120 Köttbullar grisfärs stekta (beräknat)	Kalcium	21	43
1120 Köttbullar grisfärs stekta (beräknat)	Kalium	371	296
1120 Köttbullar grisfärs stekta (beräknat)	Magnesium	31	24
1120 Köttbullar grisfärs stekta (beräknat)	Natrium	804	540
1120 Köttbullar grisfärs stekta (beräknat)	Selen	8,8	7,4
1120 Köttbullar grisfärs stekta (beräknat)	Zink	3,21	2,02
1120 Köttbullar grisfärs stekta (beräknat)	Retinolekvi	39	32
1120 Köttbullar grisfärs stekta (beräknat)	Retinol	39	31
1120 Köttbullar grisfärs stekta (beräknat)	Vitamin D	0,76	0,47
1120 Köttbullar grisfärs stekta (beräknat)	Vitamin E	1,21	0,81
1120 Köttbullar grisfärs stekta (beräknat)	β-Karoten	0	4
1120 Köttbullar grisfärs stekta (beräknat)	Vitamin K	4	3
1120 Köttbullar grisfärs stekta (beräknat)	Tiamin	0,46	0,37
1120 Köttbullar grisfärs stekta (beräknat)	Riboflavin	0,24	0,2
1120 Köttbullar grisfärs stekta (beräknat)	Vitamin C	0	0
1120 Köttbullar grisfärs stekta (beräknat)	Niacin	3,9	3,9
1120 Köttbullar grisfärs stekta (beräknat)	Niacinekviv	7,6	6,5
1120 Köttbullar grisfärs stekta (beräknat)	Vitamin B1	0,68	0,53
1120 Köttbullar grisfärs stekta (beräknat)	Vitamin B6	0,3	0,25
1120 Köttbullar grisfärs stekta (beräknat)	Folat	13	9
1120 Köttbullar grisfärs stekta (beräknat)	Summa n-3	0	0
1120 Köttbullar grisfärs stekta (beräknat)	Summa n-6	0,2	0,1
1120 Köttbullar grisfärs stekta (beräknat)	Fullkorn to	1	1
1120 Köttbullar grisfärs stekta (beräknat)	Salt	2	1,3
1124 Köttfärsröra till tacobröd (beräknat)	Summa mä	5,6	5,2

1124 Köttfärsröra till tacobröd (beräknat)	Summa enl	7,1	6,7
1124 Köttfärsröra till tacobröd (beräknat)	Summa fler	2,1	1,9
1124 Köttfärsröra till tacobröd (beräknat)	Fettsyra 4:(	0	0
1124 Köttfärsröra till tacobröd (beräknat)	Fettsyra 12	0	0
1124 Köttfärsröra till tacobröd (beräknat)	Fettsyra 14	0,3	0,2
1124 Köttfärsröra till tacobröd (beräknat)	Fettsyra 16	3	2,8
1124 Köttfärsröra till tacobröd (beräknat)	Fettsyra 18	2,1	1,9
1124 Köttfärsröra till tacobröd (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1124 Köttfärsröra till tacobröd (beräknat)	Fettsyra 16	0,3	0,3
1124 Köttfärsröra till tacobröd (beräknat)	Fettsyra 18	6,6	6,2
1124 Köttfärsröra till tacobröd (beräknat)	Fettsyra 18	1,4	1,3
1124 Köttfärsröra till tacobröd (beräknat)	Fettsyra 18	0,4	0,4
1124 Köttfärsröra till tacobröd (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1124 Köttfärsröra till tacobröd (beräknat)	EPA (Fettsy	0	0
1124 Köttfärsröra till tacobröd (beräknat)	DPA (Fettsy	0	0
1124 Köttfärsröra till tacobröd (beräknat)	DHA (Fettsy	0	0
1124 Köttfärsröra till tacobröd (beräknat)	Summa tra	0	0
1124 Köttfärsröra till tacobröd (beräknat)	Kolesterol	47,8	44,7
1124 Köttfärsröra till tacobröd (beräknat)	Monosacke	1	0,9
1124 Köttfärsröra till tacobröd (beräknat)	Disackaride	0	0
1124 Köttfärsröra till tacobröd (beräknat)	Sackaros	0	0
1124 Köttfärsröra till tacobröd (beräknat)	Energi (kJ)	913	855
1124 Köttfärsröra till tacobröd (beräknat)	Energi (kca	218	204
1124 Köttfärsröra till tacobröd (beräknat)	Aska	1,9	1,8
1124 Köttfärsröra till tacobröd (beräknat)	Vatten	62,6	65
1124 Köttfärsröra till tacobröd (beräknat)	Avfall (skal	0	0
1124 Köttfärsröra till tacobröd (beräknat)	Kolhydrate	3,6	3,3
1124 Köttfärsröra till tacobröd (beräknat)	Protein	16,3	15,3
1124 Köttfärsröra till tacobröd (beräknat)	Fibrer	0,1	0,1
1124 Köttfärsröra till tacobröd (beräknat)	Fett	15,5	14,5
1124 Köttfärsröra till tacobröd (beräknat)	Fosfor	146	136
1124 Köttfärsröra till tacobröd (beräknat)	Jod	51	47
1124 Köttfärsröra till tacobröd (beräknat)	Järn	1,69	1,58
1124 Köttfärsröra till tacobröd (beräknat)	Kalcium	10	9
1124 Köttfärsröra till tacobröd (beräknat)	Kalium	266	238
1124 Köttfärsröra till tacobröd (beräknat)	Magnesium	18	17
1124 Köttfärsröra till tacobröd (beräknat)	Natrium	489	457
1124 Köttfärsröra till tacobröd (beräknat)	Selen	6,4	5,9
1124 Köttfärsröra till tacobröd (beräknat)	Zink	4,22	3,95
1124 Köttfärsröra till tacobröd (beräknat)	Retinolekvi	48	45
1124 Köttfärsröra till tacobröd (beräknat)	Retinol	6	6
1124 Köttfärsröra till tacobröd (beräknat)	Vitamin D	0,95	0,89
1124 Köttfärsröra till tacobröd (beräknat)	Vitamin E	1,09	1,02
1124 Köttfärsröra till tacobröd (beräknat)	β-Karoten	6	6
1124 Köttfärsröra till tacobröd (beräknat)	Tiamin	0,15	0,14
1124 Köttfärsröra till tacobröd (beräknat)	Riboflavin	0,17	0,16
1124 Köttfärsröra till tacobröd (beräknat)	Vitamin C	0	0
1124 Köttfärsröra till tacobröd (beräknat)	Niacin	3,5	3,3
1124 Köttfärsröra till tacobröd (beräknat)	Niacinekviv	6,5	6,1
1124 Köttfärsröra till tacobröd (beräknat)	Vitamin B1	0,58	0,55

1124 Köttfärsröra till tacobröd (beräknat)	Vitamin B6	0,22	0,21
1124 Köttfärsröra till tacobröd (beräknat)	Folat	6	5
1124 Köttfärsröra till tacobröd (beräknat)	Salt	1,2	1,1
1125 Lammfärsbiffar stekta (beräknat)	Summa mä	6,5	6
1125 Lammfärsbiffar stekta (beräknat)	Summa enl	5,2	4,8
1125 Lammfärsbiffar stekta (beräknat)	Summa flei	1,2	1,1
1125 Lammfärsbiffar stekta (beräknat)	Fettsyra 4:(	0,1	0
1125 Lammfärsbiffar stekta (beräknat)	Fettsyra 12	0,1	0,1
1125 Lammfärsbiffar stekta (beräknat)	Fettsyra 14	0,8	0,7
1125 Lammfärsbiffar stekta (beräknat)	Fettsyra 16	3	2,8
1125 Lammfärsbiffar stekta (beräknat)	Fettsyra 18	2,1	1,9
1125 Lammfärsbiffar stekta (beräknat)	Fettsyra 20	0,2	0,2
1125 Lammfärsbiffar stekta (beräknat)	Fettsyra 16	0,4	0,4
1125 Lammfärsbiffar stekta (beräknat)	Fettsyra 18	4,6	4,3
1125 Lammfärsbiffar stekta (beräknat)	Fettsyra 18	0,7	0,7
1125 Lammfärsbiffar stekta (beräknat)	Fettsyra 18	0,1	0,1
1125 Lammfärsbiffar stekta (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1125 Lammfärsbiffar stekta (beräknat)	DHA (Fetts'	0	0
1125 Lammfärsbiffar stekta (beräknat)	Summa tra	0	0
1125 Lammfärsbiffar stekta (beräknat)	Kolesterol	121,1	111,3
1125 Lammfärsbiffar stekta (beräknat)	Monosacke	0,3	0,3
1125 Lammfärsbiffar stekta (beräknat)	Disackaride	0,2	0,2
1125 Lammfärsbiffar stekta (beräknat)	Sackaros	0,1	0,1
1125 Lammfärsbiffar stekta (beräknat)	Energi (kJ)	1000	921
1125 Lammfärsbiffar stekta (beräknat)	Energi (kca	239	220
1125 Lammfärsbiffar stekta (beräknat)	Aska	3,5	3,2
1125 Lammfärsbiffar stekta (beräknat)	Vatten	53,6	57,3
1125 Lammfärsbiffar stekta (beräknat)	Avfall (skal	2	2
1125 Lammfärsbiffar stekta (beräknat)	Kolhydrate	7,6	7
1125 Lammfärsbiffar stekta (beräknat)	Protein	20,7	19,1
1125 Lammfärsbiffar stekta (beräknat)	Fibrer	0,4	0,4
1125 Lammfärsbiffar stekta (beräknat)	Fett	14	12,8
1125 Lammfärsbiffar stekta (beräknat)	Fosfor	207	191
1125 Lammfärsbiffar stekta (beräknat)	Jod	117	107
1125 Lammfärsbiffar stekta (beräknat)	Järn	1,99	1,83
1125 Lammfärsbiffar stekta (beräknat)	Kalcium	30	27
1125 Lammfärsbiffar stekta (beräknat)	Kalium	264	243
1125 Lammfärsbiffar stekta (beräknat)	Magnesium	24	22
1125 Lammfärsbiffar stekta (beräknat)	Natrium	1008	927
1125 Lammfärsbiffar stekta (beräknat)	Selen	4,4	4
1125 Lammfärsbiffar stekta (beräknat)	Zink	3,7	3,4
1125 Lammfärsbiffar stekta (beräknat)	Retinolekvi	83	77
1125 Lammfärsbiffar stekta (beräknat)	Retinol	83	76
1125 Lammfärsbiffar stekta (beräknat)	Vitamin D	0,58	0,53
1125 Lammfärsbiffar stekta (beräknat)	Vitamin E	1,5	1,38
1125 Lammfärsbiffar stekta (beräknat)	β-Karoten	7	7
1125 Lammfärsbiffar stekta (beräknat)	Vitamin K	4	4
1125 Lammfärsbiffar stekta (beräknat)	Tiamin	0,15	0,14
1125 Lammfärsbiffar stekta (beräknat)	Riboflavin	0,3	0,28
1125 Lammfärsbiffar stekta (beräknat)	Vitamin C	0	0

1125 Lammfärsbiffar stekta (beräknat)	Niacin	4,5	4,1
1125 Lammfärsbiffar stekta (beräknat)	Niacinekviv	8,4	7,7
1125 Lammfärsbiffar stekta (beräknat)	Vitamin B1	1,12	1,03
1125 Lammfärsbiffar stekta (beräknat)	Vitamin B6	0,18	0,17
1125 Lammfärsbiffar stekta (beräknat)	Folat	15	14
1125 Lammfärsbiffar stekta (beräknat)	Summa n-3	0	0
1125 Lammfärsbiffar stekta (beräknat)	Summa n-6	0,2	0,1
1125 Lammfärsbiffar stekta (beräknat)	Fullkorn to	1	1
1125 Lammfärsbiffar stekta (beräknat)	Salt	2,5	2,3
1126 Köttfärslimpa grisfärs (beräknat)	Summa mä	5,3	5
1126 Köttfärslimpa grisfärs (beräknat)	Summa enl	5	4,7
1126 Köttfärslimpa grisfärs (beräknat)	Summa flei	1,4	1,3
1126 Köttfärslimpa grisfärs (beräknat)	Fettsyra 4:(	0,1	0,1
1126 Köttfärslimpa grisfärs (beräknat)	Fettsyra 12	0	0
1126 Köttfärslimpa grisfärs (beräknat)	Fettsyra 14	0,3	0,2
1126 Köttfärslimpa grisfärs (beräknat)	Fettsyra 16	3,1	3
1126 Köttfärslimpa grisfärs (beräknat)	Fettsyra 18	1,7	1,6
1126 Köttfärslimpa grisfärs (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1126 Köttfärslimpa grisfärs (beräknat)	Fettsyra 16	0,4	0,4
1126 Köttfärslimpa grisfärs (beräknat)	Fettsyra 18	4,4	4,2
1126 Köttfärslimpa grisfärs (beräknat)	Fettsyra 18	1,1	1
1126 Köttfärslimpa grisfärs (beräknat)	Fettsyra 18	0,1	0,1
1126 Köttfärslimpa grisfärs (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1126 Köttfärslimpa grisfärs (beräknat)	EPA (Fettsy	0	0
1126 Köttfärslimpa grisfärs (beräknat)	DPA (Fettsy	0	0
1126 Köttfärslimpa grisfärs (beräknat)	DHA (Fettsy	0,1	0
1126 Köttfärslimpa grisfärs (beräknat)	Summa tra	0	0
1126 Köttfärslimpa grisfärs (beräknat)	Kolesterol	73,8	69,3
1126 Köttfärslimpa grisfärs (beräknat)	Monosacke	0,2	0,2
1126 Köttfärslimpa grisfärs (beräknat)	Disackaride	1	1
1126 Köttfärslimpa grisfärs (beräknat)	Sackaros	0,1	0,1
1126 Köttfärslimpa grisfärs (beräknat)	Energi (kJ)	819	769
1126 Köttfärslimpa grisfärs (beräknat)	Energi (kca	196	184
1126 Köttfärslimpa grisfärs (beräknat)	Aska	2,3	2,2
1126 Köttfärslimpa grisfärs (beräknat)	Vatten	64	66,2
1126 Köttfärslimpa grisfärs (beräknat)	Avfall (skal	1	1
1126 Köttfärslimpa grisfärs (beräknat)	Kolhydrate	6,3	5,9
1126 Köttfärslimpa grisfärs (beräknat)	Protein	14,5	13,5
1126 Köttfärslimpa grisfärs (beräknat)	Fibrer	0,3	0,3
1126 Köttfärslimpa grisfärs (beräknat)	Fett	12,6	11,8
1126 Köttfärslimpa grisfärs (beräknat)	Fosfor	175	171
1126 Köttfärslimpa grisfärs (beräknat)	Jod	68	64
1126 Köttfärslimpa grisfärs (beräknat)	Järn	0,87	0,96
1126 Köttfärslimpa grisfärs (beräknat)	Kalcium	36	34
1126 Köttfärslimpa grisfärs (beräknat)	Kalium	292	288
1126 Köttfärslimpa grisfärs (beräknat)	Magnesium	24	24
1126 Köttfärslimpa grisfärs (beräknat)	Natrium	578	545
1126 Köttfärslimpa grisfärs (beräknat)	Selen	6,6	7,4
1126 Köttfärslimpa grisfärs (beräknat)	Zink	2,36	2,02
1126 Köttfärslimpa grisfärs (beräknat)	Retinolekvi	32	30



1126 Köttfärslimpa grisfärs (beräknat)	Retinol	32	30
1126 Köttfärslimpa grisfärs (beräknat)	Vitamin D	0,54	0,47
1126 Köttfärslimpa grisfärs (beräknat)	Vitamin E	0,87	0,82
1126 Köttfärslimpa grisfärs (beräknat)	β-Karoten	3	3
1126 Köttfärslimpa grisfärs (beräknat)	Vitamin K	3	3
1126 Köttfärslimpa grisfärs (beräknat)	Tiamin	0,34	0,37
1126 Köttfärslimpa grisfärs (beräknat)	Riboflavin	0,19	0,19
1126 Köttfärslimpa grisfärs (beräknat)	Vitamin C	0	0
1126 Köttfärslimpa grisfärs (beräknat)	Niacin	2,8	4
1126 Köttfärslimpa grisfärs (beräknat)	Niacinekviv	5,5	6,6
1126 Köttfärslimpa grisfärs (beräknat)	Vitamin B1	0,55	0,5
1126 Köttfärslimpa grisfärs (beräknat)	Vitamin B6	0,22	0,25
1126 Köttfärslimpa grisfärs (beräknat)	Folat	10	10
1126 Köttfärslimpa grisfärs (beräknat)	Summa n-3	0	0
1126 Köttfärslimpa grisfärs (beräknat)	Summa n-6	0,1	0,1
1126 Köttfärslimpa grisfärs (beräknat)	Fullkorn to	1	1
1126 Köttfärslimpa grisfärs (beräknat)	Salt	1,4	1,4
1127 Köttfärslimpa blandfärs (beräknat)	Summa mä	5,1	5,4
1127 Köttfärslimpa blandfärs (beräknat)	Summa enl	4,6	4,8
1127 Köttfärslimpa blandfärs (beräknat)	Summa flei	0,9	0,8
1127 Köttfärslimpa blandfärs (beräknat)	Fettsyra 4:(	0,1	0
1127 Köttfärslimpa blandfärs (beräknat)	Fettsyra 12	0	0
1127 Köttfärslimpa blandfärs (beräknat)	Fettsyra 14	0,3	0,3
1127 Köttfärslimpa blandfärs (beräknat)	Fettsyra 16	2,8	2,9
1127 Köttfärslimpa blandfärs (beräknat)	Fettsyra 18	1,8	2
1127 Köttfärslimpa blandfärs (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1127 Köttfärslimpa blandfärs (beräknat)	Fettsyra 16	0,3	0,3
1127 Köttfärslimpa blandfärs (beräknat)	Fettsyra 18	4,1	4,3
1127 Köttfärslimpa blandfärs (beräknat)	Fettsyra 18	0,7	0,6
1127 Köttfärslimpa blandfärs (beräknat)	Fettsyra 18	0,1	0,1
1127 Köttfärslimpa blandfärs (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1127 Köttfärslimpa blandfärs (beräknat)	EPA (Fettsy	0	0
1127 Köttfärslimpa blandfärs (beräknat)	DPA (Fettsy	0	0
1127 Köttfärslimpa blandfärs (beräknat)	DHA (Fettsy	0	0
1127 Köttfärslimpa blandfärs (beräknat)	Summa tra	0	0
1127 Köttfärslimpa blandfärs (beräknat)	Kolesterol	75,5	70,8
1127 Köttfärslimpa blandfärs (beräknat)	Monosacke	0,2	0,2
1127 Köttfärslimpa blandfärs (beräknat)	Disackaride	0,9	0,8
1127 Köttfärslimpa blandfärs (beräknat)	Sackaros	0,1	0,1
1127 Köttfärslimpa blandfärs (beräknat)	Energi (kJ)	822	811
1127 Köttfärslimpa blandfärs (beräknat)	Energi (kca	196	194
1127 Köttfärslimpa blandfärs (beräknat)	Aska	2,3	2,2
1127 Köttfärslimpa blandfärs (beräknat)	Vatten	62,6	64
1127 Köttfärslimpa blandfärs (beräknat)	Avfall (skal	1	1
1127 Köttfärslimpa blandfärs (beräknat)	Kolhydrate	6,4	6
1127 Köttfärslimpa blandfärs (beräknat)	Protein	16,5	15,2
1127 Köttfärslimpa blandfärs (beräknat)	Fibrer	0,3	0,3
1127 Köttfärslimpa blandfärs (beräknat)	Fett	11,6	12,1
1127 Köttfärslimpa blandfärs (beräknat)	Fosfor	169	160
1127 Köttfärslimpa blandfärs (beräknat)	Jod	71	67

1127 Köttfärslimpa blandfärs (beräknat)	Järn	1,75	1,59
1127 Köttfärslimpa blandfärs (beräknat)	Kalcium	33	31
1127 Köttfärslimpa blandfärs (beräknat)	Kalium	285	273
1127 Köttfärslimpa blandfärs (beräknat)	Magnesium	22	22
1127 Köttfärslimpa blandfärs (beräknat)	Natrium	616	570
1127 Köttfärslimpa blandfärs (beräknat)	Selen	8,1	8
1127 Köttfärslimpa blandfärs (beräknat)	Zink	3,96	3,56
1127 Köttfärslimpa blandfärs (beräknat)	Retinolekvi	32	30
1127 Köttfärslimpa blandfärs (beräknat)	Retinol	31	29
1127 Köttfärslimpa blandfärs (beräknat)	Vitamin D	0,51	0,5
1127 Köttfärslimpa blandfärs (beräknat)	Vitamin E	0,76	0,83
1127 Köttfärslimpa blandfärs (beräknat)	β-Karoten	8	7
1127 Köttfärslimpa blandfärs (beräknat)	Vitamin K	3	3
1127 Köttfärslimpa blandfärs (beräknat)	Tiamin	0,15	0,13
1127 Köttfärslimpa blandfärs (beräknat)	Riboflavin	0,23	0,15
1127 Köttfärslimpa blandfärs (beräknat)	Vitamin C	0	0
1127 Köttfärslimpa blandfärs (beräknat)	Niacin	3,2	3,7
1127 Köttfärslimpa blandfärs (beräknat)	Niacinekviv	6,3	6,6
1127 Köttfärslimpa blandfärs (beräknat)	Vitamin B1	0,8	0,83
1127 Köttfärslimpa blandfärs (beräknat)	Vitamin B6	0,33	0,26
1127 Köttfärslimpa blandfärs (beräknat)	Folat	16	15
1127 Köttfärslimpa blandfärs (beräknat)	Summa n-3	0	0
1127 Köttfärslimpa blandfärs (beräknat)	Summa n-6	0,1	0,1
1127 Köttfärslimpa blandfärs (beräknat)	Fullkorn to	1	1
1127 Köttfärslimpa blandfärs (beräknat)	Salt	1,5	1,4
1128 Pannbiff nötfärs stekt (beräknat)	Summa mä	3,7	3,5
1128 Pannbiff nötfärs stekt (beräknat)	Summa enl	3,1	2,9
1128 Pannbiff nötfärs stekt (beräknat)	Summa flei	0,4	0,4
1128 Pannbiff nötfärs stekt (beräknat)	Fettsyra 4:(	0,1	0,1
1128 Pannbiff nötfärs stekt (beräknat)	Fettsyra 12	0	0
1128 Pannbiff nötfärs stekt (beräknat)	Fettsyra 14	0,3	0,2
1128 Pannbiff nötfärs stekt (beräknat)	Fettsyra 16	1,9	1,8
1128 Pannbiff nötfärs stekt (beräknat)	Fettsyra 18	1,3	1,2
1128 Pannbiff nötfärs stekt (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1128 Pannbiff nötfärs stekt (beräknat)	Fettsyra 16	0,2	0,2
1128 Pannbiff nötfärs stekt (beräknat)	Fettsyra 18	2,8	2,6
1128 Pannbiff nötfärs stekt (beräknat)	Fettsyra 18	0,3	0,3
1128 Pannbiff nötfärs stekt (beräknat)	Fettsyra 18	0	0
1128 Pannbiff nötfärs stekt (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1128 Pannbiff nötfärs stekt (beräknat)	DPA (Fettsy	0	0
1128 Pannbiff nötfärs stekt (beräknat)	DHA (Fettsy	0	0
1128 Pannbiff nötfärs stekt (beräknat)	Summa tra	0	0
1128 Pannbiff nötfärs stekt (beräknat)	Kolesterol	78,4	73,2
1128 Pannbiff nötfärs stekt (beräknat)	Monosacke	0,3	0,2
1128 Pannbiff nötfärs stekt (beräknat)	Disackaride	1,6	1,5
1128 Pannbiff nötfärs stekt (beräknat)	Sackaros	0,1	0,1
1128 Pannbiff nötfärs stekt (beräknat)	Energi (kJ)	745	696
1128 Pannbiff nötfärs stekt (beräknat)	Energi (kca	178	166
1128 Pannbiff nötfärs stekt (beräknat)	Aska	2,5	2,3
1128 Pannbiff nötfärs stekt (beräknat)	Vatten	62,9	65,4

1128 Pannbiff nötfärs stekt (beräknat)	Avfall (skal	1	1
1128 Pannbiff nötfärs stekt (beräknat)	Kolhydrat	7,4	6,9
1128 Pannbiff nötfärs stekt (beräknat)	Protein	18,5	17,2
1128 Pannbiff nötfärs stekt (beräknat)	Fibrer	0,3	0,3
1128 Pannbiff nötfärs stekt (beräknat)	Fett	8,2	7,7
1128 Pannbiff nötfärs stekt (beräknat)	Fosfor	183	171
1128 Pannbiff nötfärs stekt (beräknat)	Jod	75	70
1128 Pannbiff nötfärs stekt (beräknat)	Järn	2,18	2,04
1128 Pannbiff nötfärs stekt (beräknat)	Kalcium	51	48
1128 Pannbiff nötfärs stekt (beräknat)	Kalium	311	290
1128 Pannbiff nötfärs stekt (beräknat)	Magnesium	23	21
1128 Pannbiff nötfärs stekt (beräknat)	Natrium	644	601
1128 Pannbiff nötfärs stekt (beräknat)	Selen	9,1	8,5
1128 Pannbiff nötfärs stekt (beräknat)	Zink	4,8	4,48
1128 Pannbiff nötfärs stekt (beräknat)	Retinolekvi	36	33
1128 Pannbiff nötfärs stekt (beräknat)	Retinol	35	33
1128 Pannbiff nötfärs stekt (beräknat)	Vitamin D	0,54	0,5
1128 Pannbiff nötfärs stekt (beräknat)	Vitamin E	0,72	0,67
1128 Pannbiff nötfärs stekt (beräknat)	β-Karoten	12	11
1128 Pannbiff nötfärs stekt (beräknat)	Vitamin K	3	3
1128 Pannbiff nötfärs stekt (beräknat)	Tiamin	0,07	0,07
1128 Pannbiff nötfärs stekt (beräknat)	Riboflavin	0,28	0,26
1128 Pannbiff nötfärs stekt (beräknat)	Vitamin C	0	0
1128 Pannbiff nötfärs stekt (beräknat)	Niacin	3,4	3,2
1128 Pannbiff nötfärs stekt (beräknat)	Niacinekviv	6,9	6,5
1128 Pannbiff nötfärs stekt (beräknat)	Vitamin B1	0,98	0,91
1128 Pannbiff nötfärs stekt (beräknat)	Vitamin B6	0,39	0,36
1128 Pannbiff nötfärs stekt (beräknat)	Folat	17	16
1128 Pannbiff nötfärs stekt (beräknat)	Summa n-3	0	0
1128 Pannbiff nötfärs stekt (beräknat)	Summa n-6	0,1	0,1
1128 Pannbiff nötfärs stekt (beräknat)	Fullkorn to	1	1
1128 Pannbiff nötfärs stekt (beräknat)	Salt	1,6	1,5
1129 Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Summa mä	5,8	6
1129 Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Summa enl	7,5	7,4
1129 Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Summa flei	2,3	2,1
1129 Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Fettsyra 4:(	0,1	0,1
1129 Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Fettsyra 12	0	0
1129 Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Fettsyra 14	0,3	0,3
1129 Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Fettsyra 16	3,1	3,1
1129 Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Fettsyra 18	2	2,1
1129 Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1129 Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Fettsyra 16	0,3	0,3
1129 Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Fettsyra 18	7	6,9
1129 Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Fettsyra 18	1,6	1,5
1129 Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Fettsyra 18	0,5	0,4
1129 Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1129 Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	EPA (Fettsy	0	0
1129 Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	DPA (Fettsy	0	0
1129 Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	DHA (Fettsy	0	0
1129 Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Summa tra	0,1	0,1

1129 Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Kolesterol	76,4	70,9
1129 Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Monosacke	0,2	0,2
1129 Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Disackaride	1,5	1,4
1129 Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Sackaros	0,1	0,1
1129 Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Energi (kJ)	995	962
1129 Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Energi (kca	238	230
1129 Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Aska	2,5	2,3
1129 Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Vatten	58,3	60,4
1129 Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Avfall (skal	1	1
1129 Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Kolhydrat	5,3	4,9
1129 Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Protein	16,7	15,3
1129 Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Fibrer	0,3	0,3
1129 Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Fett	16,7	16,6
1129 Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Fosfor	180	168
1129 Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Jod	72	67
1129 Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Järn	1,72	1,55
1129 Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Kalcium	48	44
1129 Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Kalium	304	287
1129 Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Magnesium	23	23
1129 Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Natrium	647	592
1129 Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Selen	8,2	8,1
1129 Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Zink	3,96	3,53
1129 Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Retinolekvi	82	76
1129 Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Retinol	34	32
1129 Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Vitamin D	1,1	1,04
1129 Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Vitamin E	1,81	1,8
1129 Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	β-Karoten	9	9
1129 Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Vitamin K	3	3
1129 Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Tiamin	0,16	0,13
1129 Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Riboflavin	0,25	0,17
1129 Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Vitamin C	0	0
1129 Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Niacin	3,1	3,6
1129 Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Niacinekviv	6,3	6,5
1129 Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Vitamin B1	0,84	0,85
1129 Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Vitamin B6	0,33	0,26
1129 Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Folat	15	14
1129 Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Summa n-3	0	0
1129 Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Summa n-6	0,1	0,1
1129 Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Fullkorn to	1	1
1129 Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Salt	1,6	1,5
1130 Parisersmörgås u stekt ägg (beräknat)	Summa mä	3,7	3,5
1130 Parisersmörgås u stekt ägg (beräknat)	Summa enl	3,4	3,2
1130 Parisersmörgås u stekt ägg (beräknat)	Summa flei	1,2	1,1
1130 Parisersmörgås u stekt ägg (beräknat)	Fettsyra 4:(	0,1	0,1
1130 Parisersmörgås u stekt ägg (beräknat)	Fettsyra 12	0,1	0,1
1130 Parisersmörgås u stekt ägg (beräknat)	Fettsyra 14	0,2	0,2
1130 Parisersmörgås u stekt ägg (beräknat)	Fettsyra 16	2,3	2,1
1130 Parisersmörgås u stekt ägg (beräknat)	Fettsyra 18	0,9	0,9
1130 Parisersmörgås u stekt ägg (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1130 Parisersmörgås u stekt ägg (beräknat)	Fettsyra 16	0,1	0,1

1130 Parisersmörgås u stekt ägg (beräknat)	Fettsyra 18	3,4	3,1
1130 Parisersmörgås u stekt ägg (beräknat)	Fettsyra 18	0,8	0,7
1130 Parisersmörgås u stekt ägg (beräknat)	Fettsyra 18	0,2	0,2
1130 Parisersmörgås u stekt ägg (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1130 Parisersmörgås u stekt ägg (beräknat)	DPA (Fettsy	0	0
1130 Parisersmörgås u stekt ägg (beräknat)	DHA (Fettsy	0	0
1130 Parisersmörgås u stekt ägg (beräknat)	Summa tra	0	0
1130 Parisersmörgås u stekt ägg (beräknat)	Kolesterol	65,7	61,7
1130 Parisersmörgås u stekt ägg (beräknat)	Monosacke	0,3	0,3
1130 Parisersmörgås u stekt ägg (beräknat)	Disackaride	3	2,8
1130 Parisersmörgås u stekt ägg (beräknat)	Sackaros	1,7	1,6
1130 Parisersmörgås u stekt ägg (beräknat)	Energi (kJ)	853	801
1130 Parisersmörgås u stekt ägg (beräknat)	Energi (kca	204	191
1130 Parisersmörgås u stekt ägg (beräknat)	Aska	2	1,9
1130 Parisersmörgås u stekt ägg (beräknat)	Vatten	57,8	60,4
1130 Parisersmörgås u stekt ägg (beräknat)	Avfall (skal	2	1
1130 Parisersmörgås u stekt ägg (beräknat)	Kolhydrat	16,1	15,1
1130 Parisersmörgås u stekt ägg (beräknat)	Protein	13,5	12,7
1130 Parisersmörgås u stekt ägg (beräknat)	Fibrer	1,3	1,2
1130 Parisersmörgås u stekt ägg (beräknat)	Fett	9,2	8,6
1130 Parisersmörgås u stekt ägg (beräknat)	Fosfor	146	137
1130 Parisersmörgås u stekt ägg (beräknat)	Jod	46	43
1130 Parisersmörgås u stekt ägg (beräknat)	Järn	1,64	1,54
1130 Parisersmörgås u stekt ägg (beräknat)	Kalcium	41	38
1130 Parisersmörgås u stekt ägg (beräknat)	Kalium	241	226
1130 Parisersmörgås u stekt ägg (beräknat)	Magnesium	19	18
1130 Parisersmörgås u stekt ägg (beräknat)	Natrium	547	514
1130 Parisersmörgås u stekt ägg (beräknat)	Selen	6,9	6,5
1130 Parisersmörgås u stekt ägg (beräknat)	Zink	3,05	2,87
1130 Parisersmörgås u stekt ägg (beräknat)	Retinolekvi	71	67
1130 Parisersmörgås u stekt ägg (beräknat)	Retinol	38	35
1130 Parisersmörgås u stekt ägg (beräknat)	Vitamin D	0,84	0,79
1130 Parisersmörgås u stekt ägg (beräknat)	Vitamin E	1,35	1,27
1130 Parisersmörgås u stekt ägg (beräknat)	β-Karoten	10	9
1130 Parisersmörgås u stekt ägg (beräknat)	Vitamin K	4	3
1130 Parisersmörgås u stekt ägg (beräknat)	Tiamin	0,1	0,09
1130 Parisersmörgås u stekt ägg (beräknat)	Riboflavin	0,22	0,21
1130 Parisersmörgås u stekt ägg (beräknat)	Vitamin C	0	0
1130 Parisersmörgås u stekt ägg (beräknat)	Niacin	2,7	2,5
1130 Parisersmörgås u stekt ägg (beräknat)	Niacinekviv	5,3	5
1130 Parisersmörgås u stekt ägg (beräknat)	Vitamin B1	0,64	0,6
1130 Parisersmörgås u stekt ägg (beräknat)	Vitamin B6	0,27	0,25
1130 Parisersmörgås u stekt ägg (beräknat)	Folat	23	21
1130 Parisersmörgås u stekt ägg (beräknat)	Summa n-3	0	0
1130 Parisersmörgås u stekt ägg (beräknat)	Summa n-6	0,1	0,1
1130 Parisersmörgås u stekt ägg (beräknat)	Fullkorn to	1	1
1130 Parisersmörgås u stekt ägg (beräknat)	Salt	1,4	1,3
1131 Älgfärsbiffar stekta (beräknat)	Summa mä	1,1	1
1131 Älgfärsbiffar stekta (beräknat)	Summa enl	1	1
1131 Älgfärsbiffar stekta (beräknat)	Summa flei	0,5	0,4

1131 Älgfärsbiffar stekta (beräknat)	Fettsyra 4:(	0	0
1131 Älgfärsbiffar stekta (beräknat)	Fettsyra 12	0	0
1131 Älgfärsbiffar stekta (beräknat)	Fettsyra 14	0,1	0,1
1131 Älgfärsbiffar stekta (beräknat)	Fettsyra 16	0,5	0,5
1131 Älgfärsbiffar stekta (beräknat)	Fettsyra 18	0,4	0,4
1131 Älgfärsbiffar stekta (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1131 Älgfärsbiffar stekta (beräknat)	Fettsyra 16	0	0
1131 Älgfärsbiffar stekta (beräknat)	Fettsyra 18	1	0,9
1131 Älgfärsbiffar stekta (beräknat)	Fettsyra 18	0,3	0,3
1131 Älgfärsbiffar stekta (beräknat)	Fettsyra 18	0,1	0
1131 Älgfärsbiffar stekta (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1131 Älgfärsbiffar stekta (beräknat)	EPA (Fettsy	0	0
1131 Älgfärsbiffar stekta (beräknat)	DPA (Fettsy	0	0
1131 Älgfärsbiffar stekta (beräknat)	DHA (Fettsy	0	0
1131 Älgfärsbiffar stekta (beräknat)	Summa tra	0,1	0,1
1131 Älgfärsbiffar stekta (beräknat)	Kolesterol	85,9	80,7
1131 Älgfärsbiffar stekta (beräknat)	Monosackæ	0,2	0,2
1131 Älgfärsbiffar stekta (beräknat)	Disackaride	0,7	0,7
1131 Älgfärsbiffar stekta (beräknat)	Sackaros	0,1	0,1
1131 Älgfärsbiffar stekta (beräknat)	Energi (kJ)	612	576
1131 Älgfärsbiffar stekta (beräknat)	Energi (kca	146	138
1131 Älgfärsbiffar stekta (beräknat)	Aska	1,5	1,4
1131 Älgfärsbiffar stekta (beräknat)	Vatten	66,1	68,1
1131 Älgfärsbiffar stekta (beräknat)	Avfall (skal	2	1
1131 Älgfärsbiffar stekta (beräknat)	Kolhydrat	7	6,6
1131 Älgfärsbiffar stekta (beräknat)	Protein	21,8	20,5
1131 Älgfärsbiffar stekta (beräknat)	Fibrer	0,4	0,3
1131 Älgfärsbiffar stekta (beräknat)	Fett	3,2	3
1131 Älgfärsbiffar stekta (beräknat)	Fosfor	203	191
1131 Älgfärsbiffar stekta (beräknat)	Jod	21	20
1131 Älgfärsbiffar stekta (beräknat)	Järn	2,94	2,76
1131 Älgfärsbiffar stekta (beräknat)	Kalcium	27	25
1131 Älgfärsbiffar stekta (beräknat)	Kalium	359	337
1131 Älgfärsbiffar stekta (beräknat)	Magnesium	25	23
1131 Älgfärsbiffar stekta (beräknat)	Natrium	212	199
1131 Älgfärsbiffar stekta (beräknat)	Selen	9,2	8,6
1131 Älgfärsbiffar stekta (beräknat)	Zink	6,21	5,83
1131 Älgfärsbiffar stekta (beräknat)	Retinolekvi	34	32
1131 Älgfärsbiffar stekta (beräknat)	Retinol	33	31
1131 Älgfärsbiffar stekta (beräknat)	Vitamin D	0,16	0,15
1131 Älgfärsbiffar stekta (beräknat)	Vitamin E	1,36	1,28
1131 Älgfärsbiffar stekta (beräknat)	β-Karoten	2	2
1131 Älgfärsbiffar stekta (beräknat)	Vitamin K	5	4
1131 Älgfärsbiffar stekta (beräknat)	Tiamin	0,11	0,1
1131 Älgfärsbiffar stekta (beräknat)	Riboflavin	0,3	0,28
1131 Älgfärsbiffar stekta (beräknat)	Vitamin C	0	0
1131 Älgfärsbiffar stekta (beräknat)	Niacin	4,3	4
1131 Älgfärsbiffar stekta (beräknat)	Niacinekviv	8,4	7,9
1131 Älgfärsbiffar stekta (beräknat)	Vitamin B1	2,42	2,27
1131 Älgfärsbiffar stekta (beräknat)	Vitamin B6	0,25	0,23

1131 Älgfärsbiffar stekta (beräknat)	Folat	10	10
1131 Älgfärsbiffar stekta (beräknat)	Summa n-3	0,1	0,1
1131 Älgfärsbiffar stekta (beräknat)	Summa n-6	0,3	0,3
1131 Älgfärsbiffar stekta (beräknat)	Fullkorn to	1	1
1131 Älgfärsbiffar stekta (beräknat)	Salt	0,5	0,5
1135 Taco m köttfärsfyllning m.m. (beräknat)	Summa mä	4	3,9
1135 Taco m köttfärsfyllning m.m. (beräknat)	Summa enl	6,3	6,1
1135 Taco m köttfärsfyllning m.m. (beräknat)	Summa flei	1,7	1,7
1135 Taco m köttfärsfyllning m.m. (beräknat)	Fettsyra 4:(	0,2	0,2
1135 Taco m köttfärsfyllning m.m. (beräknat)	Fettsyra 12	0,1	0,1
1135 Taco m köttfärsfyllning m.m. (beräknat)	Fettsyra 14	0,2	0,2
1135 Taco m köttfärsfyllning m.m. (beräknat)	Fettsyra 16	2,2	2,1
1135 Taco m köttfärsfyllning m.m. (beräknat)	Fettsyra 18	1,2	1,2
1135 Taco m köttfärsfyllning m.m. (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1135 Taco m köttfärsfyllning m.m. (beräknat)	Fettsyra 16	0,1	0,1
1135 Taco m köttfärsfyllning m.m. (beräknat)	Fettsyra 18	6,1	5,9
1135 Taco m köttfärsfyllning m.m. (beräknat)	Fettsyra 18	1,5	1,4
1135 Taco m köttfärsfyllning m.m. (beräknat)	Fettsyra 18	0,2	0,2
1135 Taco m köttfärsfyllning m.m. (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1135 Taco m köttfärsfyllning m.m. (beräknat)	EPA (Fettsy	0	0
1135 Taco m köttfärsfyllning m.m. (beräknat)	DPA (Fettsy	0	0
1135 Taco m köttfärsfyllning m.m. (beräknat)	DHA (Fettsy	0	0
1135 Taco m köttfärsfyllning m.m. (beräknat)	Summa tra	0,1	0,1
1135 Taco m köttfärsfyllning m.m. (beräknat)	Kolesterol	18,5	17,6
1135 Taco m köttfärsfyllning m.m. (beräknat)	Monosacke	1,4	1,4
1135 Taco m köttfärsfyllning m.m. (beräknat)	Disackaride	0,4	0,4
1135 Taco m köttfärsfyllning m.m. (beräknat)	Sackaros	0,4	0,4
1135 Taco m köttfärsfyllning m.m. (beräknat)	Energi (kJ)	928	911
1135 Taco m köttfärsfyllning m.m. (beräknat)	Energi (kca	222	218
1135 Taco m köttfärsfyllning m.m. (beräknat)	Aska	1,9	1,8
1135 Taco m köttfärsfyllning m.m. (beräknat)	Vatten	57,5	58,2
1135 Taco m köttfärsfyllning m.m. (beräknat)	Avfall (skal	1	1
1135 Taco m köttfärsfyllning m.m. (beräknat)	Kolhydrate	17,8	17,8
1135 Taco m köttfärsfyllning m.m. (beräknat)	Protein	8,5	8,2
1135 Taco m köttfärsfyllning m.m. (beräknat)	Fibrer	1,7	1,7
1135 Taco m köttfärsfyllning m.m. (beräknat)	Fett	12,6	12,3
1135 Taco m köttfärsfyllning m.m. (beräknat)	Fosfor	141	139
1135 Taco m köttfärsfyllning m.m. (beräknat)	Jod	36	35
1135 Taco m köttfärsfyllning m.m. (beräknat)	Järn	1,12	1,09
1135 Taco m köttfärsfyllning m.m. (beräknat)	Kalcium	79	78
1135 Taco m köttfärsfyllning m.m. (beräknat)	Kalium	215	207
1135 Taco m köttfärsfyllning m.m. (beräknat)	Magnesium	33	33
1135 Taco m köttfärsfyllning m.m. (beräknat)	Natrium	432	423
1135 Taco m köttfärsfyllning m.m. (beräknat)	Selen	3,9	3,8
1135 Taco m köttfärsfyllning m.m. (beräknat)	Zink	1,92	1,84
1135 Taco m köttfärsfyllning m.m. (beräknat)	Retinolekvi	41	41
1135 Taco m köttfärsfyllning m.m. (beräknat)	Retinol	15	15
1135 Taco m köttfärsfyllning m.m. (beräknat)	Vitamin D	0,29	0,27
1135 Taco m köttfärsfyllning m.m. (beräknat)	Vitamin E	0,85	0,83
1135 Taco m köttfärsfyllning m.m. (beräknat)	β-Karoten	166	166

1135 Taco m köttfärsfyllning m.m. (beräknat)	Tiamin	0,11	0,11
1135 Taco m köttfärsfyllning m.m. (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,09
1135 Taco m köttfärsfyllning m.m. (beräknat)	Vitamin C	4	4
1135 Taco m köttfärsfyllning m.m. (beräknat)	Niacin	1,7	1,6
1135 Taco m köttfärsfyllning m.m. (beräknat)	Niacinekviv	3,2	3,1
1135 Taco m köttfärsfyllning m.m. (beräknat)	Vitamin B1	0,26	0,25
1135 Taco m köttfärsfyllning m.m. (beräknat)	Vitamin B6	0,16	0,15
1135 Taco m köttfärsfyllning m.m. (beräknat)	Folat	27	27
1135 Taco m köttfärsfyllning m.m. (beräknat)	Salt	1,1	1,1
1198 Ostsufflé (beräknat)	Summa mä	7,7	7,5
1198 Ostsufflé (beräknat)	Summa enl	4,5	4,4
1198 Ostsufflé (beräknat)	Summa flei	1,1	1
1198 Ostsufflé (beräknat)	Fettsyra 4:(	1,1	1
1198 Ostsufflé (beräknat)	Fettsyra 12	0,3	0,3
1198 Ostsufflé (beräknat)	Fettsyra 14	1,1	1
1198 Ostsufflé (beräknat)	Fettsyra 16	3,6	3,5
1198 Ostsufflé (beräknat)	Fettsyra 18	1,4	1,4
1198 Ostsufflé (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1198 Ostsufflé (beräknat)	Fettsyra 16	0,2	0,2
1198 Ostsufflé (beräknat)	Fettsyra 18	4,2	4,1
1198 Ostsufflé (beräknat)	Fettsyra 18	0,8	0,8
1198 Ostsufflé (beräknat)	Fettsyra 18	0,2	0,2
1198 Ostsufflé (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1198 Ostsufflé (beräknat)	DHA (Fetts'	0	0
1198 Ostsufflé (beräknat)	Summa tra	0,3	0,3
1198 Ostsufflé (beräknat)	Kolesterol	135,6	131,4
1198 Ostsufflé (beräknat)	Monosacke	0,1	0,1
1198 Ostsufflé (beräknat)	Disackaride	2	1,9
1198 Ostsufflé (beräknat)	Sackaros	0	0
1198 Ostsufflé (beräknat)	Energi (kJ)	905	880
1198 Ostsufflé (beräknat)	Energi (kca	216	210
1198 Ostsufflé (beräknat)	Aska	1,9	1,9
1198 Ostsufflé (beräknat)	Vatten	61,9	63
1198 Ostsufflé (beräknat)	Avfall (skal	4	4
1198 Ostsufflé (beräknat)	Kolhydrate	6,8	6,6
1198 Ostsufflé (beräknat)	Protein	14,3	13,9
1198 Ostsufflé (beräknat)	Fibrer	0,1	0,1
1198 Ostsufflé (beräknat)	Fett	14,8	14,3
1198 Ostsufflé (beräknat)	Fosfor	263	255
1198 Ostsufflé (beräknat)	Jod	26	25
1198 Ostsufflé (beräknat)	Järn	0,63	0,61
1198 Ostsufflé (beräknat)	Kalcium	306	297
1198 Ostsufflé (beräknat)	Kalium	136	132
1198 Ostsufflé (beräknat)	Magnesium	19	19
1198 Ostsufflé (beräknat)	Natrium	262	254
1198 Ostsufflé (beräknat)	Selen	11,1	10,7
1198 Ostsufflé (beräknat)	Zink	1,68	1,63
1198 Ostsufflé (beräknat)	Retinolekvi	176	171
1198 Ostsufflé (beräknat)	Retinol	158	153
1198 Ostsufflé (beräknat)	Vitamin D	0,69	0,67



1198 Ostsufflé (beräknat)	Vitamin E	2,3	2,23
1198 Ostsufflé (beräknat)	β-Karoten	47	46
1198 Ostsufflé (beräknat)	Vitamin K	10	10
1198 Ostsufflé (beräknat)	Tiamin	0,06	0,06
1198 Ostsufflé (beräknat)	Riboflavin	0,25	0,24
1198 Ostsufflé (beräknat)	Vitamin C	0	0
1198 Ostsufflé (beräknat)	Niacin	0,2	0,2
1198 Ostsufflé (beräknat)	Niacinekviv	3,6	3,5
1198 Ostsufflé (beräknat)	Vitamin B1	0,94	0,91
1198 Ostsufflé (beräknat)	Vitamin B6	0,06	0,06
1198 Ostsufflé (beräknat)	Folat	30	29
1198 Ostsufflé (beräknat)	Summa n-3	0,1	0,1
1198 Ostsufflé (beräknat)	Summa n-6	0,4	0,4
1198 Ostsufflé (beräknat)	Salt	0,7	0,6
1199 Bondomelett (beräknat)	Summa mä	1	0,9
1199 Bondomelett (beräknat)	Summa enl	1,8	1,7
1199 Bondomelett (beräknat)	Summa flei	0,7	0,7
1199 Bondomelett (beräknat)	Fettsyra 12	0	0
1199 Bondomelett (beräknat)	Fettsyra 14	0	0
1199 Bondomelett (beräknat)	Fettsyra 16	0,7	0,6
1199 Bondomelett (beräknat)	Fettsyra 18	0,3	0,2
1199 Bondomelett (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1199 Bondomelett (beräknat)	Fettsyra 16	0,1	0,1
1199 Bondomelett (beräknat)	Fettsyra 18	1,7	1,6
1199 Bondomelett (beräknat)	Fettsyra 18	0,5	0,5
1199 Bondomelett (beräknat)	Fettsyra 18	0,1	0,1
1199 Bondomelett (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1199 Bondomelett (beräknat)	DPA (Fettsy	0	0
1199 Bondomelett (beräknat)	DHA (Fettsy	0	0
1199 Bondomelett (beräknat)	Summa tra	0	0
1199 Bondomelett (beräknat)	Kolesterol	98,2	95,6
1199 Bondomelett (beräknat)	Monosacke	0,9	0,9
1199 Bondomelett (beräknat)	Disackaride	0,5	0,5
1199 Bondomelett (beräknat)	Sackaros	0,5	0,5
1199 Bondomelett (beräknat)	Energi (kJ)	433	423
1199 Bondomelett (beräknat)	Energi (kca	104	101
1199 Bondomelett (beräknat)	Aska	1,8	1,7
1199 Bondomelett (beräknat)	Vatten	75,9	76,6
1199 Bondomelett (beräknat)	Avfall (skal	8	8
1199 Bondomelett (beräknat)	Kolhydrate	7,5	7,3
1199 Bondomelett (beräknat)	Protein	9	8,8
1199 Bondomelett (beräknat)	Fibrer	1	1
1199 Bondomelett (beräknat)	Fett	3,9	3,8
1199 Bondomelett (beräknat)	Fosfor	118	115
1199 Bondomelett (beräknat)	Jod	10	10
1199 Bondomelett (beräknat)	Järn	0,77	0,75
1199 Bondomelett (beräknat)	Kalcium	23	23
1199 Bondomelett (beräknat)	Kalium	258	251
1199 Bondomelett (beräknat)	Magnesium	17	17
1199 Bondomelett (beräknat)	Natrium	449	437

1199 Bondomelett (beräknat)	Selen	6,9	6,8
1199 Bondomelett (beräknat)	Zink	1,23	1,2
1199 Bondomelett (beräknat)	Retinolekvi	69	68
1199 Bondomelett (beräknat)	Retinol	58	57
1199 Bondomelett (beräknat)	Vitamin D	0,6	0,58
1199 Bondomelett (beräknat)	Vitamin E	1,76	1,71
1199 Bondomelett (beräknat)	β-Karoten	30	29
1199 Bondomelett (beräknat)	Vitamin K	8	8
1199 Bondomelett (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
1199 Bondomelett (beräknat)	Riboflavin	0,14	0,13
1199 Bondomelett (beräknat)	Vitamin C	4	4
1199 Bondomelett (beräknat)	Niacin	1,5	1,4
1199 Bondomelett (beräknat)	Niacinekviv	3,3	3,2
1199 Bondomelett (beräknat)	Vitamin B1	0,46	0,45
1199 Bondomelett (beräknat)	Vitamin B6	0,16	0,15
1199 Bondomelett (beräknat)	Folat	27	26
1199 Bondomelett (beräknat)	Summa n-3	0	0
1199 Bondomelett (beräknat)	Summa n-6	0,3	0,3
1199 Bondomelett (beräknat)	Salt	1,1	1,1
1225 Ägg konventionellt rått	Energi (kJ)	568	575
1225 Ägg konventionellt rått	Energi (kca	136	137
1226 Äggula konventionellt	Energi (kJ)	1324	1334
1226 Äggula konventionellt	Energi (kca	316	319
1229 Fransk omelett kaffebrädde (beräknat)	Summa mä	7,4	7,1
1229 Fransk omelett kaffebrädde (beräknat)	Summa enl	7,5	7,3
1229 Fransk omelett kaffebrädde (beräknat)	Summa flei	2,6	2,5
1229 Fransk omelett kaffebrädde (beräknat)	Fettsyra 4:(	0,8	0,7
1229 Fransk omelett kaffebrädde (beräknat)	Fettsyra 12	0,2	0,2
1229 Fransk omelett kaffebrädde (beräknat)	Fettsyra 14	0,8	0,8
1229 Fransk omelett kaffebrädde (beräknat)	Fettsyra 16	3,8	3,7
1229 Fransk omelett kaffebrädde (beräknat)	Fettsyra 18	1,5	1,4
1229 Fransk omelett kaffebrädde (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1229 Fransk omelett kaffebrädde (beräknat)	Fettsyra 16	0,3	0,3
1229 Fransk omelett kaffebrädde (beräknat)	Fettsyra 18	7,2	6,9
1229 Fransk omelett kaffebrädde (beräknat)	Fettsyra 18	1,9	1,8
1229 Fransk omelett kaffebrädde (beräknat)	Fettsyra 18	0,5	0,5
1229 Fransk omelett kaffebrädde (beräknat)	Fettsyra 20	0,1	0,1
1229 Fransk omelett kaffebrädde (beräknat)	DHA (Fetts'	0,1	0,1
1229 Fransk omelett kaffebrädde (beräknat)	Summa tra	0,2	0,2
1229 Fransk omelett kaffebrädde (beräknat)	Kolesterol	287,4	278,1
1229 Fransk omelett kaffebrädde (beräknat)	Monosacke	0,3	0,3
1229 Fransk omelett kaffebrädde (beräknat)	Disackaride	1	1
1229 Fransk omelett kaffebrädde (beräknat)	Energi (kJ)	917	893
1229 Fransk omelett kaffebrädde (beräknat)	Energi (kca	219	213
1229 Fransk omelett kaffebrädde (beräknat)	Aska	1,7	1,6
1229 Fransk omelett kaffebrädde (beräknat)	Vatten	66,7	67,8
1229 Fransk omelett kaffebrädde (beräknat)	Avfall (skal	9	9
1229 Fransk omelett kaffebrädde (beräknat)	Kolhydrate	1,4	1,3
1229 Fransk omelett kaffebrädde (beräknat)	Protein	10,3	10
1229 Fransk omelett kaffebrädde (beräknat)	Fett	19,6	18,9

1229 Fransk omelett kaffebröd (beräknat)	Fosfor	164	159
1229 Fransk omelett kaffebröd (beräknat)	Jod	64	62
1229 Fransk omelett kaffebröd (beräknat)	Järn	1,34	1,3
1229 Fransk omelett kaffebröd (beräknat)	Kalcium	66	64
1229 Fransk omelett kaffebröd (beräknat)	Kalium	137	132
1229 Fransk omelett kaffebröd (beräknat)	Magnesium	12	12
1229 Fransk omelett kaffebröd (beräknat)	Natrium	457	442
1229 Fransk omelett kaffebröd (beräknat)	Selen	18,2	17,6
1229 Fransk omelett kaffebröd (beräknat)	Zink	1,13	1,09
1229 Fransk omelett kaffebröd (beräknat)	Retinolekvi	292	282
1229 Fransk omelett kaffebröd (beräknat)	Retinol	244	236
1229 Fransk omelett kaffebröd (beräknat)	Vitamin D	1,73	1,67
1229 Fransk omelett kaffebröd (beräknat)	Vitamin E	5,52	5,34
1229 Fransk omelett kaffebröd (beräknat)	β-Karoten	34	33
1229 Fransk omelett kaffebröd (beräknat)	Vitamin K	24	24
1229 Fransk omelett kaffebröd (beräknat)	Tiamin	0,07	0,07
1229 Fransk omelett kaffebröd (beräknat)	Riboflavin	0,35	0,34
1229 Fransk omelett kaffebröd (beräknat)	Niacin	0	0
1229 Fransk omelett kaffebröd (beräknat)	Niacinekviv	2,6	2,5
1229 Fransk omelett kaffebröd (beräknat)	Vitamin B1	1,06	1,03
1229 Fransk omelett kaffebröd (beräknat)	Vitamin B6	0,07	0,07
1229 Fransk omelett kaffebröd (beräknat)	Folat	48	47
1229 Fransk omelett kaffebröd (beräknat)	Summa n-3	0,1	0,1
1229 Fransk omelett kaffebröd (beräknat)	Summa n-6	1	1
1229 Fransk omelett kaffebröd (beräknat)	Salt	1,1	1,1
1230 Fransk omelett vatten (beräknat)	Summa mä	2,5	2,5
1230 Fransk omelett vatten (beräknat)	Summa enl	5,8	5,7
1230 Fransk omelett vatten (beräknat)	Summa flei	2,5	2,4
1230 Fransk omelett vatten (beräknat)	Fettsyra 12	0	0
1230 Fransk omelett vatten (beräknat)	Fettsyra 14	0	0
1230 Fransk omelett vatten (beräknat)	Fettsyra 16	1,7	1,7
1230 Fransk omelett vatten (beräknat)	Fettsyra 18	0,6	0,6
1230 Fransk omelett vatten (beräknat)	Fettsyra 16	0,2	0,2
1230 Fransk omelett vatten (beräknat)	Fettsyra 18	5,6	5,4
1230 Fransk omelett vatten (beräknat)	Fettsyra 18	1,7	1,7
1230 Fransk omelett vatten (beräknat)	Fettsyra 18	0,5	0,4
1230 Fransk omelett vatten (beräknat)	Fettsyra 20	0,1	0,1
1230 Fransk omelett vatten (beräknat)	DHA (Fettsy	0,1	0,1
1230 Fransk omelett vatten (beräknat)	Summa tra	0	0
1230 Fransk omelett vatten (beräknat)	Kolesterol	266,4	260,6
1230 Fransk omelett vatten (beräknat)	Monosackar	0,3	0,3
1230 Fransk omelett vatten (beräknat)	Energi (kJ)	614	606
1230 Fransk omelett vatten (beräknat)	Energi (kca	147	145
1230 Fransk omelett vatten (beräknat)	Aska	1,5	1,5
1230 Fransk omelett vatten (beräknat)	Vatten	76	76,5
1230 Fransk omelett vatten (beräknat)	Avfall (skal	9	9
1230 Fransk omelett vatten (beräknat)	Kolhydrat	0,3	0,3
1230 Fransk omelett vatten (beräknat)	Protein	9,6	9,4
1230 Fransk omelett vatten (beräknat)	Fett	12,2	11,9
1230 Fransk omelett vatten (beräknat)	Fosfor	145	142

1230 Fransk omelett vatten (beräknat)	Jod	61	59
1230 Fransk omelett vatten (beräknat)	Järn	1,32	1,29
1230 Fransk omelett vatten (beräknat)	Kalcium	43	42
1230 Fransk omelett vatten (beräknat)	Kalium	104	101
1230 Fransk omelett vatten (beräknat)	Magnesium	10	9
1230 Fransk omelett vatten (beräknat)	Natrium	449	439
1230 Fransk omelett vatten (beräknat)	Selen	17,7	17,4
1230 Fransk omelett vatten (beräknat)	Zink	1,03	1
1230 Fransk omelett vatten (beräknat)	Retinolekvi	227	222
1230 Fransk omelett vatten (beräknat)	Retinol	183	179
1230 Fransk omelett vatten (beräknat)	Vitamin D	1,67	1,64
1230 Fransk omelett vatten (beräknat)	Vitamin E	5,35	5,23
1230 Fransk omelett vatten (beräknat)	Vitamin K	24	23
1230 Fransk omelett vatten (beräknat)	Tiamin	0,06	0,06
1230 Fransk omelett vatten (beräknat)	Riboflavin	0,32	0,31
1230 Fransk omelett vatten (beräknat)	Niacinekviv	2,4	2,4
1230 Fransk omelett vatten (beräknat)	Vitamin B1	0,98	0,96
1230 Fransk omelett vatten (beräknat)	Vitamin B6	0,06	0,06
1230 Fransk omelett vatten (beräknat)	Folat	47	46
1230 Fransk omelett vatten (beräknat)	Summa n-3	0,1	0,1
1230 Fransk omelett vatten (beräknat)	Summa n-6	1	1
1230 Fransk omelett vatten (beräknat)	Salt	1,1	1,1
1231 Sufflé u fyllning gräddad (beräknat)	Summa mä	2	2
1231 Sufflé u fyllning gräddad (beräknat)	Summa enl	4,1	4
1231 Sufflé u fyllning gräddad (beräknat)	Summa flei	1,7	1,7
1231 Sufflé u fyllning gräddad (beräknat)	Fettsyra 4:(	0,1	0,1
1231 Sufflé u fyllning gräddad (beräknat)	Fettsyra 12	0	0
1231 Sufflé u fyllning gräddad (beräknat)	Fettsyra 14	0,1	0,1
1231 Sufflé u fyllning gräddad (beräknat)	Fettsyra 16	1,2	1,1
1231 Sufflé u fyllning gräddad (beräknat)	Fettsyra 18	0,4	0,4
1231 Sufflé u fyllning gräddad (beräknat)	Fettsyra 16	0,1	0,1
1231 Sufflé u fyllning gräddad (beräknat)	Fettsyra 18	3,9	3,8
1231 Sufflé u fyllning gräddad (beräknat)	Fettsyra 18	1,2	1,2
1231 Sufflé u fyllning gräddad (beräknat)	Fettsyra 18	0,4	0,4
1231 Sufflé u fyllning gräddad (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1231 Sufflé u fyllning gräddad (beräknat)	DHA (Fetts'	0	0
1231 Sufflé u fyllning gräddad (beräknat)	Summa tra	0	0
1231 Sufflé u fyllning gräddad (beräknat)	Kolesterol	132,3	130,3
1231 Sufflé u fyllning gräddad (beräknat)	Monosacke	0,2	0,2
1231 Sufflé u fyllning gräddad (beräknat)	Disackaride	2,9	2,9
1231 Sufflé u fyllning gräddad (beräknat)	Sackaros	0	0
1231 Sufflé u fyllning gräddad (beräknat)	Energi (kJ)	576	570
1231 Sufflé u fyllning gräddad (beräknat)	Energi (kca	138	136
1231 Sufflé u fyllning gräddad (beräknat)	Aska	2,2	2,1
1231 Sufflé u fyllning gräddad (beräknat)	Vatten	73,6	74
1231 Sufflé u fyllning gräddad (beräknat)	Avfall (skal	5	4
1231 Sufflé u fyllning gräddad (beräknat)	Kolhydrate	8,1	8
1231 Sufflé u fyllning gräddad (beräknat)	Protein	7,2	7,1
1231 Sufflé u fyllning gräddad (beräknat)	Fibrer	0,2	0,2
1231 Sufflé u fyllning gräddad (beräknat)	Fett	8,6	8,4

1231 Sufflé u fyllning gräddad (beräknat)	Fosfor	131	129
1231 Sufflé u fyllning gräddad (beräknat)	Jod	85	84
1231 Sufflé u fyllning gräddad (beräknat)	Järn	0,74	0,72
1231 Sufflé u fyllning gräddad (beräknat)	Kalcium	91	90
1231 Sufflé u fyllning gräddad (beräknat)	Kalium	153	151
1231 Sufflé u fyllning gräddad (beräknat)	Magnesium	13	13
1231 Sufflé u fyllning gräddad (beräknat)	Natrium	631	621
1231 Sufflé u fyllning gräddad (beräknat)	Selen	9,8	9,6
1231 Sufflé u fyllning gräddad (beräknat)	Zink	0,8	0,79
1231 Sufflé u fyllning gräddad (beräknat)	Retinolekvi	141	139
1231 Sufflé u fyllning gräddad (beräknat)	Retinol	115	113
1231 Sufflé u fyllning gräddad (beräknat)	Vitamin D	1,29	1,27
1231 Sufflé u fyllning gräddad (beräknat)	Vitamin E	3	2,96
1231 Sufflé u fyllning gräddad (beräknat)	β-Karoten	4	4
1231 Sufflé u fyllning gräddad (beräknat)	Vitamin K	12	11
1231 Sufflé u fyllning gräddad (beräknat)	Tiamin	0,07	0,07
1231 Sufflé u fyllning gräddad (beräknat)	Riboflavin	0,22	0,22
1231 Sufflé u fyllning gräddad (beräknat)	Vitamin C	0	0
1231 Sufflé u fyllning gräddad (beräknat)	Niacin	0,2	0,2
1231 Sufflé u fyllning gräddad (beräknat)	Niacinekviv	2	1,9
1231 Sufflé u fyllning gräddad (beräknat)	Vitamin B1	0,68	0,67
1231 Sufflé u fyllning gräddad (beräknat)	Vitamin B6	0,07	0,06
1231 Sufflé u fyllning gräddad (beräknat)	Folat	28	27
1231 Sufflé u fyllning gräddad (beräknat)	Summa n-3	0,1	0,1
1231 Sufflé u fyllning gräddad (beräknat)	Summa n-6	0,5	0,5
1231 Sufflé u fyllning gräddad (beräknat)	Salt	1,6	1,6
1232 Äggakaka (beräknat)	Summa mä	2,4	2,3
1232 Äggakaka (beräknat)	Summa enl	2,8	2,8
1232 Äggakaka (beräknat)	Summa flei	1,1	1,1
1232 Äggakaka (beräknat)	Fettsyra 4:(	0,2	0,2
1232 Äggakaka (beräknat)	Fettsyra 12	0,1	0,1
1232 Äggakaka (beräknat)	Fettsyra 14	0,2	0,2
1232 Äggakaka (beräknat)	Fettsyra 16	1,3	1,3
1232 Äggakaka (beräknat)	Fettsyra 18	0,5	0,5
1232 Äggakaka (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1232 Äggakaka (beräknat)	Fettsyra 16	0,1	0,1
1232 Äggakaka (beräknat)	Fettsyra 18	2,7	2,6
1232 Äggakaka (beräknat)	Fettsyra 18	0,8	0,8
1232 Äggakaka (beräknat)	Fettsyra 18	0,2	0,2
1232 Äggakaka (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1232 Äggakaka (beräknat)	DHA (Fettsy	0	0
1232 Äggakaka (beräknat)	Summa tra	0,1	0,1
1232 Äggakaka (beräknat)	Kolesterol	120,6	118,3
1232 Äggakaka (beräknat)	Monosacke	0,1	0,1
1232 Äggakaka (beräknat)	Disackaride	3,4	3,3
1232 Äggakaka (beräknat)	Sackaros	0	0
1232 Äggakaka (beräknat)	Energi (kJ)	566	558
1232 Äggakaka (beräknat)	Energi (kca	135	133
1232 Äggakaka (beräknat)	Aska	1,4	1,4
1232 Äggakaka (beräknat)	Vatten	73,2	73,7

1232 Äggakaka (beräknat)	Avfall (skal	4	4
1232 Äggakaka (beräknat)	Kolhydrat	10,5	10,3
1232 Äggakaka (beräknat)	Protein	7,4	7,2
1232 Äggakaka (beräknat)	Fibrer	0,3	0,3
1232 Äggakaka (beräknat)	Fett	7,1	7
1232 Äggakaka (beräknat)	Fosfor	133	131
1232 Äggakaka (beräknat)	Jod	48	47
1232 Äggakaka (beräknat)	Järn	0,71	0,7
1232 Äggakaka (beräknat)	Kalcium	96	94
1232 Äggakaka (beräknat)	Kalium	163	160
1232 Äggakaka (beräknat)	Magnesium	14	14
1232 Äggakaka (beräknat)	Natrium	314	309
1232 Äggakaka (beräknat)	Selen	9	8,8
1232 Äggakaka (beräknat)	Zink	0,81	0,79
1232 Äggakaka (beräknat)	Retinolekvi	112	110
1232 Äggakaka (beräknat)	Retinol	94	93
1232 Äggakaka (beräknat)	Vitamin D	0,7	0,69
1232 Äggakaka (beräknat)	Vitamin E	2,32	2,28
1232 Äggakaka (beräknat)	β-Karoten	9	9
1232 Äggakaka (beräknat)	Vitamin K	10	10
1232 Äggakaka (beräknat)	Tiamin	0,09	0,09
1232 Äggakaka (beräknat)	Riboflavin	0,23	0,23
1232 Äggakaka (beräknat)	Vitamin C	0	0
1232 Äggakaka (beräknat)	Niacin	0,4	0,4
1232 Äggakaka (beräknat)	Niacinekviv	2,2	2,1
1232 Äggakaka (beräknat)	Vitamin B1	0,65	0,64
1232 Äggakaka (beräknat)	Vitamin B6	0,07	0,07
1232 Äggakaka (beräknat)	Folat	24	24
1232 Äggakaka (beräknat)	Summa n-3	0,1	0,1
1232 Äggakaka (beräknat)	Summa n-6	0,4	0,4
1232 Äggakaka (beräknat)	Salt	0,8	0,8
1233 Ägg konventionellt stekt (beräknat)	Summa mä	3,3	3,2
1233 Ägg konventionellt stekt (beräknat)	Summa enl	7,9	7,7
1233 Ägg konventionellt stekt (beräknat)	Summa flei	3,4	3,3
1233 Ägg konventionellt stekt (beräknat)	Fettsyra 12	0	0
1233 Ägg konventionellt stekt (beräknat)	Fettsyra 14	0	0
1233 Ägg konventionellt stekt (beräknat)	Fettsyra 16	2,2	2,2
1233 Ägg konventionellt stekt (beräknat)	Fettsyra 18	0,8	0,8
1233 Ägg konventionellt stekt (beräknat)	Fettsyra 16	0,2	0,2
1233 Ägg konventionellt stekt (beräknat)	Fettsyra 18	7,6	7,4
1233 Ägg konventionellt stekt (beräknat)	Fettsyra 18	2,4	2,3
1233 Ägg konventionellt stekt (beräknat)	Fettsyra 18	0,6	0,6
1233 Ägg konventionellt stekt (beräknat)	Fettsyra 20	0,1	0,1
1233 Ägg konventionellt stekt (beräknat)	DHA (Fettsy	0,1	0,1
1233 Ägg konventionellt stekt (beräknat)	Summa tra	0	0
1233 Ägg konventionellt stekt (beräknat)	Kolesterol	345,7	336
1233 Ägg konventionellt stekt (beräknat)	Monosacke	0,4	0,4
1233 Ägg konventionellt stekt (beräknat)	Energi (kJ)	819	802
1233 Ägg konventionellt stekt (beräknat)	Energi (kca	196	192
1233 Ägg konventionellt stekt (beräknat)	Aska	2,7	2,6

1233 Ägg konventionellt stekt (beräknat)	Vatten	67,5	68,4
1233 Ägg konventionellt stekt (beräknat)	Avfall (skal	12	12
1233 Ägg konventionellt stekt (beräknat)	Kolhydrat	0,5	0,4
1233 Ägg konventionellt stekt (beräknat)	Protein	12,5	12,1
1233 Ägg konventionellt stekt (beräknat)	Fett	16,4	15,9
1233 Ägg konventionellt stekt (beräknat)	Fosfor	189	183
1233 Ägg konventionellt stekt (beräknat)	Jod	117	113
1233 Ägg konventionellt stekt (beräknat)	Järn	1,72	1,67
1233 Ägg konventionellt stekt (beräknat)	Kalcium	56	54
1233 Ägg konventionellt stekt (beräknat)	Kalium	134	131
1233 Ägg konventionellt stekt (beräknat)	Magnesium	12	12
1233 Ägg konventionellt stekt (beräknat)	Natrium	885	860
1233 Ägg konventionellt stekt (beräknat)	Selen	23	22,4
1233 Ägg konventionellt stekt (beräknat)	Zink	1,33	1,3
1233 Ägg konventionellt stekt (beräknat)	Retinolekvi	300	292
1233 Ägg konventionellt stekt (beräknat)	Retinol	237	230
1233 Ägg konventionellt stekt (beräknat)	Vitamin D	2,24	2,18
1233 Ägg konventionellt stekt (beräknat)	Vitamin E	7,07	6,87
1233 Ägg konventionellt stekt (beräknat)	Vitamin K	31	30
1233 Ägg konventionellt stekt (beräknat)	Tiamin	0,08	0,08
1233 Ägg konventionellt stekt (beräknat)	Riboflavin	0,41	0,4
1233 Ägg konventionellt stekt (beräknat)	Niacinekviv	3,2	3,1
1233 Ägg konventionellt stekt (beräknat)	Vitamin B1	1,27	1,23
1233 Ägg konventionellt stekt (beräknat)	Vitamin B6	0,08	0,08
1233 Ägg konventionellt stekt (beräknat)	Folat	61	59
1233 Ägg konventionellt stekt (beräknat)	Summa n-3	0,2	0,2
1233 Ägg konventionellt stekt (beräknat)	Summa n-6	1,3	1,3
1233 Ägg konventionellt stekt (beräknat)	Salt	2,2	2,2
1234 Äggröra m mjöl (beräknat)	Summa mä	2,6	2,6
1234 Äggröra m mjöl (beräknat)	Summa enl	3,5	3,4
1234 Äggröra m mjöl (beräknat)	Summa flei	1,3	1,3
1234 Äggröra m mjöl (beräknat)	Fettsyra 4:(	0,2	0,2
1234 Äggröra m mjöl (beräknat)	Fettsyra 12	0,1	0,1
1234 Äggröra m mjöl (beräknat)	Fettsyra 14	0,2	0,2
1234 Äggröra m mjöl (beräknat)	Fettsyra 16	1,5	1,4
1234 Äggröra m mjöl (beräknat)	Fettsyra 18	0,6	0,5
1234 Äggröra m mjöl (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1234 Äggröra m mjöl (beräknat)	Fettsyra 16	0,1	0,1
1234 Äggröra m mjöl (beräknat)	Fettsyra 18	3,3	3,2
1234 Äggröra m mjöl (beräknat)	Fettsyra 18	1	0,9
1234 Äggröra m mjöl (beräknat)	Fettsyra 18	0,2	0,2
1234 Äggröra m mjöl (beräknat)	Fettsyra 20	0,1	0,1
1234 Äggröra m mjöl (beräknat)	DHA (Fetts'	0	0
1234 Äggröra m mjöl (beräknat)	Summa tra	0,1	0,1
1234 Äggröra m mjöl (beräknat)	Kolesterol	152,9	149,7
1234 Äggröra m mjöl (beräknat)	Monosacke	0,2	0,2
1234 Äggröra m mjöl (beräknat)	Disackaride	3,1	3,1
1234 Äggröra m mjöl (beräknat)	Sackaros	0	0
1234 Äggröra m mjöl (beräknat)	Energi (kJ)	528	519
1234 Äggröra m mjöl (beräknat)	Energi (kca	126	124

1234 Äggröra m mjöl (beräknat)	Aska	1,6	1,6
1234 Äggröra m mjöl (beräknat)	Vatten	76,7	77,2
1234 Äggröra m mjöl (beräknat)	Avfall (skal	5	5
1234 Äggröra m mjöl (beräknat)	Kolhydrate	5,3	5,2
1234 Äggröra m mjöl (beräknat)	Protein	7,7	7,6
1234 Äggröra m mjöl (beräknat)	Fibrer	0,1	0,1
1234 Äggröra m mjöl (beräknat)	Fett	8,3	8,1
1234 Äggröra m mjöl (beräknat)	Fosfor	141	138
1234 Äggröra m mjöl (beräknat)	Jod	58	57
1234 Äggröra m mjöl (beräknat)	Järn	0,79	0,77
1234 Äggröra m mjöl (beräknat)	Kalcium	98	95
1234 Äggröra m mjöl (beräknat)	Kalium	163	160
1234 Äggröra m mjöl (beräknat)	Magnesium	14	13
1234 Äggröra m mjöl (beräknat)	Natrium	396	387
1234 Äggröra m mjöl (beräknat)	Selen	11	10,7
1234 Äggröra m mjöl (beräknat)	Zink	0,87	0,85
1234 Äggröra m mjöl (beräknat)	Retinolekvi	138	135
1234 Äggröra m mjöl (beräknat)	Retinol	116	114
1234 Äggröra m mjöl (beräknat)	Vitamin D	0,89	0,88
1234 Äggröra m mjöl (beräknat)	Vitamin E	2,93	2,87
1234 Äggröra m mjöl (beräknat)	β-Karoten	9	9
1234 Äggröra m mjöl (beräknat)	Vitamin K	13	13
1234 Äggröra m mjöl (beräknat)	Tiamin	0,07	0,07
1234 Äggröra m mjöl (beräknat)	Riboflavin	0,26	0,25
1234 Äggröra m mjöl (beräknat)	Vitamin C	0	0
1234 Äggröra m mjöl (beräknat)	Niacin	0,2	0,2
1234 Äggröra m mjöl (beräknat)	Niacinekviv	2	2
1234 Äggröra m mjöl (beräknat)	Vitamin B1	0,76	0,75
1234 Äggröra m mjöl (beräknat)	Vitamin B6	0,06	0,06
1234 Äggröra m mjöl (beräknat)	Folat	29	28
1234 Äggröra m mjöl (beräknat)	Summa n-3	0,1	0,1
1234 Äggröra m mjöl (beräknat)	Summa n-6	0,5	0,5
1234 Äggröra m mjöl (beräknat)	Salt	1	1
1235 Skinklåda (beräknat)	Summa mä	1,8	1,7
1235 Skinklåda (beräknat)	Summa enl	1,3	1,2
1235 Skinklåda (beräknat)	Summa flei	0,3	0,3
1235 Skinklåda (beräknat)	Fettsyra 4:t	0,2	0,2
1235 Skinklåda (beräknat)	Fettsyra 12	0,1	0,1
1235 Skinklåda (beräknat)	Fettsyra 14	0,2	0,2
1235 Skinklåda (beräknat)	Fettsyra 16	0,9	0,9
1235 Skinklåda (beräknat)	Fettsyra 18	0,4	0,4
1235 Skinklåda (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1235 Skinklåda (beräknat)	Fettsyra 16	0,1	0,1
1235 Skinklåda (beräknat)	Fettsyra 18	1,2	1,1
1235 Skinklåda (beräknat)	Fettsyra 18	0,2	0,2
1235 Skinklåda (beräknat)	Fettsyra 18	0	0
1235 Skinklåda (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1235 Skinklåda (beräknat)	DPA (Fettsy	0	0
1235 Skinklåda (beräknat)	DHA (Fettsy	0	0
1235 Skinklåda (beräknat)	Summa tra	0,1	0,1



1235 Skinklåda (beräknat)	Kolesterol	70,1	67,6
1235 Skinklåda (beräknat)	Monosackarid	0,5	0,5
1235 Skinklåda (beräknat)	Disackarid	1,9	1,9
1235 Skinklåda (beräknat)	Sackaros	0,2	0,2
1235 Skinklåda (beräknat)	Energi (kJ)	437	422
1235 Skinklåda (beräknat)	Energi (kcal)	104	101
1235 Skinklåda (beräknat)	Aska	1,8	1,7
1235 Skinklåda (beräknat)	Vatten	76,3	77,1
1235 Skinklåda (beräknat)	Avfall (skal)	11	11
1235 Skinklåda (beräknat)	Kolhydrat	9	8,7
1235 Skinklåda (beräknat)	Protein	7,7	7,5
1235 Skinklåda (beräknat)	Fibrer	1	1
1235 Skinklåda (beräknat)	Fett	3,9	3,8
1235 Skinklåda (beräknat)	Fosfor	131	126
1235 Skinklåda (beräknat)	Jod	29	28
1235 Skinklåda (beräknat)	Järn	0,41	0,4
1235 Skinklåda (beräknat)	Kalcium	92	89
1235 Skinklåda (beräknat)	Kalium	292	281
1235 Skinklåda (beräknat)	Magnesium	20	19
1235 Skinklåda (beräknat)	Natrium	359	346
1235 Skinklåda (beräknat)	Selen	5,6	5,4
1235 Skinklåda (beräknat)	Zink	0,97	0,93
1235 Skinklåda (beräknat)	Retinolekiv	64	61
1235 Skinklåda (beräknat)	Retinol	66	64
1235 Skinklåda (beräknat)	Vitamin D	0,48	0,46
1235 Skinklåda (beräknat)	Vitamin E	1,11	1,07
1235 Skinklåda (beräknat)	β-Karoten	50	48
1235 Skinklåda (beräknat)	Vitamin K	6	5
1235 Skinklåda (beräknat)	Tiamin	0,07	0,07
1235 Skinklåda (beräknat)	Riboflavin	0,14	0,14
1235 Skinklåda (beräknat)	Vitamin C	3	3
1235 Skinklåda (beräknat)	Niacin	1,2	1,2
1235 Skinklåda (beräknat)	Niacinekviv	2,9	2,8
1235 Skinklåda (beräknat)	Vitamin B1	0,47	0,45
1235 Skinklåda (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
1235 Skinklåda (beräknat)	Folat	19	19
1235 Skinklåda (beräknat)	Summa n-3	0	0
1235 Skinklåda (beräknat)	Summa n-6	0,2	0,2
1235 Skinklåda (beräknat)	Salt	0,9	0,9
1236 Torsksufflé (beräknat)	Summa mätt	1,3	1,3
1236 Torsksufflé (beräknat)	Summa enl	2,7	2,6
1236 Torsksufflé (beräknat)	Summa fler	1,3	1,2
1236 Torsksufflé (beräknat)	Fettsyra 4:(	0,1	0,1
1236 Torsksufflé (beräknat)	Fettsyra 12	0	0
1236 Torsksufflé (beräknat)	Fettsyra 14	0,1	0,1
1236 Torsksufflé (beräknat)	Fettsyra 16	0,8	0,8
1236 Torsksufflé (beräknat)	Fettsyra 18	0,3	0,3
1236 Torsksufflé (beräknat)	Fettsyra 16	0,1	0,1
1236 Torsksufflé (beräknat)	Fettsyra 18	2,5	2,5
1236 Torsksufflé (beräknat)	Fettsyra 18	0,8	0,8

1236 Torsksufflé (beräknat)	Fettsyra 18	0,2	0,2
1236 Torsksufflé (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1236 Torsksufflé (beräknat)	EPA (Fettsy	0	0
1236 Torsksufflé (beräknat)	DPA (Fettsy	0	0
1236 Torsksufflé (beräknat)	DHA (Fettsy	0,1	0,1
1236 Torsksufflé (beräknat)	Summa tra	0	0
1236 Torsksufflé (beräknat)	Kolesterol	108	106,1
1236 Torsksufflé (beräknat)	Monosacke	0,1	0,1
1236 Torsksufflé (beräknat)	Disackaride	1,9	1,9
1236 Torsksufflé (beräknat)	Sackaros	0	0
1236 Torsksufflé (beräknat)	Energi (kJ)	514	507
1236 Torsksufflé (beräknat)	Energi (kca	123	121
1236 Torsksufflé (beräknat)	Aska	2,1	2
1236 Torsksufflé (beräknat)	Vatten	74,3	74,8
1236 Torsksufflé (beräknat)	Avfall (skal	18	18
1236 Torsksufflé (beräknat)	Kolhydrat	5,3	5,2
1236 Torsksufflé (beräknat)	Protein	12,3	12,1
1236 Torsksufflé (beräknat)	Fibrer	0,1	0,1
1236 Torsksufflé (beräknat)	Fett	5,9	5,8
1236 Torsksufflé (beräknat)	Fosfor	170	167
1236 Torsksufflé (beräknat)	Jod	88	86
1236 Torsksufflé (beräknat)	Järn	0,57	0,56
1236 Torsksufflé (beräknat)	Kalcium	66	65
1236 Torsksufflé (beräknat)	Kalium	259	254
1236 Torsksufflé (beräknat)	Magnesium	21	21
1236 Torsksufflé (beräknat)	Natrium	493	484
1236 Torsksufflé (beräknat)	Selen	18,4	18,1
1236 Torsksufflé (beräknat)	Zink	0,7	0,69
1236 Torsksufflé (beräknat)	Retinolekvi	92	90
1236 Torsksufflé (beräknat)	Retinol	74	73
1236 Torsksufflé (beräknat)	Vitamin D	1,29	1,26
1236 Torsksufflé (beräknat)	Vitamin E	2,39	2,35
1236 Torsksufflé (beräknat)	β-Karoten	3	3
1236 Torsksufflé (beräknat)	Vitamin K	7	7
1236 Torsksufflé (beräknat)	Tiamin	0,06	0,06
1236 Torsksufflé (beräknat)	Riboflavin	0,15	0,15
1236 Torsksufflé (beräknat)	Vitamin C	1	1
1236 Torsksufflé (beräknat)	Niacin	1,1	1
1236 Torsksufflé (beräknat)	Niacinekviv	3,6	3,5
1236 Torsksufflé (beräknat)	Vitamin B1	0,72	0,7
1236 Torsksufflé (beräknat)	Vitamin B6	0,13	0,13
1236 Torsksufflé (beräknat)	Folat	21	20
1236 Torsksufflé (beräknat)	Summa n-3	0	0
1236 Torsksufflé (beräknat)	Summa n-6	0,3	0,3
1236 Torsksufflé (beräknat)	Salt	1,2	1,2
1305 Abborrfilé panerad stekt (beräknat)	Summa mä	0,7	0,7
1305 Abborrfilé panerad stekt (beräknat)	Summa enl	2,7	2,7
1305 Abborrfilé panerad stekt (beräknat)	Summa flei	1,5	1,4
1305 Abborrfilé panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 12	0	0
1305 Abborrfilé panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 14	0	0

1305 Abborrfilé panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 16	0,4	0,4
1305 Abborrfilé panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 18	0,2	0,2
1305 Abborrfilé panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1305 Abborrfilé panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 16	0	0
1305 Abborrfilé panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 18	2,6	2,6
1305 Abborrfilé panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 18	0,9	0,9
1305 Abborrfilé panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 18	0,3	0,3
1305 Abborrfilé panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1305 Abborrfilé panerad stekt (beräknat)	EPA (Fettsy	0	0
1305 Abborrfilé panerad stekt (beräknat)	DPA (Fettsy	0	0
1305 Abborrfilé panerad stekt (beräknat)	DHA (Fettsy	0,1	0,1
1305 Abborrfilé panerad stekt (beräknat)	Summa tra	0	0
1305 Abborrfilé panerad stekt (beräknat)	Kolesterol	90,2	89,1
1305 Abborrfilé panerad stekt (beräknat)	Monosacke	0,1	0,1
1305 Abborrfilé panerad stekt (beräknat)	Disackaride	0,1	0,1
1305 Abborrfilé panerad stekt (beräknat)	Sackaros	0	0
1305 Abborrfilé panerad stekt (beräknat)	Energi (kJ)	587	580
1305 Abborrfilé panerad stekt (beräknat)	Energi (kca	140	139
1305 Abborrfilé panerad stekt (beräknat)	Aska	2	2
1305 Abborrfilé panerad stekt (beräknat)	Vatten	69,7	70,1
1305 Abborrfilé panerad stekt (beräknat)	Avfall (skal	53	53
1305 Abborrfilé panerad stekt (beräknat)	Kolhydrate	3,9	3,8
1305 Abborrfilé panerad stekt (beräknat)	Protein	18,7	18,5
1305 Abborrfilé panerad stekt (beräknat)	Fibrer	0,3	0,3
1305 Abborrfilé panerad stekt (beräknat)	Fett	5,4	5,4
1305 Abborrfilé panerad stekt (beräknat)	Fosfor	215	213
1305 Abborrfilé panerad stekt (beräknat)	Jod	54	54
1305 Abborrfilé panerad stekt (beräknat)	Järn	0,42	0,42
1305 Abborrfilé panerad stekt (beräknat)	Kalcium	21	21
1305 Abborrfilé panerad stekt (beräknat)	Kalium	364	360
1305 Abborrfilé panerad stekt (beräknat)	Magnesium	28	27
1305 Abborrfilé panerad stekt (beräknat)	Natrium	447	442
1305 Abborrfilé panerad stekt (beräknat)	Selen	40,2	39,7
1305 Abborrfilé panerad stekt (beräknat)	Zink	0,62	0,61
1305 Abborrfilé panerad stekt (beräknat)	Retinolekvi	66	65
1305 Abborrfilé panerad stekt (beräknat)	Retinol	29	28
1305 Abborrfilé panerad stekt (beräknat)	Vitamin D	19,31	19,08
1305 Abborrfilé panerad stekt (beräknat)	Vitamin E	1,91	1,89
1305 Abborrfilé panerad stekt (beräknat)	Vitamin K	2	2
1305 Abborrfilé panerad stekt (beräknat)	Tiamin	0,13	0,13
1305 Abborrfilé panerad stekt (beräknat)	Riboflavin	0,11	0,11
1305 Abborrfilé panerad stekt (beräknat)	Niacin	4,7	4,6
1305 Abborrfilé panerad stekt (beräknat)	Niacinekviv	8,2	8,1
1305 Abborrfilé panerad stekt (beräknat)	Vitamin B1	2,68	2,65
1305 Abborrfilé panerad stekt (beräknat)	Vitamin B6	0,34	0,33
1305 Abborrfilé panerad stekt (beräknat)	Folat	14	13
1305 Abborrfilé panerad stekt (beräknat)	Summa n-3	0	0
1305 Abborrfilé panerad stekt (beräknat)	Summa n-6	0,1	0,1
1305 Abborrfilé panerad stekt (beräknat)	Fullkorn to	1	1
1305 Abborrfilé panerad stekt (beräknat)	Salt	1,1	1,1

1305 Abborrfilé panerad stekt (beräknat)	Summa lå	0,1	0,1
1306 Friterad fisk (beräknat)	Summa mä	0,4	2,5
1306 Friterad fisk (beräknat)	Summa enl	2,9	1,9
1306 Friterad fisk (beräknat)	Summa flei	1,7	0,7
1306 Friterad fisk (beräknat)	Fettsyra 12	0	0
1306 Friterad fisk (beräknat)	Fettsyra 14	0	0,1
1306 Friterad fisk (beräknat)	Fettsyra 16	0,3	2,2
1306 Friterad fisk (beräknat)	Fettsyra 18	0,1	0,2
1306 Friterad fisk (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1306 Friterad fisk (beräknat)	Fettsyra 16	0	0
1306 Friterad fisk (beräknat)	Fettsyra 18	2,8	1,8
1306 Friterad fisk (beräknat)	Fettsyra 18	1	0,5
1306 Friterad fisk (beräknat)	Fettsyra 18	0,5	0
1306 Friterad fisk (beräknat)	Järn	0,37	0,37
1306 Friterad fisk (beräknat)	Vitamin E	1,4	1,06
1306 Friterad fisk (beräknat)	Vitamin K	0	1
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Summa mä	1	0,9
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Summa enl	3,7	3,4
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Summa flei	1,9	1,7
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 12	0	0
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 14	0	0
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 16	0,5	0,5
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 18	0,2	0,2
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 16	0	0
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 18	3,6	3,3
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 18	1,2	1,1
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 18	0,5	0,4
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	EPA (Fettsy	0	0
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	DHA (Fettsy	0,1	0,1
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Summa tra	0,1	0,1
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Kolesterol	86,6	80,1
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Monosacke	0,2	0,2
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Disackaride	0,2	0,1
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Sackaros	0	0
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Energi (kJ)	779	721
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Energi (kca	186	172
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Aska	3,1	2,8
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Vatten	59,2	62,3
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Avfall (skal	53	49
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Kolhydrate	5,7	5,3
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Protein	24,5	22,7
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Fibrer	0,4	0,4
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Fett	7,1	6,6
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Fosfor	301	278
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Jod	87	80
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Järn	0,55	0,51
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Kalcium	64	59
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Kalium	548	507

1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Magnesium	39	36
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Natrium	690	638
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Selen	24,3	22,4
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Zink	1,12	1,03
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Retinolekvi	75	69
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Retinol	24	22
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Vitamin D	6,66	6,16
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Vitamin E	2,35	2,17
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Vitamin K	4	3
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Tiamin	0,08	0,07
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Riboflavin	0,09	0,08
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Niacin	3,5	3,2
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Niacinekviv	8	7,4
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Vitamin B1	1,79	1,66
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Vitamin B6	0,28	0,26
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Folat	18	16
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Summa n-3	0	0
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Summa n-6	0,1	0,1
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Fullkorn to	1	1
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Salt	1,7	1,6
1311 Gädda panerad stekt (beräknat)	Summa lån	0,1	0,1
1313 Hällefundra panerad stekt (beräknat)	Summa mä	1,6	1,6
1313 Hällefundra panerad stekt (beräknat)	Summa enl	4,7	4,5
1313 Hällefundra panerad stekt (beräknat)	Summa flei	2,9	2,8
1313 Hällefundra panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 12	0	0
1313 Hällefundra panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 14	0,2	0,2
1313 Hällefundra panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 16	1	0,9
1313 Hällefundra panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 18	0,3	0,3
1313 Hällefundra panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1313 Hällefundra panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 16	0,4	0,3
1313 Hällefundra panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 18	3,8	3,6
1313 Hällefundra panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 18	1	1
1313 Hällefundra panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 18	0,4	0,4
1313 Hällefundra panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 20	0,1	0,1
1313 Hällefundra panerad stekt (beräknat)	EPA (Fettsy	0,3	0,3
1313 Hällefundra panerad stekt (beräknat)	DPA (Fettsy	0,1	0,1
1313 Hällefundra panerad stekt (beräknat)	DHA (Fettsy	0,8	0,8
1313 Hällefundra panerad stekt (beräknat)	Summa tra	0	0
1313 Hällefundra panerad stekt (beräknat)	Kolesterol	74,2	71,5
1313 Hällefundra panerad stekt (beräknat)	Monosacke	0,1	0,1
1313 Hällefundra panerad stekt (beräknat)	Disackaride	0,1	0,1
1313 Hällefundra panerad stekt (beräknat)	Sackaros	0	0
1313 Hällefundra panerad stekt (beräknat)	Energi (kJ)	771	743
1313 Hällefundra panerad stekt (beräknat)	Energi (kca	184	178
1313 Hällefundra panerad stekt (beräknat)	Aska	2,7	2,6
1313 Hällefundra panerad stekt (beräknat)	Vatten	63,5	64,9
1313 Hällefundra panerad stekt (beräknat)	Avfall (skal	20	19
1313 Hällefundra panerad stekt (beräknat)	Kolhydrate	4,2	4
1313 Hällefundra panerad stekt (beräknat)	Protein	19,3	18,6
1313 Hällefundra panerad stekt (beräknat)	Fibrer	0,3	0,3

1313 Hälleflundra panerad stekt (beräknat)	Fett	10	9,6
1313 Hälleflundra panerad stekt (beräknat)	Fosfor	226	218
1313 Hälleflundra panerad stekt (beräknat)	Jod	77	74
1313 Hälleflundra panerad stekt (beräknat)	Järn	0,91	0,88
1313 Hälleflundra panerad stekt (beräknat)	Kalcium	21	20
1313 Hälleflundra panerad stekt (beräknat)	Kalium	406	391
1313 Hälleflundra panerad stekt (beräknat)	Magnesium	27	26
1313 Hälleflundra panerad stekt (beräknat)	Natrium	554	534
1313 Hälleflundra panerad stekt (beräknat)	Selen	38,9	37,4
1313 Hälleflundra panerad stekt (beräknat)	Zink	0,66	0,64
1313 Hälleflundra panerad stekt (beräknat)	Retinolekvi	59	57
1313 Hälleflundra panerad stekt (beräknat)	Retinol	47	45
1313 Hälleflundra panerad stekt (beräknat)	Vitamin D	9,16	8,82
1313 Hälleflundra panerad stekt (beräknat)	Vitamin E	2,09	2,01
1313 Hälleflundra panerad stekt (beräknat)	β-Karoten	1	1
1313 Hälleflundra panerad stekt (beräknat)	Vitamin K	3	2
1313 Hälleflundra panerad stekt (beräknat)	Tiamin	0,08	0,07
1313 Hälleflundra panerad stekt (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,09
1313 Hälleflundra panerad stekt (beräknat)	Niacin	8	7,7
1313 Hälleflundra panerad stekt (beräknat)	Niacinekviv	11,6	11,1
1313 Hälleflundra panerad stekt (beräknat)	Vitamin B1	0,9	0,87
1313 Hälleflundra panerad stekt (beräknat)	Vitamin B6	0,32	0,3
1313 Hälleflundra panerad stekt (beräknat)	Folat	16	15
1313 Hälleflundra panerad stekt (beräknat)	Summa n-3	0	0
1313 Hälleflundra panerad stekt (beräknat)	Summa n-6	0,1	0,1
1313 Hälleflundra panerad stekt (beräknat)	Fullkorn to	1	1
1313 Hälleflundra panerad stekt (beräknat)	Salt	1,4	1,3
1314 Kolja kokt (beräknat)	Summa mä	0,1	0,1
1314 Kolja kokt (beräknat)	Summa enl	0,1	0,1
1314 Kolja kokt (beräknat)	Summa flei	0,3	0,3
1314 Kolja kokt (beräknat)	Fettsyra 14	0	0
1314 Kolja kokt (beräknat)	Fettsyra 16	0,1	0,1
1314 Kolja kokt (beräknat)	Fettsyra 18	0	0
1314 Kolja kokt (beräknat)	Fettsyra 16	0	0
1314 Kolja kokt (beräknat)	Fettsyra 18	0	0
1314 Kolja kokt (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1314 Kolja kokt (beräknat)	EPA (Fettsy	0,1	0,1
1314 Kolja kokt (beräknat)	DPA (Fettsy	0	0
1314 Kolja kokt (beräknat)	DHA (Fettsy	0,2	0,2
1314 Kolja kokt (beräknat)	Kolesterol	72,9	69,8
1314 Kolja kokt (beräknat)	Energi (kJ)	407	390
1314 Kolja kokt (beräknat)	Energi (kca	97	93
1314 Kolja kokt (beräknat)	Aska	1,8	1,8
1314 Kolja kokt (beräknat)	Vatten	75,1	76,1
1314 Kolja kokt (beräknat)	Avfall (skal	63	60
1314 Kolja kokt (beräknat)	Protein	22,4	21,4
1314 Kolja kokt (beräknat)	Fett	0,7	0,7
1314 Kolja kokt (beräknat)	Fosfor	268	256
1314 Kolja kokt (beräknat)	Jod	19	19
1314 Kolja kokt (beräknat)	Järn	0,61	0,58

1314 Kolja kokt (beräknat)	Kalcium	44	42
1314 Kolja kokt (beräknat)	Kalium	371	355
1314 Kolja kokt (beräknat)	Magnesium	29	28
1314 Kolja kokt (beräknat)	Natrium	227	218
1314 Kolja kokt (beräknat)	Selen	24,3	23,3
1314 Kolja kokt (beräknat)	Zink	0,36	0,35
1314 Kolja kokt (beräknat)	Retinolekvi	4	3
1314 Kolja kokt (beräknat)	Retinol	4	3
1314 Kolja kokt (beräknat)	Vitamin D	0,85	0,81
1314 Kolja kokt (beräknat)	Vitamin E	0,47	0,45
1314 Kolja kokt (beräknat)	Tiamin	0,04	0,04
1314 Kolja kokt (beräknat)	Riboflavin	0,08	0,07
1314 Kolja kokt (beräknat)	Niacin	3,6	3,5
1314 Kolja kokt (beräknat)	Niacinekviv	7,7	7,4
1314 Kolja kokt (beräknat)	Vitamin B1	1,42	1,36
1314 Kolja kokt (beräknat)	Vitamin B6	0,21	0,2
1314 Kolja kokt (beräknat)	Folat	9	8
1314 Kolja kokt (beräknat)	Salt	0,6	0,5
1315 Kolja panerad stekt (beräknat)	Summa mä	0,8	0,8
1315 Kolja panerad stekt (beräknat)	Summa enl	3	2,9
1315 Kolja panerad stekt (beräknat)	Summa flei	1,6	1,6
1315 Kolja panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 12	0	0
1315 Kolja panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 14	0	0
1315 Kolja panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 16	0,5	0,5
1315 Kolja panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 18	0,2	0,2
1315 Kolja panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1315 Kolja panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 16	0	0
1315 Kolja panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 18	2,9	2,9
1315 Kolja panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 18	0,9	0,9
1315 Kolja panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 18	0,4	0,4
1315 Kolja panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1315 Kolja panerad stekt (beräknat)	EPA (Fettsy	0,1	0,1
1315 Kolja panerad stekt (beräknat)	DPA (Fettsy	0	0
1315 Kolja panerad stekt (beräknat)	DHA (Fettsy	0,1	0,1
1315 Kolja panerad stekt (beräknat)	Summa tra	0	0
1315 Kolja panerad stekt (beräknat)	Kolesterol	77,5	76,4
1315 Kolja panerad stekt (beräknat)	Monosacke	0,2	0,2
1315 Kolja panerad stekt (beräknat)	Disackaride	0,2	0,2
1315 Kolja panerad stekt (beräknat)	Sackaros	0	0
1315 Kolja panerad stekt (beräknat)	Energi (kJ)	614	606
1315 Kolja panerad stekt (beräknat)	Energi (kca	147	145
1315 Kolja panerad stekt (beräknat)	Aska	2,4	2,3
1315 Kolja panerad stekt (beräknat)	Vatten	68,3	68,8
1315 Kolja panerad stekt (beräknat)	Avfall (skal	45	45
1315 Kolja panerad stekt (beräknat)	Kolhydrate	5,5	5,4
1315 Kolja panerad stekt (beräknat)	Protein	17,4	17,2
1315 Kolja panerad stekt (beräknat)	Fibrer	0,4	0,4
1315 Kolja panerad stekt (beräknat)	Fett	6	5,9
1315 Kolja panerad stekt (beräknat)	Fosfor	218	215
1315 Kolja panerad stekt (beräknat)	Jod	57	56

1315 Kolja panerad stekt (beräknat)	Järn	0,7	0,69
1315 Kolja panerad stekt (beräknat)	Kalcium	40	39
1315 Kolja panerad stekt (beräknat)	Kalium	292	287
1315 Kolja panerad stekt (beräknat)	Magnesium	26	26
1315 Kolja panerad stekt (beräknat)	Natrium	553	545
1315 Kolja panerad stekt (beräknat)	Selen	18,9	18,7
1315 Kolja panerad stekt (beräknat)	Zink	0,47	0,46
1315 Kolja panerad stekt (beräknat)	Retinolekvi	61	60
1315 Kolja panerad stekt (beräknat)	Retinol	21	20
1315 Kolja panerad stekt (beräknat)	Vitamin D	1,21	1,19
1315 Kolja panerad stekt (beräknat)	Vitamin E	1,75	1,73
1315 Kolja panerad stekt (beräknat)	Vitamin K	3	3
1315 Kolja panerad stekt (beräknat)	Tiamin	0,05	0,05
1315 Kolja panerad stekt (beräknat)	Riboflavin	0,09	0,08
1315 Kolja panerad stekt (beräknat)	Niacin	2,7	2,7
1315 Kolja panerad stekt (beräknat)	Niacinekviv	5,9	5,9
1315 Kolja panerad stekt (beräknat)	Vitamin B1	1,04	1,02
1315 Kolja panerad stekt (beräknat)	Vitamin B6	0,14	0,13
1315 Kolja panerad stekt (beräknat)	Folat	14	14
1315 Kolja panerad stekt (beräknat)	Summa n-3	0	0
1315 Kolja panerad stekt (beräknat)	Summa n-6	0,1	0,1
1315 Kolja panerad stekt (beräknat)	Fullkorn to	1	1
1315 Kolja panerad stekt (beräknat)	Salt	1,4	1,4
1323 Rödspättafilé panerad stekt (beräknat)	Summa mä	0,9	0,8
1323 Rödspättafilé panerad stekt (beräknat)	Summa enl	3	2,9
1323 Rödspättafilé panerad stekt (beräknat)	Summa flei	1,6	1,5
1323 Rödspättafilé panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 12	0	0
1323 Rödspättafilé panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 14	0	0
1323 Rödspättafilé panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 16	0,5	0,5
1323 Rödspättafilé panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 18	0,2	0,2
1323 Rödspättafilé panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1323 Rödspättafilé panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 16	0,1	0,1
1323 Rödspättafilé panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 18	2,9	2,8
1323 Rödspättafilé panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 18	1	0,9
1323 Rödspättafilé panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 18	0,4	0,3
1323 Rödspättafilé panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1323 Rödspättafilé panerad stekt (beräknat)	EPA (Fettsy	0,1	0,1
1323 Rödspättafilé panerad stekt (beräknat)	DPA (Fettsy	0	0
1323 Rödspättafilé panerad stekt (beräknat)	DHA (Fettsy	0,1	0,1
1323 Rödspättafilé panerad stekt (beräknat)	Summa tra	0	0
1323 Rödspättafilé panerad stekt (beräknat)	Kolesterol	87,6	84,6
1323 Rödspättafilé panerad stekt (beräknat)	Monosacke	0,1	0,1
1323 Rödspättafilé panerad stekt (beräknat)	Disackaride	0,1	0,1
1323 Rödspättafilé panerad stekt (beräknat)	Sackaros	0	0
1323 Rödspättafilé panerad stekt (beräknat)	Energi (kJ)	689	666
1323 Rödspättafilé panerad stekt (beräknat)	Energi (kca	165	159
1323 Rödspättafilé panerad stekt (beräknat)	Aska	2,2	2,1
1323 Rödspättafilé panerad stekt (beräknat)	Vatten	64,1	65,3
1323 Rödspättafilé panerad stekt (beräknat)	Avfall (skal	45	43
1323 Rödspättafilé panerad stekt (beräknat)	Kolhydrat	6,3	6



1323 Rödspättafilé panerad stekt (beräknat)	Protein	21,1	20,4
1323 Rödspättafilé panerad stekt (beräknat)	Fibrer	0,3	0,3
1323 Rödspättafilé panerad stekt (beräknat)	Fett	6	5,8
1323 Rödspättafilé panerad stekt (beräknat)	Fosfor	200	193
1323 Rödspättafilé panerad stekt (beräknat)	Jod	76	74
1323 Rödspättafilé panerad stekt (beräknat)	Järn	0,39	0,37
1323 Rödspättafilé panerad stekt (beräknat)	Kalcium	21	20
1323 Rödspättafilé panerad stekt (beräknat)	Kalium	399	386
1323 Rödspättafilé panerad stekt (beräknat)	Magnesium	27	26
1323 Rödspättafilé panerad stekt (beräknat)	Natrium	504	487
1323 Rödspättafilé panerad stekt (beräknat)	Selen	28,5	27,6
1323 Rödspättafilé panerad stekt (beräknat)	Zink	0,63	0,61
1323 Rödspättafilé panerad stekt (beräknat)	Retinolekvi	64	62
1323 Rödspättafilé panerad stekt (beräknat)	Retinol	26	25
1323 Rödspättafilé panerad stekt (beräknat)	Vitamin D	2,39	2,31
1323 Rödspättafilé panerad stekt (beräknat)	Vitamin E	1,92	1,86
1323 Rödspättafilé panerad stekt (beräknat)	Vitamin K	4	4
1323 Rödspättafilé panerad stekt (beräknat)	Tiamin	0,32	0,31
1323 Rödspättafilé panerad stekt (beräknat)	Riboflavin	0,11	0,11
1323 Rödspättafilé panerad stekt (beräknat)	Vitamin C	0	0
1323 Rödspättafilé panerad stekt (beräknat)	Niacin	5,1	4,9
1323 Rödspättafilé panerad stekt (beräknat)	Niacinekviv	9	8,7
1323 Rödspättafilé panerad stekt (beräknat)	Vitamin B1	0,67	0,65
1323 Rödspättafilé panerad stekt (beräknat)	Vitamin B6	0,22	0,22
1323 Rödspättafilé panerad stekt (beräknat)	Folat	17	16
1323 Rödspättafilé panerad stekt (beräknat)	Summa n-3	0	0
1323 Rödspättafilé panerad stekt (beräknat)	Summa n-6	0,1	0,1
1323 Rödspättafilé panerad stekt (beräknat)	Fullkorn to	1	1
1323 Rödspättafilé panerad stekt (beräknat)	Salt	1,3	1,2
1323 Rödspättafilé panerad stekt (beräknat)	Summa lå	0,1	0,1
1326 Sik panerad stekt (beräknat)	Summa mä	0,9	0,8
1326 Sik panerad stekt (beräknat)	Summa enl	3,1	3
1326 Sik panerad stekt (beräknat)	Summa flei	1,6	1,5
1326 Sik panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 12	0	0
1326 Sik panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 14	0	0
1326 Sik panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 16	0,5	0,5
1326 Sik panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 18	0,2	0,2
1326 Sik panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1326 Sik panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 16	0,1	0,1
1326 Sik panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 18	3	2,9
1326 Sik panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 18	1	0,9
1326 Sik panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 18	0,4	0,4
1326 Sik panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1326 Sik panerad stekt (beräknat)	EPA (Fettsy	0	0
1326 Sik panerad stekt (beräknat)	DPA (Fettsy	0	0
1326 Sik panerad stekt (beräknat)	DHA (Fettsy	0,1	0,1
1326 Sik panerad stekt (beräknat)	Summa tra	0	0
1326 Sik panerad stekt (beräknat)	Kolesterol	70,3	68,6
1326 Sik panerad stekt (beräknat)	Monosacke	0,1	0,1
1326 Sik panerad stekt (beräknat)	Disackaride	0,1	0,1

1326 Sik panerad stekt (beräknat)	Sackaros	0	0
1326 Sik panerad stekt (beräknat)	Energi (kJ)	650	635
1326 Sik panerad stekt (beräknat)	Energi (kca	155	152
1326 Sik panerad stekt (beräknat)	Aska	2,5	2,5
1326 Sik panerad stekt (beräknat)	Vatten	66,2	67
1326 Sik panerad stekt (beräknat)	Avfall (skal	37	36
1326 Sik panerad stekt (beräknat)	Kolhydrat	4,6	4,5
1326 Sik panerad stekt (beräknat)	Protein	20,3	19,8
1326 Sik panerad stekt (beräknat)	Fibrer	0,3	0,3
1326 Sik panerad stekt (beräknat)	Fett	6,1	5,9
1326 Sik panerad stekt (beräknat)	Fosfor	250	244
1326 Sik panerad stekt (beräknat)	Jod	69	67
1326 Sik panerad stekt (beräknat)	Järn	0,47	0,46
1326 Sik panerad stekt (beräknat)	Kalcium	20	19
1326 Sik panerad stekt (beräknat)	Kalium	461	450
1326 Sik panerad stekt (beräknat)	Magnesium	31	30
1326 Sik panerad stekt (beräknat)	Natrium	554	541
1326 Sik panerad stekt (beräknat)	Selen	24,2	23,6
1326 Sik panerad stekt (beräknat)	Zink	0,56	0,54
1326 Sik panerad stekt (beräknat)	Retinolekvi	60	59
1326 Sik panerad stekt (beräknat)	Retinol	19	19
1326 Sik panerad stekt (beräknat)	Vitamin D	7,76	7,58
1326 Sik panerad stekt (beräknat)	Vitamin E	1,84	1,8
1326 Sik panerad stekt (beräknat)	Vitamin K	3	3
1326 Sik panerad stekt (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
1326 Sik panerad stekt (beräknat)	Riboflavin	0,08	0,08
1326 Sik panerad stekt (beräknat)	Niacin	5,7	5,5
1326 Sik panerad stekt (beräknat)	Niacinekviv	9,4	9,2
1326 Sik panerad stekt (beräknat)	Vitamin B1	2,54	2,48
1326 Sik panerad stekt (beräknat)	Vitamin B6	0,38	0,37
1326 Sik panerad stekt (beräknat)	Folat	15	14
1326 Sik panerad stekt (beräknat)	Summa n-3	0	0
1326 Sik panerad stekt (beräknat)	Summa n-6	0,1	0,1
1326 Sik panerad stekt (beräknat)	Fullkorn to	1	1
1326 Sik panerad stekt (beräknat)	Salt	1,4	1,3
1326 Sik panerad stekt (beräknat)	Summa lån	0,1	0,1
1336 Torsk panerad stekt (beräknat)	Summa mä	0,9	0,8
1336 Torsk panerad stekt (beräknat)	Summa enl	2,8	2,8
1336 Torsk panerad stekt (beräknat)	Summa flei	1,6	1,5
1336 Torsk panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 12	0	0
1336 Torsk panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 14	0	0
1336 Torsk panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 16	0,5	0,5
1336 Torsk panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 18	0,2	0,2
1336 Torsk panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1336 Torsk panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 16	0	0
1336 Torsk panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 18	2,8	2,7
1336 Torsk panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 18	0,9	0,9
1336 Torsk panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 18	0,3	0,3
1336 Torsk panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1336 Torsk panerad stekt (beräknat)	EPA (Fettsy	0,1	0,1

1336 Torsk panerad stekt (beräknat)	DPA (Fettsy	0	0
1336 Torsk panerad stekt (beräknat)	DHA (Fettsy	0,2	0,2
1336 Torsk panerad stekt (beräknat)	Summa tra	0	0
1336 Torsk panerad stekt (beräknat)	Kolesterol	79,1	77,8
1336 Torsk panerad stekt (beräknat)	Monosacke	0,1	0,1
1336 Torsk panerad stekt (beräknat)	Disackaride	0,1	0,1
1336 Torsk panerad stekt (beräknat)	Sackaros	0	0
1336 Torsk panerad stekt (beräknat)	Energi (kJ)	576	567
1336 Torsk panerad stekt (beräknat)	Energi (kca	138	136
1336 Torsk panerad stekt (beräknat)	Aska	2	2
1336 Torsk panerad stekt (beräknat)	Vatten	70,7	71,2
1336 Torsk panerad stekt (beräknat)	Avfall (skal	30	30
1336 Torsk panerad stekt (beräknat)	Kolhydrat	4,6	4,5
1336 Torsk panerad stekt (beräknat)	Protein	16,5	16,2
1336 Torsk panerad stekt (beräknat)	Fibrer	0,3	0,3
1336 Torsk panerad stekt (beräknat)	Fett	5,8	5,7
1336 Torsk panerad stekt (beräknat)	Fosfor	194	191
1336 Torsk panerad stekt (beräknat)	Jod	93	92
1336 Torsk panerad stekt (beräknat)	Järn	0,46	0,45
1336 Torsk panerad stekt (beräknat)	Kalcium	23	23
1336 Torsk panerad stekt (beräknat)	Kalium	333	327
1336 Torsk panerad stekt (beräknat)	Magnesium	29	28
1336 Torsk panerad stekt (beräknat)	Natrium	442	435
1336 Torsk panerad stekt (beräknat)	Selen	25,6	25,2
1336 Torsk panerad stekt (beräknat)	Zink	0,56	0,55
1336 Torsk panerad stekt (beräknat)	Retinolekvi	62	61
1336 Torsk panerad stekt (beräknat)	Retinol	25	25
1336 Torsk panerad stekt (beräknat)	Vitamin D	1,47	1,45
1336 Torsk panerad stekt (beräknat)	Vitamin E	2,34	2,3
1336 Torsk panerad stekt (beräknat)	Vitamin K	3	3
1336 Torsk panerad stekt (beräknat)	Tiamin	0,06	0,06
1336 Torsk panerad stekt (beräknat)	Riboflavin	0,08	0,08
1336 Torsk panerad stekt (beräknat)	Vitamin C	1	1
1336 Torsk panerad stekt (beräknat)	Niacin	1,9	1,8
1336 Torsk panerad stekt (beräknat)	Niacinekviv	5	4,9
1336 Torsk panerad stekt (beräknat)	Vitamin B1	0,72	0,7
1336 Torsk panerad stekt (beräknat)	Vitamin B6	0,18	0,17
1336 Torsk panerad stekt (beräknat)	Folat	16	16
1336 Torsk panerad stekt (beräknat)	Summa n-3	0	0
1336 Torsk panerad stekt (beräknat)	Summa n-6	0,1	0,1
1336 Torsk panerad stekt (beräknat)	Fullkorn to	1	1
1336 Torsk panerad stekt (beräknat)	Salt	1,1	1,1
1339 Vitlingfilé panerad stekt (beräknat)	Summa mä	0,8	0,8
1339 Vitlingfilé panerad stekt (beräknat)	Summa enl	3	3
1339 Vitlingfilé panerad stekt (beräknat)	Summa flei	1,5	1,5
1339 Vitlingfilé panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 12	0	0
1339 Vitlingfilé panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 14	0	0
1339 Vitlingfilé panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 16	0,5	0,4
1339 Vitlingfilé panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 18	0,2	0,2
1339 Vitlingfilé panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 20	0	0

1339 Vitlingfilé panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 16	0	0
1339 Vitlingfilé panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 18	2,9	2,9
1339 Vitlingfilé panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 18	0,9	0,9
1339 Vitlingfilé panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 18	0,4	0,4
1339 Vitlingfilé panerad stekt (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1339 Vitlingfilé panerad stekt (beräknat)	EPA (Fettsy	0	0
1339 Vitlingfilé panerad stekt (beräknat)	DPA (Fettsy	0	0
1339 Vitlingfilé panerad stekt (beräknat)	DHA (Fettsy	0,1	0,1
1339 Vitlingfilé panerad stekt (beräknat)	Summa tra	0	0
1339 Vitlingfilé panerad stekt (beräknat)	Kolesterol	70,6	69,5
1339 Vitlingfilé panerad stekt (beräknat)	Monosacke	0,1	0,1
1339 Vitlingfilé panerad stekt (beräknat)	Disackaride	0,1	0,1
1339 Vitlingfilé panerad stekt (beräknat)	Sackaros	0	0
1339 Vitlingfilé panerad stekt (beräknat)	Energi (kJ)	593	584
1339 Vitlingfilé panerad stekt (beräknat)	Energi (kca	142	140
1339 Vitlingfilé panerad stekt (beräknat)	Aska	2,4	2,3
1339 Vitlingfilé panerad stekt (beräknat)	Vatten	69,4	69,9
1339 Vitlingfilé panerad stekt (beräknat)	Avfall (skal	46	45
1339 Vitlingfilé panerad stekt (beräknat)	Kolhydrate	4,5	4,4
1339 Vitlingfilé panerad stekt (beräknat)	Protein	17,5	17,2
1339 Vitlingfilé panerad stekt (beräknat)	Fibrer	0,3	0,3
1339 Vitlingfilé panerad stekt (beräknat)	Fett	5,9	5,8
1339 Vitlingfilé panerad stekt (beräknat)	Fosfor	187	184
1339 Vitlingfilé panerad stekt (beräknat)	Jod	58	57
1339 Vitlingfilé panerad stekt (beräknat)	Järn	0,52	0,51
1339 Vitlingfilé panerad stekt (beräknat)	Kalcium	52	51
1339 Vitlingfilé panerad stekt (beräknat)	Kalium	349	343
1339 Vitlingfilé panerad stekt (beräknat)	Magnesium	26	25
1339 Vitlingfilé panerad stekt (beräknat)	Natrium	546	537
1339 Vitlingfilé panerad stekt (beräknat)	Selen	23,6	23,2
1339 Vitlingfilé panerad stekt (beräknat)	Zink	0,63	0,62
1339 Vitlingfilé panerad stekt (beräknat)	Retinolekvi	61	60
1339 Vitlingfilé panerad stekt (beräknat)	Retinol	21	21
1339 Vitlingfilé panerad stekt (beräknat)	Vitamin D	1,22	1,2
1339 Vitlingfilé panerad stekt (beräknat)	Vitamin E	1,61	1,58
1339 Vitlingfilé panerad stekt (beräknat)	Vitamin K	3	3
1339 Vitlingfilé panerad stekt (beräknat)	Tiamin	0,06	0,06
1339 Vitlingfilé panerad stekt (beräknat)	Riboflavin	0,07	0,07
1339 Vitlingfilé panerad stekt (beräknat)	Niacin	1,8	1,8
1339 Vitlingfilé panerad stekt (beräknat)	Niacinekviv	5,1	5
1339 Vitlingfilé panerad stekt (beräknat)	Vitamin B1	0,69	0,68
1339 Vitlingfilé panerad stekt (beräknat)	Vitamin B6	0,14	0,14
1339 Vitlingfilé panerad stekt (beräknat)	Folat	15	15
1339 Vitlingfilé panerad stekt (beräknat)	Summa n-3	0	0
1339 Vitlingfilé panerad stekt (beräknat)	Summa n-6	0,1	0,1
1339 Vitlingfilé panerad stekt (beräknat)	Fullkorn to	1	1
1339 Vitlingfilé panerad stekt (beräknat)	Salt	1,4	1,3
1350 Böcklinglåda m äggstanning (beräknat)	Summa mä	3,3	3,2
1350 Böcklinglåda m äggstanning (beräknat)	Summa enl	3,2	3,1
1350 Böcklinglåda m äggstanning (beräknat)	Summa flei	2,6	2,5

1350 Böcklinglåda m äggstanning (beräknat)	Fettsyra 4:(	0,1	0,1
1350 Böcklinglåda m äggstanning (beräknat)	Fettsyra 12	0	0
1350 Böcklinglåda m äggstanning (beräknat)	Fettsyra 14	0,7	0,7
1350 Böcklinglåda m äggstanning (beräknat)	Fettsyra 16	2,1	2
1350 Böcklinglåda m äggstanning (beräknat)	Fettsyra 18	0,3	0,3
1350 Böcklinglåda m äggstanning (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1350 Böcklinglåda m äggstanning (beräknat)	Fettsyra 16	0,6	0,6
1350 Böcklinglåda m äggstanning (beräknat)	Fettsyra 18	2,5	2,4
1350 Böcklinglåda m äggstanning (beräknat)	Fettsyra 18	0,7	0,7
1350 Böcklinglåda m äggstanning (beräknat)	Fettsyra 18	0,3	0,3
1350 Böcklinglåda m äggstanning (beräknat)	Fettsyra 20	0,1	0,1
1350 Böcklinglåda m äggstanning (beräknat)	EPA (Fettsy	0,4	0,4
1350 Böcklinglåda m äggstanning (beräknat)	DPA (Fettsy	0	0
1350 Böcklinglåda m äggstanning (beräknat)	DHA (Fettsy	0,5	0,5
1350 Böcklinglåda m äggstanning (beräknat)	Summa tra	0	0
1350 Böcklinglåda m äggstanning (beräknat)	Kolesterol	113,3	108,2
1350 Böcklinglåda m äggstanning (beräknat)	Monosacke	0,4	0,3
1350 Böcklinglåda m äggstanning (beräknat)	Disackaride	1,7	1,6
1350 Böcklinglåda m äggstanning (beräknat)	Sackaros	0,2	0,2
1350 Böcklinglåda m äggstanning (beräknat)	Energi (kJ)	689	659
1350 Böcklinglåda m äggstanning (beräknat)	Energi (kca	165	157
1350 Böcklinglåda m äggstanning (beräknat)	Aska	2,9	2,7
1350 Böcklinglåda m äggstanning (beräknat)	Vatten	68,2	69,6
1350 Böcklinglåda m äggstanning (beräknat)	Avfall (skal	28	26
1350 Böcklinglåda m äggstanning (beräknat)	Kolhydrat	2,1	2
1350 Böcklinglåda m äggstanning (beräknat)	Protein	16	15,3
1350 Böcklinglåda m äggstanning (beräknat)	Fibrer	0,1	0,1
1350 Böcklinglåda m äggstanning (beräknat)	Fett	10,3	9,8
1350 Böcklinglåda m äggstanning (beräknat)	Fosfor	171	163
1350 Böcklinglåda m äggstanning (beräknat)	Jod	53	50
1350 Böcklinglåda m äggstanning (beräknat)	Järn	1,03	0,98
1350 Böcklinglåda m äggstanning (beräknat)	Kalcium	70	67
1350 Böcklinglåda m äggstanning (beräknat)	Kalium	316	302
1350 Böcklinglåda m äggstanning (beräknat)	Magnesium	24	23
1350 Böcklinglåda m äggstanning (beräknat)	Natrium	754	720
1350 Böcklinglåda m äggstanning (beräknat)	Selen	15,7	15
1350 Böcklinglåda m äggstanning (beräknat)	Zink	0,95	0,9
1350 Böcklinglåda m äggstanning (beräknat)	Retinolekvi	78	75
1350 Böcklinglåda m äggstanning (beräknat)	Retinol	78	74
1350 Böcklinglåda m äggstanning (beräknat)	Vitamin D	6,1	5,83
1350 Böcklinglåda m äggstanning (beräknat)	Vitamin E	1,1	1,05
1350 Böcklinglåda m äggstanning (beräknat)	β-Karoten	5	5
1350 Böcklinglåda m äggstanning (beräknat)	Vitamin K	5	5
1350 Böcklinglåda m äggstanning (beräknat)	Tiamin	0,03	0,03
1350 Böcklinglåda m äggstanning (beräknat)	Riboflavin	0,23	0,22
1350 Böcklinglåda m äggstanning (beräknat)	Vitamin C	0	0
1350 Böcklinglåda m äggstanning (beräknat)	Niacin	2,7	2,6
1350 Böcklinglåda m äggstanning (beräknat)	Niacinekviv	5,8	5,5
1350 Böcklinglåda m äggstanning (beräknat)	Vitamin B1	7,06	6,75
1350 Böcklinglåda m äggstanning (beräknat)	Vitamin B6	0,18	0,17

1350 Böcklinglåda m äggstanning (beräknat)	Folat	21	20
1350 Böcklinglåda m äggstanning (beräknat)	Summa n-3	0	0
1350 Böcklinglåda m äggstanning (beräknat)	Summa n-6	0,2	0,2
1350 Böcklinglåda m äggstanning (beräknat)	Salt	1,9	1,8
1351 Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Summa mä	1,1	1,1
1351 Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Summa enl	3,6	3,6
1351 Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Summa flei	1,9	1,9
1351 Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Fettsyra 4:(	0	0
1351 Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Fettsyra 12	0	0
1351 Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Fettsyra 14	0	0
1351 Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Fettsyra 16	0,6	0,6
1351 Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Fettsyra 18	0,2	0,2
1351 Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1351 Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Fettsyra 16	0	0
1351 Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Fettsyra 18	3,5	3,5
1351 Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Fettsyra 18	1,3	1,3
1351 Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Fettsyra 18	0,5	0,5
1351 Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1351 Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	EPA (Fettsy	0	0
1351 Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	DHA (Fettsy	0	0
1351 Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Summa tra	0,1	0,1
1351 Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Kolesterol	58,5	58,1
1351 Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Monosacke	0,2	0,2
1351 Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Disackaride	0,2	0,2
1351 Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Sackaros	0	0
1351 Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Energi (kJ)	582	579
1351 Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Energi (kca	139	138
1351 Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Aska	1,7	1,7
1351 Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Vatten	72,2	72,3
1351 Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Avfall (skal	1	1
1351 Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Kolhydrate	11,3	11,2
1351 Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Protein	7,1	7,1
1351 Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Fibrer	0,4	0,4
1351 Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Fett	7,2	7,2
1351 Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Fosfor	114	114
1351 Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Jod	3	3
1351 Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Järn	0,39	0,39
1351 Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Kalcium	55	55
1351 Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Kalium	200	198
1351 Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Magnesium	15	15
1351 Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Natrium	765	761
1351 Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Selen	18,1	18
1351 Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Zink	0,57	0,56
1351 Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Retinolekvi	95	94
1351 Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Retinol	53	53
1351 Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Vitamin D	0,91	0,91
1351 Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Vitamin E	1,69	1,68
1351 Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Vitamin K	3	3
1351 Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Tiamin	0,05	0,05
1351 Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Riboflavin	0,07	0,07

1351 Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Niacin	1	1
1351 Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Niacinekviv	2,3	2,3
1351 Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Vitamin B1	0,52	0,52
1351 Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Vitamin B6	0,05	0,05
1351 Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Folat	12	12
1351 Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Summa n-3	0	0
1351 Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Summa n-6	0,1	0,1
1351 Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Fullkorn to	2	2
1351 Fiskbullar panerade stekta (beräknat)	Salt	1,9	1,9
1356 Fiskpaté m skaldjur (beräknat)	Summa mä	4,2	4
1356 Fiskpaté m skaldjur (beräknat)	Summa enl	2,9	2,7
1356 Fiskpaté m skaldjur (beräknat)	Summa flei	1,1	1,1
1356 Fiskpaté m skaldjur (beräknat)	Fettsyra 4:(	0,5	0,5
1356 Fiskpaté m skaldjur (beräknat)	Fettsyra 12	0,2	0,1
1356 Fiskpaté m skaldjur (beräknat)	Fettsyra 14	0,6	0,6
1356 Fiskpaté m skaldjur (beräknat)	Fettsyra 16	2,1	2
1356 Fiskpaté m skaldjur (beräknat)	Fettsyra 18	0,7	0,7
1356 Fiskpaté m skaldjur (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1356 Fiskpaté m skaldjur (beräknat)	Fettsyra 16	0,3	0,3
1356 Fiskpaté m skaldjur (beräknat)	Fettsyra 18	2,4	2,3
1356 Fiskpaté m skaldjur (beräknat)	Fettsyra 18	0,3	0,3
1356 Fiskpaté m skaldjur (beräknat)	Fettsyra 18	0,1	0,1
1356 Fiskpaté m skaldjur (beräknat)	Fettsyra 20	0,1	0
1356 Fiskpaté m skaldjur (beräknat)	EPA (Fettsy	0,2	0,1
1356 Fiskpaté m skaldjur (beräknat)	DPA (Fettsy	0,1	0,1
1356 Fiskpaté m skaldjur (beräknat)	DHA (Fettsy	0,4	0,3
1356 Fiskpaté m skaldjur (beräknat)	Summa tra	0,1	0,1
1356 Fiskpaté m skaldjur (beräknat)	Kolesterol	110,9	106,3
1356 Fiskpaté m skaldjur (beräknat)	Monosacke	0,1	0,1
1356 Fiskpaté m skaldjur (beräknat)	Disackaride	1,4	1,4
1356 Fiskpaté m skaldjur (beräknat)	Sackaros	0	0
1356 Fiskpaté m skaldjur (beräknat)	Energi (kJ)	673	646
1356 Fiskpaté m skaldjur (beräknat)	Energi (kca	161	154
1356 Fiskpaté m skaldjur (beräknat)	Aska	3	2,9
1356 Fiskpaté m skaldjur (beräknat)	Vatten	68,7	70
1356 Fiskpaté m skaldjur (beräknat)	Avfall (skal	21	20
1356 Fiskpaté m skaldjur (beräknat)	Kolhydrate	2,9	2,8
1356 Fiskpaté m skaldjur (beräknat)	Protein	15,2	14,6
1356 Fiskpaté m skaldjur (beräknat)	Alkohol	0,7	0,7
1356 Fiskpaté m skaldjur (beräknat)	Fibrer	0,1	0,1
1356 Fiskpaté m skaldjur (beräknat)	Fett	9,3	8,9
1356 Fiskpaté m skaldjur (beräknat)	Fosfor	206	198
1356 Fiskpaté m skaldjur (beräknat)	Jod	91	87
1356 Fiskpaté m skaldjur (beräknat)	Järn	1,46	1,4
1356 Fiskpaté m skaldjur (beräknat)	Kalcium	79	76
1356 Fiskpaté m skaldjur (beräknat)	Kalium	286	271
1356 Fiskpaté m skaldjur (beräknat)	Magnesium	28	27
1356 Fiskpaté m skaldjur (beräknat)	Natrium	739	708
1356 Fiskpaté m skaldjur (beräknat)	Selen	21,3	20,4
1356 Fiskpaté m skaldjur (beräknat)	Zink	1,03	0,99

1356 Fiskpaté m skaldjur (beräknat)	Retinolekvi	94	91
1356 Fiskpaté m skaldjur (beräknat)	Retinol	85	81
1356 Fiskpaté m skaldjur (beräknat)	Vitamin D	4,48	4,3
1356 Fiskpaté m skaldjur (beräknat)	Vitamin E	1,48	1,42
1356 Fiskpaté m skaldjur (beräknat)	β-Karoten	116	111
1356 Fiskpaté m skaldjur (beräknat)	Vitamin K	4	4
1356 Fiskpaté m skaldjur (beräknat)	Tiamin	0,09	0,08
1356 Fiskpaté m skaldjur (beräknat)	Riboflavin	0,15	0,14
1356 Fiskpaté m skaldjur (beräknat)	Vitamin C	1	1
1356 Fiskpaté m skaldjur (beräknat)	Niacin	2,6	2,4
1356 Fiskpaté m skaldjur (beräknat)	Niacinekviv	5,5	5,3
1356 Fiskpaté m skaldjur (beräknat)	Vitamin B1	2,85	2,73
1356 Fiskpaté m skaldjur (beräknat)	Vitamin B6	0,33	0,31
1356 Fiskpaté m skaldjur (beräknat)	Folat	16	16
1356 Fiskpaté m skaldjur (beräknat)	Summa n-3	0	0
1356 Fiskpaté m skaldjur (beräknat)	Summa n-6	0,2	0,1
1356 Fiskpaté m skaldjur (beräknat)	Salt	1,8	1,8
1356 Fiskpaté m skaldjur (beräknat)	Summa lån	0	0
1357 Fiskfärs kokt (beräknat)	Summa mä	6,7	5,7
1357 Fiskfärs kokt (beräknat)	Summa enl	3,1	2,6
1357 Fiskfärs kokt (beräknat)	Summa flei	0,6	0,5
1357 Fiskfärs kokt (beräknat)	Fettsyra 4:(	1	0,8
1357 Fiskfärs kokt (beräknat)	Fettsyra 12	0,3	0,2
1357 Fiskfärs kokt (beräknat)	Fettsyra 14	1	0,8
1357 Fiskfärs kokt (beräknat)	Fettsyra 16	3,1	2,7
1357 Fiskfärs kokt (beräknat)	Fettsyra 18	1,2	1
1357 Fiskfärs kokt (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1357 Fiskfärs kokt (beräknat)	Fettsyra 16	0,1	0,1
1357 Fiskfärs kokt (beräknat)	Fettsyra 18	2,8	2,4
1357 Fiskfärs kokt (beräknat)	Fettsyra 18	0,4	0,3
1357 Fiskfärs kokt (beräknat)	Fettsyra 18	0,1	0,1
1357 Fiskfärs kokt (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1357 Fiskfärs kokt (beräknat)	EPA (Fettsy	0	0
1357 Fiskfärs kokt (beräknat)	DPA (Fettsy	0	0
1357 Fiskfärs kokt (beräknat)	DHA (Fettsy	0,1	0,1
1357 Fiskfärs kokt (beräknat)	Summa tra	0,3	0,2
1357 Fiskfärs kokt (beräknat)	Kolesterol	145,9	124,1
1357 Fiskfärs kokt (beräknat)	Monosacke	0,1	0,1
1357 Fiskfärs kokt (beräknat)	Disackaride	2,7	2,3
1357 Fiskfärs kokt (beräknat)	Sackaros	0	0
1357 Fiskfärs kokt (beräknat)	Energi (kJ)	880	749
1357 Fiskfärs kokt (beräknat)	Energi (kca	210	179
1357 Fiskfärs kokt (beräknat)	Aska	4	3,4
1357 Fiskfärs kokt (beräknat)	Vatten	57,9	64,2
1357 Fiskfärs kokt (beräknat)	Avfall (skal	39	33
1357 Fiskfärs kokt (beräknat)	Kolhydrate	4,9	4,1
1357 Fiskfärs kokt (beräknat)	Protein	21,2	18,1
1357 Fiskfärs kokt (beräknat)	Fibrer	0	0
1357 Fiskfärs kokt (beräknat)	Fett	11,8	10
1357 Fiskfärs kokt (beräknat)	Fosfor	284	241



1357 Fiskfärs kokt (beräknat)	Jod	161	137
1357 Fiskfärs kokt (beräknat)	Järn	0,62	0,52
1357 Fiskfärs kokt (beräknat)	Kalcium	106	90
1357 Fiskfärs kokt (beräknat)	Kalium	484	411
1357 Fiskfärs kokt (beräknat)	Magnesium	36	30
1357 Fiskfärs kokt (beräknat)	Natrium	1025	872
1357 Fiskfärs kokt (beräknat)	Selen	27	22,9
1357 Fiskfärs kokt (beräknat)	Zink	1,08	0,92
1357 Fiskfärs kokt (beräknat)	Retinolekvi	133	113
1357 Fiskfärs kokt (beräknat)	Retinol	129	110
1357 Fiskfärs kokt (beräknat)	Vitamin D	3,2	2,72
1357 Fiskfärs kokt (beräknat)	Vitamin E	2,13	1,81
1357 Fiskfärs kokt (beräknat)	β-Karoten	42	36
1357 Fiskfärs kokt (beräknat)	Vitamin K	8	7
1357 Fiskfärs kokt (beräknat)	Tiamin	0,08	0,07
1357 Fiskfärs kokt (beräknat)	Riboflavin	0,18	0,15
1357 Fiskfärs kokt (beräknat)	Vitamin C	1	1
1357 Fiskfärs kokt (beräknat)	Niacin	2,3	1,9
1357 Fiskfärs kokt (beräknat)	Niacinekviv	6,4	5,5
1357 Fiskfärs kokt (beräknat)	Vitamin B1	1,44	1,23
1357 Fiskfärs kokt (beräknat)	Vitamin B6	0,25	0,21
1357 Fiskfärs kokt (beräknat)	Folat	24	20
1357 Fiskfärs kokt (beräknat)	Summa n-3	0	0
1357 Fiskfärs kokt (beräknat)	Summa n-6	0,3	0,2
1357 Fiskfärs kokt (beräknat)	Salt	2,6	2,2
1357 Fiskfärs kokt (beräknat)	Summa lån	0	0
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	Summa mä	1,3	1,3
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	Summa enl	1	1
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	Summa flei	0,4	0,4
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	Fettsyra 4:(	0,2	0,2
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	Fettsyra 12	0,1	0,1
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	Fettsyra 14	0,2	0,2
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	Fettsyra 16	0,6	0,6
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	Fettsyra 18	0,2	0,2
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	Fettsyra 16	0	0
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	Fettsyra 18	1	0,9
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	Fettsyra 18	0,2	0,2
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	Fettsyra 18	0,1	0,1
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	EPA (Fettsy	0	0
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	DPA (Fettsy	0	0
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	DHA (Fettsy	0,1	0,1
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	Summa tra	0	0
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	Kolesterol	24,9	24,4
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	Monosacke	0,2	0,2
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	Disackaride	1	1
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	Sackaros	0,1	0,1
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	Energi (kJ)	415	406
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	Energi (kca	99	97

1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	Aska	1,5	1,5
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	Vatten	77,3	77,8
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	Avfall (skal	10	10
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	Kolhydrate	8,7	8,5
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	Protein	8,8	8,6
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	Fibrer	0,7	0,7
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	Fett	3	3
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	Fosfor	125	123
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	Jod	32	31
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	Järn	0,31	0,3
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	Kalcium	51	50
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	Kalium	305	298
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	Magnesium	17	17
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	Natrium	248	242
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	Selen	8,8	8,6
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	Zink	0,43	0,43
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	Retinolekvi	22	22
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	Retinol	14	13
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	Vitamin D	0,41	0,4
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	Vitamin E	0,46	0,45
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	β-Karoten	10	9
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	Vitamin K	0	0
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	Tiamin	0,04	0,04
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	Riboflavin	0,06	0,05
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	Vitamin C	3	3
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	Niacin	1,3	1,3
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	Niacinekviv	3	2,9
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	Vitamin B1	0,44	0,43
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	Vitamin B6	0,14	0,13
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	Folat	7	7
1358 Fiskgratäng m dillsås potatismos (beräknat)	Salt	0,6	0,6
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräl Summa mä		0,9	0,8
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräl Summa enl		1	0,9
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräl Summa flei		0,5	0,5
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräl Fettsyra 4:(		0,1	0,1
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräl Fettsyra 12		0	0
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräl Fettsyra 14		0,1	0,1
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräl Fettsyra 16		0,4	0,4
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräl Fettsyra 18		0,2	0,2
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräl Fettsyra 20		0	0
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräl Fettsyra 16		0	0
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräl Fettsyra 18		0,9	0,9
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräl Fettsyra 18		0,3	0,2
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräl Fettsyra 18		0,1	0,1
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräl Fettsyra 20		0	0
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräl EPA (Fettsy		0	0
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräl DPA (Fettsy		0	0
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräl DHA (Fettsy'		0,1	0,1
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräl Summa tra		0	0
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräl Kolesterol		38,1	36,6

1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräl Monosacke	0,2	0,1
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräl Disackaride	1,1	1
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräl Sackaros	0,1	0,1
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräl Energi (kJ)	443	425
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräl Energi (kca	106	102
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräl Aska	2,3	2,2
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräl Vatten	74,2	75,2
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräl Avfall (skal	13	13
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräl Kolhydrate	10,3	9,9
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräl Protein	9,6	9,3
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräl Fibrer	1	1
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräl Fett	2,6	2,5
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräl Fosfor	133	128
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräl Jod	62	59
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräl Järn	0,81	0,78
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräl Kalcium	66	64
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräl Kalium	311	299
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräl Magnesium	24	23
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräl Natrium	496	477
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräl Selen	11,8	11,4
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräl Zink	0,61	0,59
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräl Retinolekvi	32	30
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräl Retinol	17	16
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräl Vitamin D	0,47	0,45
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräl Vitamin E	0,64	0,62
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräl $\beta$ -Karoten	50	48
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräl Vitamin K	1	1
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräl Tiamin	0,04	0,04
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräl Riboflavin	0,06	0,05
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräl Vitamin C	2	2
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräl Niacin	1,7	1,7
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräl Niacinekviv	3,6	3,4
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräl Vitamin B1	0,66	0,64
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräl Vitamin B6	0,1	0,09
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräl Folat	9	9
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräl Salt	1,2	1,2
1361 Sillbullar (beräknat) Summa mä	1,7	1,7
1361 Sillbullar (beräknat) Summa enl	4,2	4,2
1361 Sillbullar (beräknat) Summa flei	2,2	2,2
1361 Sillbullar (beräknat) Fettsyra 4:(	0	0
1361 Sillbullar (beräknat) Fettsyra 12	0	0
1361 Sillbullar (beräknat) Fettsyra 14	0,3	0,3
1361 Sillbullar (beräknat) Fettsyra 16	0,9	0,9
1361 Sillbullar (beräknat) Fettsyra 18	0,3	0,3
1361 Sillbullar (beräknat) Fettsyra 20	0	0
1361 Sillbullar (beräknat) Fettsyra 16	0,2	0,2
1361 Sillbullar (beräknat) Fettsyra 18	3,2	3,2
1361 Sillbullar (beräknat) Fettsyra 18	1	1
1361 Sillbullar (beräknat) Fettsyra 18	0,4	0,4
1361 Sillbullar (beräknat) Fettsyra 20	0	0

1361 Sillbullar (beräknat)	EPA (Fettsy	0,2	0,2
1361 Sillbullar (beräknat)	DPA (Fettsy	0	0
1361 Sillbullar (beräknat)	DHA (Fettsy	0,3	0,3
1361 Sillbullar (beräknat)	Kolesterol	27,1	27
1361 Sillbullar (beräknat)	Energi (kJ)	684	684
1361 Sillbullar (beräknat)	Energi (kca	163	163
1361 Sillbullar (beräknat)	Aska	1,5	1,5
1361 Sillbullar (beräknat)	Vatten	67,1	67,1
1361 Sillbullar (beräknat)	Protein	8,7	8,7
1361 Sillbullar (beräknat)	Fett	8,6	8,6
1361 Sillbullar (beräknat)	Fosfor	87	87
1361 Sillbullar (beräknat)	Jod	10	10
1361 Sillbullar (beräknat)	Järn	0,87	0,87
1361 Sillbullar (beräknat)	Kalcium	19	19
1361 Sillbullar (beräknat)	Kalium	266	266
1361 Sillbullar (beräknat)	Magnesium	22	22
1361 Sillbullar (beräknat)	Natrium	317	318
1361 Sillbullar (beräknat)	Selen	6,5	6,5
1361 Sillbullar (beräknat)	Zink	1,02	1,02
1361 Sillbullar (beräknat)	Retinolekvi	46	46
1361 Sillbullar (beräknat)	Retinol	5	5
1361 Sillbullar (beräknat)	Vitamin D	1,63	1,63
1361 Sillbullar (beräknat)	Vitamin E	1,29	1,29
1361 Sillbullar (beräknat)	Tiamin	0,1	0,1
1361 Sillbullar (beräknat)	Riboflavin	0,09	0,09
1361 Sillbullar (beräknat)	Niacin	2,4	2,4
1361 Sillbullar (beräknat)	Niacinekviv	4	4
1361 Sillbullar (beräknat)	Vitamin B1	1,04	1,03
1361 Sillbullar (beräknat)	Vitamin B6	0,15	0,15
1361 Sillbullar (beräknat)	Folat	11	11
1361 Sillbullar (beräknat)	Salt	0,8	0,8
1363 Sushi lax (beräknat)	Summa mä	1	1
1363 Sushi lax (beräknat)	Summa enl	2	2
1363 Sushi lax (beräknat)	Summa flei	1,3	1,3
1363 Sushi lax (beräknat)	Fettsyra 16	0,7	0,7
1363 Sushi lax (beräknat)	Fettsyra 18	0,1	0,1
1363 Sushi lax (beräknat)	Fettsyra 18	1,5	1,4
1363 Sushi lax (beräknat)	Fettsyra 18	0,2	0,2
1363 Sushi lax (beräknat)	Fettsyra 18	0,1	0,1
1363 Sushi lax (beräknat)	Disackaride	0,2	0,2
1363 Sushi lax (beräknat)	Sackaros	0,2	0,2
1363 Sushi lax (beräknat)	Energi (kJ)	556	566
1363 Sushi lax (beräknat)	Energi (kca	133	135
1363 Sushi lax (beräknat)	Aska	1,3	1,1
1363 Sushi lax (beräknat)	Vatten	71,4	71
1363 Sushi lax (beräknat)	Kolhydrate	13,5	14,3
1363 Sushi lax (beräknat)	Protein	8,5	8,4
1363 Sushi lax (beräknat)	Fibrer	0,4	0,4
1363 Sushi lax (beräknat)	Fett	4,8	4,8
1363 Sushi lax (beräknat)	Fosfor	103	99

1363 Sushi lax (beräknat)	Jod	16	33
1363 Sushi lax (beräknat)	Järn	0,47	0,4
1363 Sushi lax (beräknat)	Kalcium	13	11
1363 Sushi lax (beräknat)	Kalium	174	171
1363 Sushi lax (beräknat)	Magnesium	17	16
1363 Sushi lax (beräknat)	Natrium	193	162
1363 Sushi lax (beräknat)	Zink	0,42	0,39
1363 Sushi lax (beräknat)	Tiamin	0,1	0,12
1363 Sushi lax (beräknat)	Riboflavin	0,05	0,05
1363 Sushi lax (beräknat)	Niacin	2,5	2,6
1363 Sushi lax (beräknat)	Niacinekviv	4	4,1
1363 Sushi lax (beräknat)	Vitamin B6	0,42	0,41
1363 Sushi lax (beräknat)	Folat	16	12
1363 Sushi lax (beräknat)	Salt	0,5	0,4
1363 Sushi lax (beräknat)	Summa långa n-3 fetts		0
1364 Sushi hälleflundra (beräknat)	Summa mä	0,4	0,4
1364 Sushi hälleflundra (beräknat)	Summa enl	0,7	0,7
1364 Sushi hälleflundra (beräknat)	Summa flei	0,6	0,6
1364 Sushi hälleflundra (beräknat)	Fettsyra 16	0,3	0,2
1364 Sushi hälleflundra (beräknat)	Fettsyra 18	0,1	0,1
1364 Sushi hälleflundra (beräknat)	Fettsyra 18	0,4	0,4
1364 Sushi hälleflundra (beräknat)	Fettsyra 18	0,1	0,1
1364 Sushi hälleflundra (beräknat)	Fettsyra 18	0	0
1364 Sushi hälleflundra (beräknat)	Disackaride	0,3	0,2
1364 Sushi hälleflundra (beräknat)	Sackaros	0,3	0,2
1364 Sushi hälleflundra (beräknat)	Energi (kJ)	452	463
1364 Sushi hälleflundra (beräknat)	Energi (kca	108	111
1364 Sushi hälleflundra (beräknat)	Aska	1,2	1
1364 Sushi hälleflundra (beräknat)	Vatten	74,1	73,7
1364 Sushi hälleflundra (beräknat)	Kolhydrate	14,4	15,3
1364 Sushi hälleflundra (beräknat)	Protein	8	7,8
1364 Sushi hälleflundra (beräknat)	Fibrer	0,4	0,5
1364 Sushi hälleflundra (beräknat)	Fett	1,9	1,8
1364 Sushi hälleflundra (beräknat)	Fosfor	100	95
1364 Sushi hälleflundra (beräknat)	Jod	7	26
1364 Sushi hälleflundra (beräknat)	Järn	0,42	0,34
1364 Sushi hälleflundra (beräknat)	Kalcium	10	8
1364 Sushi hälleflundra (beräknat)	Kalium	187	184
1364 Sushi hälleflundra (beräknat)	Magnesium	17	15
1364 Sushi hälleflundra (beräknat)	Natrium	201	169
1364 Sushi hälleflundra (beräknat)	Zink	0,46	0,43
1364 Sushi hälleflundra (beräknat)	Tiamin	0,04	0,06
1364 Sushi hälleflundra (beräknat)	Riboflavin	0,04	0,04
1364 Sushi hälleflundra (beräknat)	Niacin	3,1	3,1
1364 Sushi hälleflundra (beräknat)	Niacinekviv	4,5	4,5
1364 Sushi hälleflundra (beräknat)	Vitamin B6	0,19	0,17
1364 Sushi hälleflundra (beräknat)	Folat	10	7
1364 Sushi hälleflundra (beräknat)	Salt	0,5	0,4
1364 Sushi hälleflundra (beräknat)	Summa långa n-3 fetts		0
1365 Sushi tonfisk (beräknat)	Summa mä	0,4	0,4

1365 Sushi tonfisk (beräknat)	Summa enl	0,5	0,5
1365 Sushi tonfisk (beräknat)	Summa flei	0,5	0,5
1365 Sushi tonfisk (beräknat)	Fettsyra 16	0,3	0,2
1365 Sushi tonfisk (beräknat)	Fettsyra 18	0,1	0,1
1365 Sushi tonfisk (beräknat)	Fettsyra 18	0,3	0,3
1365 Sushi tonfisk (beräknat)	Fettsyra 18	0,1	0,1
1365 Sushi tonfisk (beräknat)	Fettsyra 18	0	0
1365 Sushi tonfisk (beräknat)	Disackaride	0,3	0,3
1365 Sushi tonfisk (beräknat)	Sackaros	0,3	0,3
1365 Sushi tonfisk (beräknat)	Energi (kJ)	469	481
1365 Sushi tonfisk (beräknat)	Energi (kca	112	115
1365 Sushi tonfisk (beräknat)	Aska	1,2	0,9
1365 Sushi tonfisk (beräknat)	Vatten	72,8	72,3
1365 Sushi tonfisk (beräknat)	Kolhydrate	16,1	17
1365 Sushi tonfisk (beräknat)	Protein	8	7,8
1365 Sushi tonfisk (beräknat)	Fibrer	0,5	0,5
1365 Sushi tonfisk (beräknat)	Fett	1,5	1,5
1365 Sushi tonfisk (beräknat)	Fosfor	99	94
1365 Sushi tonfisk (beräknat)	Jod	0	21
1365 Sushi tonfisk (beräknat)	Järn	0,47	0,38
1365 Sushi tonfisk (beräknat)	Kalcium	8	6
1365 Sushi tonfisk (beräknat)	Kalium	123	119
1365 Sushi tonfisk (beräknat)	Magnesium	23	22
1365 Sushi tonfisk (beräknat)	Natrium	214	178
1365 Sushi tonfisk (beräknat)	Zink	0,48	0,44
1365 Sushi tonfisk (beräknat)	Tiamin	0,08	0,1
1365 Sushi tonfisk (beräknat)	Riboflavin	0,08	0,08
1365 Sushi tonfisk (beräknat)	Niacin	2,5	2,6
1365 Sushi tonfisk (beräknat)	Niacinekviv	4	4
1365 Sushi tonfisk (beräknat)	Vitamin B6	0,18	0,16
1365 Sushi tonfisk (beräknat)	Folat	7	3
1365 Sushi tonfisk (beräknat)	Salt	0,5	0,4
1365 Sushi tonfisk (beräknat)	Summa långa n-3 fetts		0
1366 Sushi rulle crabfish och gurka (beräknat)	Summa mä	0,1	0
1366 Sushi rulle crabfish och gurka (beräknat)	Summa enl	0,1	0,1
1366 Sushi rulle crabfish och gurka (beräknat)	Summa flei	0,1	0,1
1366 Sushi rulle crabfish och gurka (beräknat)	Fettsyra 16	0,1	0
1366 Sushi rulle crabfish och gurka (beräknat)	Fettsyra 18	0	0
1366 Sushi rulle crabfish och gurka (beräknat)	Fettsyra 18	0,1	0,1
1366 Sushi rulle crabfish och gurka (beräknat)	Fettsyra 18	0,1	0,1
1366 Sushi rulle crabfish och gurka (beräknat)	Fettsyra 18	0	0
1366 Sushi rulle crabfish och gurka (beräknat)	Disackaride	0,1	0
1366 Sushi rulle crabfish och gurka (beräknat)	Sackaros	0,1	0
1366 Sushi rulle crabfish och gurka (beräknat)	Energi (kJ)	375	387
1366 Sushi rulle crabfish och gurka (beräknat)	Energi (kca	89	92
1366 Sushi rulle crabfish och gurka (beräknat)	Aska	1,4	1,1
1366 Sushi rulle crabfish och gurka (beräknat)	Vatten	76,8	76,3
1366 Sushi rulle crabfish och gurka (beräknat)	Kolhydrate	17,6	18,6
1366 Sushi rulle crabfish och gurka (beräknat)	Protein	3,6	3,4
1366 Sushi rulle crabfish och gurka (beräknat)	Fibrer	0,3	0,3

1366 Sushi rulle crabfish och gurka (beräknat)	Fett	0,3	0,3
1366 Sushi rulle crabfish och gurka (beräknat)	Fosfor	54	48
1366 Sushi rulle crabfish och gurka (beräknat)	Jod	5	27
1366 Sushi rulle crabfish och gurka (beräknat)	Järn	0,26	0,17
1366 Sushi rulle crabfish och gurka (beräknat)	Kalcium	19	17
1366 Sushi rulle crabfish och gurka (beräknat)	Kalium	203	200
1366 Sushi rulle crabfish och gurka (beräknat)	Magnesium	13	12
1366 Sushi rulle crabfish och gurka (beräknat)	Natrium	277	238
1366 Sushi rulle crabfish och gurka (beräknat)	Zink	0,43	0,39
1366 Sushi rulle crabfish och gurka (beräknat)	Tiamin	0,03	0,05
1366 Sushi rulle crabfish och gurka (beräknat)	Riboflavin	0,02	0,02
1366 Sushi rulle crabfish och gurka (beräknat)	Niacin	0,5	0,5
1366 Sushi rulle crabfish och gurka (beräknat)	Niacinekviv	1,1	1,1
1366 Sushi rulle crabfish och gurka (beräknat)	Vitamin B6	0,08	0,06
1366 Sushi rulle crabfish och gurka (beräknat)	Folat	8	4
1366 Sushi rulle crabfish och gurka (beräknat)	Salt	0,7	0,6
1368 Sushi olika sorter (beräknat)	Summa mä	0,5	0,4
1368 Sushi olika sorter (beräknat)	Summa enl	0,8	0,8
1368 Sushi olika sorter (beräknat)	Summa flei	0,6	0,6
1368 Sushi olika sorter (beräknat)	Fettsyra 16	0,3	0,3
1368 Sushi olika sorter (beräknat)	Fettsyra 18	0,1	0,1
1368 Sushi olika sorter (beräknat)	Fettsyra 18	0,6	0,5
1368 Sushi olika sorter (beräknat)	Fettsyra 18	0,1	0,1
1368 Sushi olika sorter (beräknat)	Fettsyra 18	0	0
1368 Sushi olika sorter (beräknat)	Disackaride	0,2	0,2
1368 Sushi olika sorter (beräknat)	Sackaros	0,2	0,2
1368 Sushi olika sorter (beräknat)	Energi (kJ)	463	474
1368 Sushi olika sorter (beräknat)	Energi (kca	111	113
1368 Sushi olika sorter (beräknat)	Aska	1,3	1
1368 Sushi olika sorter (beräknat)	Vatten	73,8	73,3
1368 Sushi olika sorter (beräknat)	Kolhydrat	15,4	16,3
1368 Sushi olika sorter (beräknat)	Protein	7	6,8
1368 Sushi olika sorter (beräknat)	Fibrer	0,4	0,4
1368 Sushi olika sorter (beräknat)	Fett	2,1	2,1
1368 Sushi olika sorter (beräknat)	Fosfor	89	84
1368 Sushi olika sorter (beräknat)	Jod	7	27
1368 Sushi olika sorter (beräknat)	Järn	0,41	0,32
1368 Sushi olika sorter (beräknat)	Kalcium	13	11
1368 Sushi olika sorter (beräknat)	Kalium	172	169
1368 Sushi olika sorter (beräknat)	Magnesium	18	16
1368 Sushi olika sorter (beräknat)	Natrium	221	187
1368 Sushi olika sorter (beräknat)	Zink	0,45	0,41
1368 Sushi olika sorter (beräknat)	Tiamin	0,06	0,08
1368 Sushi olika sorter (beräknat)	Riboflavin	0,05	0,05
1368 Sushi olika sorter (beräknat)	Niacin	2,1	2,2
1368 Sushi olika sorter (beräknat)	Niacinekviv	3,4	3,4
1368 Sushi olika sorter (beräknat)	Vitamin B6	0,22	0,2
1368 Sushi olika sorter (beräknat)	Folat	10	7
1368 Sushi olika sorter (beräknat)	Salt	0,6	0,5
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Summa mä	1,5	1,5

1462 Hjärtgryta (beräknat)	Summa enl	2	1,9
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Summa flei	0,6	0,6
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Fettsyra 12	0	0
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Fettsyra 14	0,1	0,1
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Fettsyra 16	0,8	0,7
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Fettsyra 18	0,6	0,6
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Fettsyra 16	0,1	0,1
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Fettsyra 18	1,9	1,8
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Fettsyra 18	0,4	0,4
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Fettsyra 18	0,1	0,1
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1462 Hjärtgryta (beräknat)	DPA (Fettsy	0	0
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Summa tra	0	0
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Kolesterol	64	61,4
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Monosacke	2,5	2,4
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Disackaride	1	0,9
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Sackaros	1	0,9
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Energi (kJ)	400	384
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Energi (kca	96	92
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Aska	1,3	1,2
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Vatten	80,3	81,1
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Avfall (skal	16	16
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Kolhydrate	4,3	4,1
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Protein	7,7	7,4
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Fibrer	1,4	1,4
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Fett	5	4,8
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Fosfor	90	87
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Jod	2	1
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Järn	2,46	2,36
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Kalcium	20	19
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Kalium	234	200
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Magnesium	16	16
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Natrium	229	220
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Selen	3,9	3,8
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Zink	0,74	0,71
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Retinolekvi	134	128
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Retinol	3	2
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Vitamin D	0,61	0,58
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Vitamin E	0,58	0,56
1462 Hjärtgryta (beräknat)	β-Karoten	1209	1161
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Tiamin	0,12	0,12
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Riboflavin	0,24	0,23
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Vitamin C	7	6
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Niacin	3,8	3,6
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Niacinekviv	5,2	5
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Vitamin B1	2,77	2,66
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Vitamin B6	0,11	0,11
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Folat	30	29
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Salt	0,6	0,6



1462 Hjärtgryta (beräknat)	Summa lån	0	0
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Summa mä	1	1
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Summa enl	1	0,9
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Summa flei	0,4	0,4
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Fettsyra 4:(	0,1	0,1
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Fettsyra 12	0	0
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Fettsyra 14	0,1	0,1
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Fettsyra 16	0,5	0,5
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Fettsyra 18	0,2	0,2
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Fettsyra 16	0	0
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Fettsyra 18	0,9	0,9
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Fettsyra 18	0,3	0,3
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Fettsyra 18	0,1	0,1
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	EPA (Fettsy	0	0
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	DPA (Fettsy	0	0
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	DHA (Fettsy	0	0
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Summa tra	0	0
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Kolesterol	68,6	67,3
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Monosacke	3,1	3
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Disackaride	2,2	2,1
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Sackaros	0,7	0,7
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Energi (kJ)	372	370
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Energi (kca	89	89
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Aska	1,5	1,5
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Vatten	79,1	79,2
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Avfall (skal	3	3
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Kolhydrate	10,1	10,1
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Protein	5,6	5,5
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Fibrer	0,7	0,7
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Fett	2,7	2,7
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Fosfor	109	108
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Jod	38	43
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Järn	2,42	2,35
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Kalcium	46	45
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Kalium	156	151
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Magnesium	14	13
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Natrium	316	357
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Selen	6,8	6,7
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Zink	1,17	1,15
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Retinolekvi	2078	2041
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Retinol	2065	2028
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Vitamin D	0,2	0,19
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Vitamin E	0,65	0,64
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	β-Karoten	77	76
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Vitamin K	2	2
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Tiamin	0,06	0,06
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Riboflavin	0,7	0,69
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Vitamin C	4	4

1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Niacin	2,2	2,1
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Niacinekviv	3,3	3,2
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Vitamin B1	9,2	9,03
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Vitamin B6	0,16	0,16
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Folat	219	214
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Summa n-3	0	0
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Summa n-6	0,1	0,1
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Salt	0,8	0,9
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Summa långa n-3 fetts		0
1464 Kycklinglever stuvad (beräknat)	Summa mä	1,6	1,6
1464 Kycklinglever stuvad (beräknat)	Summa enl	3,1	3,1
1464 Kycklinglever stuvad (beräknat)	Summa flei	1,9	1,9
1464 Kycklinglever stuvad (beräknat)	Fettsyra 4:(	0	0
1464 Kycklinglever stuvad (beräknat)	Fettsyra 12	0	0
1464 Kycklinglever stuvad (beräknat)	Fettsyra 14	0	0
1464 Kycklinglever stuvad (beräknat)	Fettsyra 16	1	0,9
1464 Kycklinglever stuvad (beräknat)	Fettsyra 18	0,5	0,4
1464 Kycklinglever stuvad (beräknat)	Fettsyra 16	0	0
1464 Kycklinglever stuvad (beräknat)	Fettsyra 18	3	3,1
1464 Kycklinglever stuvad (beräknat)	Fettsyra 18	1,1	1,1
1464 Kycklinglever stuvad (beräknat)	Fettsyra 18	0,4	0,4
1464 Kycklinglever stuvad (beräknat)	Summa tra	0	0
1464 Kycklinglever stuvad (beräknat)	Kolesterol	223	223,1
1464 Kycklinglever stuvad (beräknat)	Disackaride	0,4	0,2
1464 Kycklinglever stuvad (beräknat)	Sackaros	0	0,1
1464 Kycklinglever stuvad (beräknat)	Energi (kJ)	522	525
1464 Kycklinglever stuvad (beräknat)	Energi (kca	125	125
1464 Kycklinglever stuvad (beräknat)	Aska	1,9	1,9
1464 Kycklinglever stuvad (beräknat)	Vatten	75,8	75,7
1464 Kycklinglever stuvad (beräknat)	Kolhydrate	3,4	3,4
1464 Kycklinglever stuvad (beräknat)	Protein	11,2	11,2
1464 Kycklinglever stuvad (beräknat)	Fett	7,2	7,3
1464 Kycklinglever stuvad (beräknat)	Fosfor	215	210
1464 Kycklinglever stuvad (beräknat)	Jod	0	0
1464 Kycklinglever stuvad (beräknat)	Kalcium	19	11
1464 Kycklinglever stuvad (beräknat)	Kalium	254	242
1464 Kycklinglever stuvad (beräknat)	Magnesium	17	16
1464 Kycklinglever stuvad (beräknat)	Natrium	368	376
1464 Kycklinglever stuvad (beräknat)	Selen	24,1	24,2
1464 Kycklinglever stuvad (beräknat)	Zink	1,42	1,4
1464 Kycklinglever stuvad (beräknat)	Retinolekvi	4844	4844
1464 Kycklinglever stuvad (beräknat)	Retinol	4812	4813
1464 Kycklinglever stuvad (beräknat)	Vitamin D	0,6	0,61
1464 Kycklinglever stuvad (beräknat)	Vitamin E	2,09	2,35
1464 Kycklinglever stuvad (beräknat)	β-Karoten	5	13
1464 Kycklinglever stuvad (beräknat)	Vitamin K	0	1
1464 Kycklinglever stuvad (beräknat)	Tiamin	0,2	0,2
1464 Kycklinglever stuvad (beräknat)	Riboflavin	1,05	1,05
1464 Kycklinglever stuvad (beräknat)	Niacin	7,2	7,2
1464 Kycklinglever stuvad (beräknat)	Niacinekviv	9,2	9,2

1464 Kycklinglever stuvad (beräknat)	Vitamin B1	10,53	10,54
1464 Kycklinglever stuvad (beräknat)	Vitamin B6	0,24	0,24
1464 Kycklinglever stuvad (beräknat)	Folat	360	360
1464 Kycklinglever stuvad (beräknat)	Salt	0,9	0,9
1480 Paté på köttfärs kycklinglever (beräknat)	Summa mä	4,2	4,3
1480 Paté på köttfärs kycklinglever (beräknat)	Summa enl	4,6	4,5
1480 Paté på köttfärs kycklinglever (beräknat)	Summa flei	1,4	1,3
1480 Paté på köttfärs kycklinglever (beräknat)	Fettsyra 4:(	0	0
1480 Paté på köttfärs kycklinglever (beräknat)	Fettsyra 12	0	0
1480 Paté på köttfärs kycklinglever (beräknat)	Fettsyra 14	0,2	0,2
1480 Paté på köttfärs kycklinglever (beräknat)	Fettsyra 16	2,3	2,4
1480 Paté på köttfärs kycklinglever (beräknat)	Fettsyra 18	1,6	1,6
1480 Paté på köttfärs kycklinglever (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1480 Paté på köttfärs kycklinglever (beräknat)	Fettsyra 16	0,3	0,3
1480 Paté på köttfärs kycklinglever (beräknat)	Fettsyra 18	4,2	4,1
1480 Paté på köttfärs kycklinglever (beräknat)	Fettsyra 18	0,9	0,9
1480 Paté på köttfärs kycklinglever (beräknat)	Fettsyra 18	0,1	0,1
1480 Paté på köttfärs kycklinglever (beräknat)	Fettsyra 20	0,1	0,1
1480 Paté på köttfärs kycklinglever (beräknat)	EPA (Fettsy	0	0
1480 Paté på köttfärs kycklinglever (beräknat)	DPA (Fettsy	0	0
1480 Paté på köttfärs kycklinglever (beräknat)	DHA (Fettsy	0,1	0,1
1480 Paté på köttfärs kycklinglever (beräknat)	Summa tra	0	0
1480 Paté på köttfärs kycklinglever (beräknat)	Kolesterol	175	162,7
1480 Paté på köttfärs kycklinglever (beräknat)	Monosacke	0,4	0,3
1480 Paté på köttfärs kycklinglever (beräknat)	Disackaride	0,3	0,3
1480 Paté på köttfärs kycklinglever (beräknat)	Sackaros	0,3	0,3
1480 Paté på köttfärs kycklinglever (beräknat)	Energi (kJ)	783	754
1480 Paté på köttfärs kycklinglever (beräknat)	Energi (kca	187	180
1480 Paté på köttfärs kycklinglever (beräknat)	Aska	2,5	2,4
1480 Paté på köttfärs kycklinglever (beräknat)	Vatten	64,2	66,1
1480 Paté på köttfärs kycklinglever (beräknat)	Avfall (skal	2	1
1480 Paté på köttfärs kycklinglever (beräknat)	Kolhydrat	4,7	4,4
1480 Paté på köttfärs kycklinglever (beräknat)	Protein	17,2	15,8
1480 Paté på köttfärs kycklinglever (beräknat)	Fibrer	0,1	0,1
1480 Paté på köttfärs kycklinglever (beräknat)	Fett	11,1	11,1
1480 Paté på köttfärs kycklinglever (beräknat)	Fosfor	209	195
1480 Paté på köttfärs kycklinglever (beräknat)	Jod	55	51
1480 Paté på köttfärs kycklinglever (beräknat)	Järn	3,74	3,45
1480 Paté på köttfärs kycklinglever (beräknat)	Kalcium	19	18
1480 Paté på köttfärs kycklinglever (beräknat)	Kalium	261	246
1480 Paté på köttfärs kycklinglever (beräknat)	Magnesium	20	20
1480 Paté på köttfärs kycklinglever (beräknat)	Natrium	647	596
1480 Paté på köttfärs kycklinglever (beräknat)	Selen	19,1	18,1
1480 Paté på köttfärs kycklinglever (beräknat)	Zink	3,7	3,35
1480 Paté på köttfärs kycklinglever (beräknat)	Retinolekvi	2589	2407
1480 Paté på köttfärs kycklinglever (beräknat)	Retinol	2578	2397
1480 Paté på köttfärs kycklinglever (beräknat)	Vitamin D	0,62	0,59
1480 Paté på köttfärs kycklinglever (beräknat)	Vitamin E	1,5	1,48
1480 Paté på köttfärs kycklinglever (beräknat)	β-Karoten	4	4
1480 Paté på köttfärs kycklinglever (beräknat)	Vitamin K	3	3

1480 Paté på köttfärs kycklinglever (beräknat)	Tiamin	0,19	0,16
1480 Paté på köttfärs kycklinglever (beräknat)	Riboflavin	0,69	0,6
1480 Paté på köttfärs kycklinglever (beräknat)	Vitamin C	6	5
1480 Paté på köttfärs kycklinglever (beräknat)	Niacin	5,5	5,6
1480 Paté på köttfärs kycklinglever (beräknat)	Niacinekviv	8,8	8,6
1480 Paté på köttfärs kycklinglever (beräknat)	Vitamin B1	6,82	6,4
1480 Paté på köttfärs kycklinglever (beräknat)	Vitamin B6	0,38	0,32
1480 Paté på köttfärs kycklinglever (beräknat)	Folat	186	173
1480 Paté på köttfärs kycklinglever (beräknat)	Summa n-3	0	0
1480 Paté på köttfärs kycklinglever (beräknat)	Summa n-6	0,1	0,1
1480 Paté på köttfärs kycklinglever (beräknat)	Salt	1,6	1,5
1594 Sött vetebröd kanelbullar hembakta (beräknat Summa mä		1,5	1,5
1594 Sött vetebröd kanelbullar hembakta (beräknat Summa enl		6,3	6,3
1594 Sött vetebröd kanelbullar hembakta (beräknat Summa flei		3,3	3,3
1594 Sött vetebröd kanelbullar hembakta (beräknat Fettsyra 4:(		0	0
1594 Sött vetebröd kanelbullar hembakta (beräknat Fettsyra 12		0	0
1594 Sött vetebröd kanelbullar hembakta (beräknat Fettsyra 14		0,1	0,1
1594 Sött vetebröd kanelbullar hembakta (beräknat Fettsyra 16		0,7	0,7
1594 Sött vetebröd kanelbullar hembakta (beräknat Fettsyra 18		0,3	0,3
1594 Sött vetebröd kanelbullar hembakta (beräknat Fettsyra 16		0	0
1594 Sött vetebröd kanelbullar hembakta (beräknat Fettsyra 18		6,2	6,2
1594 Sött vetebröd kanelbullar hembakta (beräknat Fettsyra 18		2,3	2,3
1594 Sött vetebröd kanelbullar hembakta (beräknat Fettsyra 18		0,9	0,9
1594 Sött vetebröd kanelbullar hembakta (beräknat Fettsyra 20		0	0
1594 Sött vetebröd kanelbullar hembakta (beräknat DHA (Fetts		0	0
1594 Sött vetebröd kanelbullar hembakta (beräknat Summa tra		0,1	0,1
1594 Sött vetebröd kanelbullar hembakta (beräknat Kolesterol		11	10,9
1594 Sött vetebröd kanelbullar hembakta (beräknat Monosacke		0	0
1594 Sött vetebröd kanelbullar hembakta (beräknat Disackaride		9,4	9,4
1594 Sött vetebröd kanelbullar hembakta (beräknat Sackaros		7,5	7,4
1594 Sött vetebröd kanelbullar hembakta (beräknat Energi (kJ)		1317	1309
1594 Sött vetebröd kanelbullar hembakta (beräknat Energi (kca		315	313
1594 Sött vetebröd kanelbullar hembakta (beräknat Aska		1,1	1,1
1594 Sött vetebröd kanelbullar hembakta (beräknat Vatten		33,7	34,1
1594 Sött vetebröd kanelbullar hembakta (beräknat Avfall (skal		0	0
1594 Sött vetebröd kanelbullar hembakta (beräknat Kolhydrate		45,1	44,8
1594 Sött vetebröd kanelbullar hembakta (beräknat Protein		6,6	6,6
1594 Sött vetebröd kanelbullar hembakta (beräknat Fibrer		1,3	1,3
1594 Sött vetebröd kanelbullar hembakta (beräknat Fett		11,6	11,5
1594 Sött vetebröd kanelbullar hembakta (beräknat Fosfor		100	99
1594 Sött vetebröd kanelbullar hembakta (beräknat Jod		25	25
1594 Sött vetebröd kanelbullar hembakta (beräknat Järn		0,78	0,77
1594 Sött vetebröd kanelbullar hembakta (beräknat Kalcium		44	44
1594 Sött vetebröd kanelbullar hembakta (beräknat Kalium		128	127
1594 Sött vetebröd kanelbullar hembakta (beräknat Magnesium		18	18
1594 Sött vetebröd kanelbullar hembakta (beräknat Natrium		240	239
1594 Sött vetebröd kanelbullar hembakta (beräknat Selen		2,4	2,4
1594 Sött vetebröd kanelbullar hembakta (beräknat Zink		0,68	0,67
1594 Sött vetebröd kanelbullar hembakta (beräknat Retinolekvi		112	111
1594 Sött vetebröd kanelbullar hembakta (beräknat Retinol		19	19

1594	Sött vetebröd kanelbullar hembakta (beräknat Vitamin D	1,4	1,39
1594	Sött vetebröd kanelbullar hembakta (beräknat Vitamin E	2,55	2,54
1594	Sött vetebröd kanelbullar hembakta (beräknat $\beta$ -Karoten	2	2
1594	Sött vetebröd kanelbullar hembakta (beräknat Vitamin K	1	1
1594	Sött vetebröd kanelbullar hembakta (beräknat Tiamin	0,22	0,22
1594	Sött vetebröd kanelbullar hembakta (beräknat Riboflavin	0,15	0,14
1594	Sött vetebröd kanelbullar hembakta (beräknat Vitamin C	1	1
1594	Sött vetebröd kanelbullar hembakta (beräknat Niacin	2,3	2,3
1594	Sött vetebröd kanelbullar hembakta (beräknat Niacinekviv	3,4	3,4
1594	Sött vetebröd kanelbullar hembakta (beräknat Vitamin B1	0,13	0,13
1594	Sött vetebröd kanelbullar hembakta (beräknat Vitamin B6	0,15	0,15
1594	Sött vetebröd kanelbullar hembakta (beräknat Folat	39	38
1594	Sött vetebröd kanelbullar hembakta (beräknat Summa n-3	0	0
1594	Sött vetebröd kanelbullar hembakta (beräknat Summa n- $\epsilon$	0	0
1594	Sött vetebröd kanelbullar hembakta (beräknat Salt	0,6	0,6
1609	Sött vetebröd på bakpulver (beräknat) Summa mä	1,2	1,2
1609	Sött vetebröd på bakpulver (beräknat) Summa enl	4,3	4,3
1609	Sött vetebröd på bakpulver (beräknat) Summa flei	2,4	2,4
1609	Sött vetebröd på bakpulver (beräknat) Fettsyra 4:(	0	0
1609	Sött vetebröd på bakpulver (beräknat) Fettsyra 12	0	0
1609	Sött vetebröd på bakpulver (beräknat) Fettsyra 14	0,1	0,1
1609	Sött vetebröd på bakpulver (beräknat) Fettsyra 16	0,6	0,6
1609	Sött vetebröd på bakpulver (beräknat) Fettsyra 18	0,2	0,2
1609	Sött vetebröd på bakpulver (beräknat) Fettsyra 16	0	0
1609	Sött vetebröd på bakpulver (beräknat) Fettsyra 18	4,2	4,2
1609	Sött vetebröd på bakpulver (beräknat) Fettsyra 18	1,7	1,7
1609	Sött vetebröd på bakpulver (beräknat) Fettsyra 18	0,6	0,6
1609	Sött vetebröd på bakpulver (beräknat) Fettsyra 20	0	0
1609	Sött vetebröd på bakpulver (beräknat) DHA (Fettsy	0	0
1609	Sött vetebröd på bakpulver (beräknat) Summa tra	0,1	0,1
1609	Sött vetebröd på bakpulver (beräknat) Kolesterol	12,1	12
1609	Sött vetebröd på bakpulver (beräknat) Monosacke	0	0
1609	Sött vetebröd på bakpulver (beräknat) Disackaride	7,7	7,6
1609	Sött vetebröd på bakpulver (beräknat) Sackaros	5,5	5,5
1609	Sött vetebröd på bakpulver (beräknat) Energi (kJ)	1243	1236
1609	Sött vetebröd på bakpulver (beräknat) Energi (kca	297	295
1609	Sött vetebröd på bakpulver (beräknat) Aska	1,8	1,8
1609	Sött vetebröd på bakpulver (beräknat) Vatten	34,1	34,4
1609	Sött vetebröd på bakpulver (beräknat) Avfall (skal	0	0
1609	Sött vetebröd på bakpulver (beräknat) Kolhydrat	47,5	47,2
1609	Sött vetebröd på bakpulver (beräknat) Protein	6,9	6,9
1609	Sött vetebröd på bakpulver (beräknat) Fibrer	1,4	1,4
1609	Sött vetebröd på bakpulver (beräknat) Fett	8,3	8,2
1609	Sött vetebröd på bakpulver (beräknat) Fosfor	287	285
1609	Sött vetebröd på bakpulver (beräknat) Jod	6	6
1609	Sött vetebröd på bakpulver (beräknat) Järn	0,71	0,7
1609	Sött vetebröd på bakpulver (beräknat) Kalcium	302	301
1609	Sött vetebröd på bakpulver (beräknat) Kalium	123	123
1609	Sött vetebröd på bakpulver (beräknat) Magnesium	18	18
1609	Sött vetebröd på bakpulver (beräknat) Natrium	332	330

1609 Sött vetebröd på bakpulver (beräknat)	Selen	2,6	2,6
1609 Sött vetebröd på bakpulver (beräknat)	Zink	0,67	0,67
1609 Sött vetebröd på bakpulver (beräknat)	Retinolekvi	80	79
1609 Sött vetebröd på bakpulver (beräknat)	Retinol	21	21
1609 Sött vetebröd på bakpulver (beräknat)	Vitamin D	1	0,99
1609 Sött vetebröd på bakpulver (beräknat)	Vitamin E	1,84	1,83
1609 Sött vetebröd på bakpulver (beräknat)	β-Karoten	2	2
1609 Sött vetebröd på bakpulver (beräknat)	Vitamin K	1	1
1609 Sött vetebröd på bakpulver (beräknat)	Tiamin	0,22	0,22
1609 Sött vetebröd på bakpulver (beräknat)	Riboflavin	0,11	0,11
1609 Sött vetebröd på bakpulver (beräknat)	Vitamin C	1	1
1609 Sött vetebröd på bakpulver (beräknat)	Niacin	2,2	2,1
1609 Sött vetebröd på bakpulver (beräknat)	Niacinekviv	3,4	3,4
1609 Sött vetebröd på bakpulver (beräknat)	Vitamin B1	0,15	0,15
1609 Sött vetebröd på bakpulver (beräknat)	Vitamin B6	0,15	0,15
1609 Sött vetebröd på bakpulver (beräknat)	Folat	13	12
1609 Sött vetebröd på bakpulver (beräknat)	Summa n-3	0	0
1609 Sött vetebröd på bakpulver (beräknat)	Summa n-6	0	0
1609 Sött vetebröd på bakpulver (beräknat)	Salt	0,8	0,8
1610 Saffransbröd (beräknat)	Summa mä	1,4	1,4
1610 Saffransbröd (beräknat)	Summa enl	4,2	4,1
1610 Saffransbröd (beräknat)	Summa flei	2,3	2,2
1610 Saffransbröd (beräknat)	Fettsyra 4:(	0,1	0,1
1610 Saffransbröd (beräknat)	Fettsyra 12	0	0
1610 Saffransbröd (beräknat)	Fettsyra 14	0,1	0,1
1610 Saffransbröd (beräknat)	Fettsyra 16	0,7	0,7
1610 Saffransbröd (beräknat)	Fettsyra 18	0,3	0,3
1610 Saffransbröd (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1610 Saffransbröd (beräknat)	Fettsyra 16	0	0
1610 Saffransbröd (beräknat)	Fettsyra 18	4,1	4,1
1610 Saffransbröd (beräknat)	Fettsyra 18	1,6	1,6
1610 Saffransbröd (beräknat)	Fettsyra 18	0,6	0,6
1610 Saffransbröd (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1610 Saffransbröd (beräknat)	DHA (Fettsy	0	0
1610 Saffransbröd (beräknat)	Summa tra	0,1	0,1
1610 Saffransbröd (beräknat)	Kolesterol	12,8	12,7
1610 Saffransbröd (beräknat)	Monosacke	2,1	2
1610 Saffransbröd (beräknat)	Disackaride	9,8	9,8
1610 Saffransbröd (beräknat)	Sackaros	7,9	7,8
1610 Saffransbröd (beräknat)	Energi (kJ)	1256	1247
1610 Saffransbröd (beräknat)	Energi (kca	300	298
1610 Saffransbröd (beräknat)	Aska	0,7	0,7
1610 Saffransbröd (beräknat)	Vatten	34,3	34,8
1610 Saffransbröd (beräknat)	Avfall (skal	0	0
1610 Saffransbröd (beräknat)	Kolhydrate	48,3	47,9
1610 Saffransbröd (beräknat)	Protein	6,8	6,8
1610 Saffransbröd (beräknat)	Fibrer	1,6	1,6
1610 Saffransbröd (beräknat)	Fett	8,3	8,2
1610 Saffransbröd (beräknat)	Fosfor	104	103
1610 Saffransbröd (beräknat)	Jod	6	6

1610 Saffransbröd (beräknat)	Järn	0,88	0,87
1610 Saffransbröd (beräknat)	Kalcium	46	45
1610 Saffransbröd (beräknat)	Kalium	155	154
1610 Saffransbröd (beräknat)	Magnesium	19	19
1610 Saffransbröd (beräknat)	Natrium	63	62
1610 Saffransbröd (beräknat)	Selen	2,5	2,4
1610 Saffransbröd (beräknat)	Zink	0,7	0,69
1610 Saffransbröd (beräknat)	Retinolekvi	76	75
1610 Saffransbröd (beräknat)	Retinol	14	14
1610 Saffransbröd (beräknat)	Vitamin D	0,82	0,81
1610 Saffransbröd (beräknat)	Vitamin E	1,77	1,76
1610 Saffransbröd (beräknat)	β-Karoten	4	4
1610 Saffransbröd (beräknat)	Vitamin K	1	1
1610 Saffransbröd (beräknat)	Tiamin	0,22	0,22
1610 Saffransbröd (beräknat)	Riboflavin	0,15	0,15
1610 Saffransbröd (beräknat)	Vitamin C	1	1
1610 Saffransbröd (beräknat)	Niacin	2,3	2,3
1610 Saffransbröd (beräknat)	Niacinekviv	3,5	3,5
1610 Saffransbröd (beräknat)	Vitamin B1	0,14	0,14
1610 Saffransbröd (beräknat)	Vitamin B6	0,16	0,16
1610 Saffransbröd (beräknat)	Folat	40	40
1610 Saffransbröd (beräknat)	Summa n-3	0	0
1610 Saffransbröd (beräknat)	Summa n-6	0	0
1610 Saffransbröd (beräknat)	Salt	0,2	0,2
1639 Mördeg gräddad (beräknat)	Summa mä	13,6	13,6
1639 Mördeg gräddad (beräknat)	Summa enl	12,8	12,8
1639 Mördeg gräddad (beräknat)	Summa flei	7,9	7,9
1639 Mördeg gräddad (beräknat)	Fettsyra 4:(	0,1	0,1
1639 Mördeg gräddad (beräknat)	Fettsyra 12	0,8	0,8
1639 Mördeg gräddad (beräknat)	Fettsyra 14	0,5	0,5
1639 Mördeg gräddad (beräknat)	Fettsyra 16	9,9	9,9
1639 Mördeg gräddad (beräknat)	Fettsyra 18	1,1	1,1
1639 Mördeg gräddad (beräknat)	Fettsyra 16	0	0
1639 Mördeg gräddad (beräknat)	Fettsyra 18	14,4	14,4
1639 Mördeg gräddad (beräknat)	Fettsyra 18	4,7	4,7
1639 Mördeg gräddad (beräknat)	Fettsyra 18	1,8	1,8
1639 Mördeg gräddad (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1639 Mördeg gräddad (beräknat)	DHA (Fetts'	0	0
1639 Mördeg gräddad (beräknat)	Summa tra	0,2	0,2
1639 Mördeg gräddad (beräknat)	Kolesterol	28,8	28,7
1639 Mördeg gräddad (beräknat)	Monosacke	0	0
1639 Mördeg gräddad (beräknat)	Disackaride	7	7
1639 Mördeg gräddad (beräknat)	Sackaros	6,3	6,3
1639 Mördeg gräddad (beräknat)	Energi (kJ)	2120	2118
1639 Mördeg gräddad (beräknat)	Energi (kca	507	506
1639 Mördeg gräddad (beräknat)	Aska	0,9	0,9
1639 Mördeg gräddad (beräknat)	Vatten	14,4	14,6
1639 Mördeg gräddad (beräknat)	Kolhydrate	42,8	42,7
1639 Mördeg gräddad (beräknat)	Protein	5,7	5,7
1639 Mördeg gräddad (beräknat)	Fibrer	1,3	1,3

1639 Mördeg gräddad (beräknat)	Fett	34,8	34,7
1639 Mördeg gräddad (beräknat)	Fosfor	73	73
1639 Mördeg gräddad (beräknat)	Jod	3	3
1639 Mördeg gräddad (beräknat)	Järn	0,68	0,68
1639 Mördeg gräddad (beräknat)	Kalcium	13	13
1639 Mördeg gräddad (beräknat)	Kalium	65	65
1639 Mördeg gräddad (beräknat)	Magnesium	13	13
1639 Mördeg gräddad (beräknat)	Natrium	251	251
1639 Mördeg gräddad (beräknat)	Selen	2,9	2,9
1639 Mördeg gräddad (beräknat)	Zink	0,5	0,49
1639 Mördeg gräddad (beräknat)	Retinolekvi	352	351
1639 Mördeg gräddad (beräknat)	Retinol	20	20
1639 Mördeg gräddad (beräknat)	Vitamin D	4,26	4,25
1639 Mördeg gräddad (beräknat)	Vitamin E	5,66	5,65
1639 Mördeg gräddad (beräknat)	Vitamin K	3	3
1639 Mördeg gräddad (beräknat)	Tiamin	0,19	0,19
1639 Mördeg gräddad (beräknat)	Riboflavin	0,07	0,07
1639 Mördeg gräddad (beräknat)	Vitamin C	1	1
1639 Mördeg gräddad (beräknat)	Niacin	2	2
1639 Mördeg gräddad (beräknat)	Niacinekviv	2,9	2,9
1639 Mördeg gräddad (beräknat)	Vitamin B1	0,1	0,1
1639 Mördeg gräddad (beräknat)	Vitamin B6	0,13	0,13
1639 Mördeg gräddad (beräknat)	Folat	14	14
1639 Mördeg gräddad (beräknat)	Summa n-3	0	0
1639 Mördeg gräddad (beräknat)	Summa n-6	0,1	0,1
1639 Mördeg gräddad (beräknat)	Salt	0,6	0,6
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Summa mä	9,9	9,8
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Summa enl	5,1	5
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Summa flei	0,9	0,9
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Fettsyra 4:(	1	1
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Fettsyra 12	0,4	0,4
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Fettsyra 14	1,5	1,4
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Fettsyra 16	4,9	4,9
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Fettsyra 18	1,8	1,7
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Fettsyra 16	0,3	0,3
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Fettsyra 18	4,5	4,4
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Fettsyra 18	0,7	0,7
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Fettsyra 18	0,1	0,1
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	EPA (Fettsy	0	0
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	DPA (Fettsy	0	0
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	DHA (Fettsy	0	0
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Summa tra	0,4	0,4
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Kolesterol	132,6	130,9
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Monosacke	0,2	0,2
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Disackaride	43,7	43,1
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Sackaros	43,6	43
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Energi (kJ)	1625	1606
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Energi (kca	388	384



1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Aska	1,1	1,1
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Vatten	22,6	23,6
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Avfall (skal	3	3
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Kolhydrate	54,2	53,5
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Protein	4	4
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Fibrer	0,9	0,9
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Fett	17	16,8
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Fosfor	141	139
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Jod	8	8
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Järn	0,77	0,76
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Kalcium	118	117
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Kalium	113	112
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Magnesium	15	15
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Natrium	220	218
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Selen	6,1	6
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Zink	0,57	0,56
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Retinolekvi	180	178
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Retinol	175	173
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Vitamin D	0,47	0,46
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Vitamin E	1,79	1,76
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	β-Karoten	64	63
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Vitamin K	8	8
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Tiamin	0,03	0,03
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Riboflavin	0,1	0,1
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Vitamin C	0	0
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Niacin	0,1	0,1
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Niacinekviv	1,1	1,1
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Vitamin B1	0,33	0,32
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Vitamin B6	0,03	0,03
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Folat	18	18
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Summa n-3	0	0
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Summa n-6	0,3	0,3
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)	Salt	0,6	0,5
1663 Chokladrutor m glasyr o riven kokos (beräknat Summa mä		4,5	4,5
1663 Chokladrutor m glasyr o riven kokos (beräknat Summa enl		8,4	8,4
1663 Chokladrutor m glasyr o riven kokos (beräknat Summa flei		4,1	4,1
1663 Chokladrutor m glasyr o riven kokos (beräknat Fettsyra 4:(		0,5	0,5
1663 Chokladrutor m glasyr o riven kokos (beräknat Fettsyra 12		1,3	1,3
1663 Chokladrutor m glasyr o riven kokos (beräknat Fettsyra 14		0,5	0,5
1663 Chokladrutor m glasyr o riven kokos (beräknat Fettsyra 16		1,1	1,1
1663 Chokladrutor m glasyr o riven kokos (beräknat Fettsyra 18		0,5	0,5
1663 Chokladrutor m glasyr o riven kokos (beräknat Fettsyra 20		0	0
1663 Chokladrutor m glasyr o riven kokos (beräknat Fettsyra 16		0	0
1663 Chokladrutor m glasyr o riven kokos (beräknat Fettsyra 18		8,3	8,2
1663 Chokladrutor m glasyr o riven kokos (beräknat Fettsyra 18		2,8	2,8
1663 Chokladrutor m glasyr o riven kokos (beräknat Fettsyra 18		1,1	1,1
1663 Chokladrutor m glasyr o riven kokos (beräknat Fettsyra 20		0	0
1663 Chokladrutor m glasyr o riven kokos (beräknat DHA (Fetts'		0	0
1663 Chokladrutor m glasyr o riven kokos (beräknat Summa tra		0,1	0,1
1663 Chokladrutor m glasyr o riven kokos (beräknat Kolesterol		27,7	27,5

1663 Chokladrutor m glasyr o riven kokos (beräknat Monosackarid)	0,1	0,1
1663 Chokladrutor m glasyr o riven kokos (beräknat Disackarid)	38,6	38,4
1663 Chokladrutor m glasyr o riven kokos (beräknat Sackaros)	37,7	37,5
1663 Chokladrutor m glasyr o riven kokos (beräknat Energi (kJ))	1642	1634
1663 Chokladrutor m glasyr o riven kokos (beräknat Energi (kcal))	392	391
1663 Chokladrutor m glasyr o riven kokos (beräknat Aska)	1	1
1663 Chokladrutor m glasyr o riven kokos (beräknat Vatten)	21,9	22,3
1663 Chokladrutor m glasyr o riven kokos (beräknat Avfall (skal))	1	1
1663 Chokladrutor m glasyr o riven kokos (beräknat Kolhydrat)	53,9	53,6
1663 Chokladrutor m glasyr o riven kokos (beräknat Protein)	3,9	3,9
1663 Chokladrutor m glasyr o riven kokos (beräknat Fiber)	1,8	1,8
1663 Chokladrutor m glasyr o riven kokos (beräknat Fett)	17,5	17,4
1663 Chokladrutor m glasyr o riven kokos (beräknat Fosfor)	128	127
1663 Chokladrutor m glasyr o riven kokos (beräknat Jod)	4	4
1663 Chokladrutor m glasyr o riven kokos (beräknat Järn)	0,59	0,59
1663 Chokladrutor m glasyr o riven kokos (beräknat Kalcium)	112	111
1663 Chokladrutor m glasyr o riven kokos (beräknat Kalium)	99	98
1663 Chokladrutor m glasyr o riven kokos (beräknat Magnesium)	14	14
1663 Chokladrutor m glasyr o riven kokos (beräknat Natrium)	203	202
1663 Chokladrutor m glasyr o riven kokos (beräknat Selen)	2,6	2,5
1663 Chokladrutor m glasyr o riven kokos (beräknat Zink)	0,47	0,47
1663 Chokladrutor m glasyr o riven kokos (beräknat Retinolekvid)	147	147
1663 Chokladrutor m glasyr o riven kokos (beräknat Retinol)	21	21
1663 Chokladrutor m glasyr o riven kokos (beräknat Vitamin D)	1,69	1,68
1663 Chokladrutor m glasyr o riven kokos (beräknat Vitamin E)	3,37	3,35
1663 Chokladrutor m glasyr o riven kokos (beräknat $\beta$ -Karoten)	2	2
1663 Chokladrutor m glasyr o riven kokos (beräknat Vitamin K)	3	3
1663 Chokladrutor m glasyr o riven kokos (beräknat Tiamin)	0,09	0,09
1663 Chokladrutor m glasyr o riven kokos (beräknat Riboflavin)	0,07	0,07
1663 Chokladrutor m glasyr o riven kokos (beräknat Vitamin C)	0	0
1663 Chokladrutor m glasyr o riven kokos (beräknat Niacin)	0,9	0,9
1663 Chokladrutor m glasyr o riven kokos (beräknat Niacinekvivalent)	1,6	1,6
1663 Chokladrutor m glasyr o riven kokos (beräknat Vitamin B1)	0,14	0,14
1663 Chokladrutor m glasyr o riven kokos (beräknat Vitamin B6)	0,08	0,08
1663 Chokladrutor m glasyr o riven kokos (beräknat Folat)	10	10
1663 Chokladrutor m glasyr o riven kokos (beräknat Summa n-3)	0	0
1663 Chokladrutor m glasyr o riven kokos (beräknat Summa n-6)	0,1	0,1
1663 Chokladrutor m glasyr o riven kokos (beräknat Salt)	0,5	0,5
1664 Mjuk kaka med glasyr typ Ambrosiakaka (beräknat Summa mättade)	5,7	1,8
1664 Mjuk kaka med glasyr typ Ambrosiakaka (beräknat Summa enmättade)	9,8	8,4
1664 Mjuk kaka med glasyr typ Ambrosiakaka (beräknat Summa fleromättade)	5,3	4,2
1664 Mjuk kaka med glasyr typ Ambrosiakaka (beräknat Fettsyra 4:1)	0	0
1664 Mjuk kaka med glasyr typ Ambrosiakaka (beräknat Fettsyra 12:1)	0,3	0
1664 Mjuk kaka med glasyr typ Ambrosiakaka (beräknat Fettsyra 14:1)	0,2	0
1664 Mjuk kaka med glasyr typ Ambrosiakaka (beräknat Fettsyra 16:1)	3,9	0,9
1664 Mjuk kaka med glasyr typ Ambrosiakaka (beräknat Fettsyra 18:1)	0,7	0,4
1664 Mjuk kaka med glasyr typ Ambrosiakaka (beräknat Fettsyra 16:2)	0	0
1664 Mjuk kaka med glasyr typ Ambrosiakaka (beräknat Fettsyra 18:2)	10,2	8,2
1664 Mjuk kaka med glasyr typ Ambrosiakaka (beräknat Fettsyra 18:3)	3,4	2,8
1664 Mjuk kaka med glasyr typ Ambrosiakaka (beräknat Fettsyra 18:4)	1,3	1,1

1664	Mjuk kaka med glasyr typ Ambrosiakaka (beräl Fettsyra 20	0	0
1664	Mjuk kaka med glasyr typ Ambrosiakaka (beräl DHA (Fettsy	0	0
1664	Mjuk kaka med glasyr typ Ambrosiakaka (beräl Summa tra	0,1	0,1
1664	Mjuk kaka med glasyr typ Ambrosiakaka (beräl Kolesterol	56,8	40,4
1664	Mjuk kaka med glasyr typ Ambrosiakaka (beräl Monosacke	0,2	2,8
1664	Mjuk kaka med glasyr typ Ambrosiakaka (beräl Disackaride	32,8	33,6
1664	Mjuk kaka med glasyr typ Ambrosiakaka (beräl Sackaros	32,4	33,3
1664	Mjuk kaka med glasyr typ Ambrosiakaka (beräl Energi (kJ)	1809	1512
1664	Mjuk kaka med glasyr typ Ambrosiakaka (beräl Energi (kca	432	361
1664	Mjuk kaka med glasyr typ Ambrosiakaka (beräl Aska	1,2	0,8
1664	Mjuk kaka med glasyr typ Ambrosiakaka (beräl Vatten	16,8	27,1
1664	Mjuk kaka med glasyr typ Ambrosiakaka (beräl Avfall (skal	2	1
1664	Mjuk kaka med glasyr typ Ambrosiakaka (beräl Kolhydrat	54,8	52,9
1664	Mjuk kaka med glasyr typ Ambrosiakaka (beräl Protein	5,2	3,7
1664	Mjuk kaka med glasyr typ Ambrosiakaka (beräl Fibrer	0,8	0,7
1664	Mjuk kaka med glasyr typ Ambrosiakaka (beräl Fett	21,2	14,7
1664	Mjuk kaka med glasyr typ Ambrosiakaka (beräl Fosfor	154	99
1664	Mjuk kaka med glasyr typ Ambrosiakaka (beräl Jod	5	4
1664	Mjuk kaka med glasyr typ Ambrosiakaka (beräl Järn	0,64	0,53
1664	Mjuk kaka med glasyr typ Ambrosiakaka (beräl Kalcium	133	85
1664	Mjuk kaka med glasyr typ Ambrosiakaka (beräl Kalium	64	65
1664	Mjuk kaka med glasyr typ Ambrosiakaka (beräl Magnesium	10	8
1664	Mjuk kaka med glasyr typ Ambrosiakaka (beräl Natrium	289	184
1664	Mjuk kaka med glasyr typ Ambrosiakaka (beräl Selen	4,5	3,3
1664	Mjuk kaka med glasyr typ Ambrosiakaka (beräl Zink	0,49	0,34
1664	Mjuk kaka med glasyr typ Ambrosiakaka (beräl Retinolekvi	228	157
1664	Mjuk kaka med glasyr typ Ambrosiakaka (beräl Retinol	39	28
1664	Mjuk kaka med glasyr typ Ambrosiakaka (beräl Vitamin D	2,6	1,77
1664	Mjuk kaka med glasyr typ Ambrosiakaka (beräl Vitamin E	4,49	3,62
1664	Mjuk kaka med glasyr typ Ambrosiakaka (beräl $\beta$ -Karoten	2	9
1664	Mjuk kaka med glasyr typ Ambrosiakaka (beräl Vitamin K	5	4
1664	Mjuk kaka med glasyr typ Ambrosiakaka (beräl Tiamin	0,12	0,1
1664	Mjuk kaka med glasyr typ Ambrosiakaka (beräl Riboflavin	0,09	0,07
1664	Mjuk kaka med glasyr typ Ambrosiakaka (beräl Vitamin C	1	6
1664	Mjuk kaka med glasyr typ Ambrosiakaka (beräl Niacin	1,2	0,9
1664	Mjuk kaka med glasyr typ Ambrosiakaka (beräl Niacinekviv	2,2	1,6
1664	Mjuk kaka med glasyr typ Ambrosiakaka (beräl Vitamin B1	0,2	0,15
1664	Mjuk kaka med glasyr typ Ambrosiakaka (beräl Vitamin B6	0,09	0,07
1664	Mjuk kaka med glasyr typ Ambrosiakaka (beräl Folat	17	13
1664	Mjuk kaka med glasyr typ Ambrosiakaka (beräl Summa n-3	0	0
1664	Mjuk kaka med glasyr typ Ambrosiakaka (beräl Summa n-6	0,2	0,2
1664	Mjuk kaka med glasyr typ Ambrosiakaka (beräl Salt	0,7	0,5
1666	Arraxsboll (beräknat) Summa mä	7,8	7,8
1666	Arraxsboll (beräknat) Summa enl	9,4	9,4
1666	Arraxsboll (beräknat) Summa flel	3,5	3,5
1666	Arraxsboll (beräknat) Fettsyra 12	2,1	2,1
1666	Arraxsboll (beräknat) Fettsyra 14	0,8	0,8
1666	Arraxsboll (beräknat) Fettsyra 16	3,3	3,3
1666	Arraxsboll (beräknat) Fettsyra 18	1,1	1,1
1666	Arraxsboll (beräknat) Fettsyra 16	0,1	0,1

1666 Arraksboll (beräknat)	Fettsyra 18	9,6	9,6
1666 Arraksboll (beräknat)	Fettsyra 18	2,9	2,9
1666 Arraksboll (beräknat)	Fettsyra 18	0,4	0,4
1666 Arraksboll (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1666 Arraksboll (beräknat)	DHA (Fettsy	0	0
1666 Arraksboll (beräknat)	Summa tra	0,3	0,3
1666 Arraksboll (beräknat)	Kolesterol	9,5	9,4
1666 Arraksboll (beräknat)	Monosacke	0,2	0,2
1666 Arraksboll (beräknat)	Disackaride	48,5	48,5
1666 Arraksboll (beräknat)	Sackaros	47,8	47,8
1666 Arraksboll (beräknat)	Energi (kJ)	1919	1917
1666 Arraksboll (beräknat)	Energi (kca	459	458
1666 Arraksboll (beräknat)	Aska	1	1
1666 Arraksboll (beräknat)	Vatten	10,4	10,6
1666 Arraksboll (beräknat)	Avfall (skal	0	0
1666 Arraksboll (beräknat)	Kolhydrat	59,3	59,2
1666 Arraksboll (beräknat)	Protein	5,8	5,8
1666 Arraksboll (beräknat)	Fibrer	1,9	1,9
1666 Arraksboll (beräknat)	Fett	21,6	21,5
1666 Arraksboll (beräknat)	Fosfor	143	143
1666 Arraksboll (beräknat)	Jod	1	1
1666 Arraksboll (beräknat)	Järn	2,53	2,53
1666 Arraksboll (beräknat)	Kalcium	44	44
1666 Arraksboll (beräknat)	Kalium	191	190
1666 Arraksboll (beräknat)	Magnesium	70	70
1666 Arraksboll (beräknat)	Natrium	109	109
1666 Arraksboll (beräknat)	Selen	1,5	1,5
1666 Arraksboll (beräknat)	Zink	0,91	0,91
1666 Arraksboll (beräknat)	Retinolekvi	104	104
1666 Arraksboll (beräknat)	Retinol	47	47
1666 Arraksboll (beräknat)	Vitamin D	0,83	0,82
1666 Arraksboll (beräknat)	Vitamin E	6,01	6,01
1666 Arraksboll (beräknat)	Vitamin K	5	5
1666 Arraksboll (beräknat)	Tiamin	0,07	0,07
1666 Arraksboll (beräknat)	Riboflavin	0,16	0,16
1666 Arraksboll (beräknat)	Vitamin C	0	0
1666 Arraksboll (beräknat)	Niacin	1	1
1666 Arraksboll (beräknat)	Niacinekviv	2	2
1666 Arraksboll (beräknat)	Vitamin B1	0,04	0,04
1666 Arraksboll (beräknat)	Vitamin B6	0,06	0,06
1666 Arraksboll (beräknat)	Folat	22	22
1666 Arraksboll (beräknat)	Summa n-3	0	0
1666 Arraksboll (beräknat)	Summa n-6	0	0
1666 Arraksboll (beräknat)	Salt	0,3	0,3
1667 Petits-choux fyllda m vispgrädde sylt (beräknat Summa mä		10,1	9,9
1667 Petits-choux fyllda m vispgrädde sylt (beräknat Summa enl		7,1	7
1667 Petits-choux fyllda m vispgrädde sylt (beräknat Summa flei		2,1	2,1
1667 Petits-choux fyllda m vispgrädde sylt (beräknat Fettsyra 4:(		1,4	1,4
1667 Petits-choux fyllda m vispgrädde sylt (beräknat Fettsyra 12		0,4	0,4
1667 Petits-choux fyllda m vispgrädde sylt (beräknat Fettsyra 14		1,4	1,4

1667 Petits-choux fyllda m vispgrädde sylt (beräkna Fettsyra 16	4,6	4,5
1667 Petits-choux fyllda m vispgrädde sylt (beräkna Fettsyra 18	1,8	1,8
1667 Petits-choux fyllda m vispgrädde sylt (beräkna Fettsyra 20	0	0
1667 Petits-choux fyllda m vispgrädde sylt (beräkna Fettsyra 16	0,2	0,2
1667 Petits-choux fyllda m vispgrädde sylt (beräkna Fettsyra 18	6,7	6,6
1667 Petits-choux fyllda m vispgrädde sylt (beräkna Fettsyra 18	1,5	1,5
1667 Petits-choux fyllda m vispgrädde sylt (beräkna Fettsyra 18	0,5	0,5
1667 Petits-choux fyllda m vispgrädde sylt (beräkna Fettsyra 20	0	0
1667 Petits-choux fyllda m vispgrädde sylt (beräkna DHA (Fetts'	0	0
1667 Petits-choux fyllda m vispgrädde sylt (beräkna Summa tra	0,4	0,4
1667 Petits-choux fyllda m vispgrädde sylt (beräkna Kolesterol	109,9	108
1667 Petits-choux fyllda m vispgrädde sylt (beräkna Monosacke	2,6	2,5
1667 Petits-choux fyllda m vispgrädde sylt (beräkna Disackaride	3	3
1667 Petits-choux fyllda m vispgrädde sylt (beräkna Sackaros	1,8	1,8
1667 Petits-choux fyllda m vispgrädde sylt (beräkna Energi (kJ)	1169	1151
1667 Petits-choux fyllda m vispgrädde sylt (beräkna Energi (kca	279	275
1667 Petits-choux fyllda m vispgrädde sylt (beräkna Aska	0,5	0,5
1667 Petits-choux fyllda m vispgrädde sylt (beräkna Vatten	55	55,8
1667 Petits-choux fyllda m vispgrädde sylt (beräkna Avfall (skal	3	2
1667 Petits-choux fyllda m vispgrädde sylt (beräkna Kolhydrat	17,7	17,4
1667 Petits-choux fyllda m vispgrädde sylt (beräkna Protein	5	4,9
1667 Petits-choux fyllda m vispgrädde sylt (beräkna Fibrer	0,6	0,6
1667 Petits-choux fyllda m vispgrädde sylt (beräkna Fett	21,1	20,7
1667 Petits-choux fyllda m vispgrädde sylt (beräkna Fosfor	79	78
1667 Petits-choux fyllda m vispgrädde sylt (beräkna Jod	9	9
1667 Petits-choux fyllda m vispgrädde sylt (beräkna Järn	0,63	0,62
1667 Petits-choux fyllda m vispgrädde sylt (beräkna Kalcium	42	41
1667 Petits-choux fyllda m vispgrädde sylt (beräkna Kalium	91	90
1667 Petits-choux fyllda m vispgrädde sylt (beräkna Magnesium	11	10
1667 Petits-choux fyllda m vispgrädde sylt (beräkna Natrium	81	80
1667 Petits-choux fyllda m vispgrädde sylt (beräkna Selen	5,6	5,5
1667 Petits-choux fyllda m vispgrädde sylt (beräkna Zink	0,52	0,51
1667 Petits-choux fyllda m vispgrädde sylt (beräkna Retinolekvi	218	214
1667 Petits-choux fyllda m vispgrädde sylt (beräkna Retinol	163	161
1667 Petits-choux fyllda m vispgrädde sylt (beräkna Vitamin D	1,01	1
1667 Petits-choux fyllda m vispgrädde sylt (beräkna Vitamin E	2,66	2,61
1667 Petits-choux fyllda m vispgrädde sylt (beräkna $\beta$ -Karoten	64	63
1667 Petits-choux fyllda m vispgrädde sylt (beräkna Vitamin K	8	8
1667 Petits-choux fyllda m vispgrädde sylt (beräkna Tiamin	0,09	0,09
1667 Petits-choux fyllda m vispgrädde sylt (beräkna Riboflavin	0,12	0,12
1667 Petits-choux fyllda m vispgrädde sylt (beräkna Vitamin C	1	1
1667 Petits-choux fyllda m vispgrädde sylt (beräkna Niacin	0,7	0,7
1667 Petits-choux fyllda m vispgrädde sylt (beräkna Niacinekviv	1,8	1,7
1667 Petits-choux fyllda m vispgrädde sylt (beräkna Vitamin B1	0,34	0,33
1667 Petits-choux fyllda m vispgrädde sylt (beräkna Vitamin B6	0,06	0,06
1667 Petits-choux fyllda m vispgrädde sylt (beräkna Folat	17	17
1667 Petits-choux fyllda m vispgrädde sylt (beräkna Summa n-3	0	0
1667 Petits-choux fyllda m vispgrädde sylt (beräkna Summa n- $\epsilon$	0,3	0,3
1667 Petits-choux fyllda m vispgrädde sylt (beräkna Salt	0,2	0,2
1669 Fransk äppelkaka (beräkna) Summa mä	0,2	0,2

1669 Fransk äppelkaka (beräknat)	Summa enl	0,9	0,8
1669 Fransk äppelkaka (beräknat)	Summa flei	0,4	0,4
1669 Fransk äppelkaka (beräknat)	Fettsyra 12	0	0
1669 Fransk äppelkaka (beräknat)	Fettsyra 14	0	0
1669 Fransk äppelkaka (beräknat)	Fettsyra 16	0,1	0,1
1669 Fransk äppelkaka (beräknat)	Fettsyra 18	0	0
1669 Fransk äppelkaka (beräknat)	Fettsyra 16	0	0
1669 Fransk äppelkaka (beräknat)	Fettsyra 18	0,8	0,8
1669 Fransk äppelkaka (beräknat)	Fettsyra 18	0,3	0,3
1669 Fransk äppelkaka (beräknat)	Fettsyra 18	0,1	0,1
1669 Fransk äppelkaka (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1669 Fransk äppelkaka (beräknat)	DHA (Fetts'	0	0
1669 Fransk äppelkaka (beräknat)	Summa tra	0	0
1669 Fransk äppelkaka (beräknat)	Kolesterol	5,4	5,3
1669 Fransk äppelkaka (beräknat)	Monosacke	8,7	8,5
1669 Fransk äppelkaka (beräknat)	Disackaride	5,1	4,9
1669 Fransk äppelkaka (beräknat)	Sackaros	5,1	4,9
1669 Fransk äppelkaka (beräknat)	Energi (kJ)	350	340
1669 Fransk äppelkaka (beräknat)	Energi (kca	84	81
1669 Fransk äppelkaka (beräknat)	Aska	0,4	0,4
1669 Fransk äppelkaka (beräknat)	Vatten	79,6	80,2
1669 Fransk äppelkaka (beräknat)	Avfall (skal	10	9
1669 Fransk äppelkaka (beräknat)	Kolhydrat	15,7	15,3
1669 Fransk äppelkaka (beräknat)	Protein	0,6	0,6
1669 Fransk äppelkaka (beräknat)	Fibrer	2,1	2
1669 Fransk äppelkaka (beräknat)	Fett	1,5	1,5
1669 Fransk äppelkaka (beräknat)	Fosfor	17	17
1669 Fransk äppelkaka (beräknat)	Jod	1	1
1669 Fransk äppelkaka (beräknat)	Järn	0,22	0,21
1669 Fransk äppelkaka (beräknat)	Kalcium	7	7
1669 Fransk äppelkaka (beräknat)	Kalium	130	127
1669 Fransk äppelkaka (beräknat)	Magnesium	8	7
1669 Fransk äppelkaka (beräknat)	Natrium	10	10
1669 Fransk äppelkaka (beräknat)	Selen	0,4	0,4
1669 Fransk äppelkaka (beräknat)	Zink	0,04	0,04
1669 Fransk äppelkaka (beräknat)	Retinolekvi	14	14
1669 Fransk äppelkaka (beräknat)	Retinol	4	4
1669 Fransk äppelkaka (beräknat)	Vitamin D	0,14	0,14
1669 Fransk äppelkaka (beräknat)	Vitamin E	0,66	0,64
1669 Fransk äppelkaka (beräknat)	β-Karoten	13	13
1669 Fransk äppelkaka (beräknat)	Vitamin K	0	0
1669 Fransk äppelkaka (beräknat)	Tiamin	0,01	0,01
1669 Fransk äppelkaka (beräknat)	Riboflavin	0,02	0,02
1669 Fransk äppelkaka (beräknat)	Vitamin C	7	6
1669 Fransk äppelkaka (beräknat)	Niacin	0,2	0,2
1669 Fransk äppelkaka (beräknat)	Niacinekviv	0,3	0,3
1669 Fransk äppelkaka (beräknat)	Vitamin B1	0,02	0,02
1669 Fransk äppelkaka (beräknat)	Vitamin B6	0,02	0,02
1669 Fransk äppelkaka (beräknat)	Folat	3	3
1669 Fransk äppelkaka (beräknat)	Summa n-3	0	0

1669 Fransk äppelkaka (beräknat)	Summa n-€	0	0
1669 Fransk äppelkaka (beräknat)	Salt	0	0
1671 Toscakaka (beräknat)	Summa mä	5,9	5,9
1671 Toscakaka (beräknat)	Summa enl	8,6	8,6
1671 Toscakaka (beräknat)	Summa flei	3	3
1671 Toscakaka (beräknat)	Fettsyra 4:(	0,5	0,5
1671 Toscakaka (beräknat)	Fettsyra 12	0,2	0,2
1671 Toscakaka (beräknat)	Fettsyra 14	0,8	0,8
1671 Toscakaka (beräknat)	Fettsyra 16	3	3
1671 Toscakaka (beräknat)	Fettsyra 18	1	1
1671 Toscakaka (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1671 Toscakaka (beräknat)	Fettsyra 16	0,2	0,2
1671 Toscakaka (beräknat)	Fettsyra 18	8,2	8,2
1671 Toscakaka (beräknat)	Fettsyra 18	2,4	2,4
1671 Toscakaka (beräknat)	Fettsyra 18	0,4	0,4
1671 Toscakaka (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1671 Toscakaka (beräknat)	DHA (Fettsy	0	0
1671 Toscakaka (beräknat)	Summa tra	0,3	0,3
1671 Toscakaka (beräknat)	Kolesterol	60,7	60,4
1671 Toscakaka (beräknat)	Monosacke	3,6	3,6
1671 Toscakaka (beräknat)	Disackaride	29,1	28,9
1671 Toscakaka (beräknat)	Sackaros	28,2	28
1671 Toscakaka (beräknat)	Energi (kJ)	1630	1623
1671 Toscakaka (beräknat)	Energi (kca	390	388
1671 Toscakaka (beräknat)	Aska	1,3	1,3
1671 Toscakaka (beräknat)	Vatten	23,6	24
1671 Toscakaka (beräknat)	Avfall (skal	8	8
1671 Toscakaka (beräknat)	Kolhydrate	49	48,7
1671 Toscakaka (beräknat)	Protein	6,2	6,2
1671 Toscakaka (beräknat)	Fibrer	1,4	1,3
1671 Toscakaka (beräknat)	Fett	18,4	18,3
1671 Toscakaka (beräknat)	Fosfor	186	185
1671 Toscakaka (beräknat)	Jod	6	6
1671 Toscakaka (beräknat)	Järn	1,06	1,06
1671 Toscakaka (beräknat)	Kalcium	150	149
1671 Toscakaka (beräknat)	Kalium	147	147
1671 Toscakaka (beräknat)	Magnesium	40	40
1671 Toscakaka (beräknat)	Natrium	223	222
1671 Toscakaka (beräknat)	Selen	3,6	3,6
1671 Toscakaka (beräknat)	Zink	0,77	0,77
1671 Toscakaka (beräknat)	Retinolekvi	128	127
1671 Toscakaka (beräknat)	Retinol	85	84
1671 Toscakaka (beräknat)	Vitamin D	0,71	0,7
1671 Toscakaka (beräknat)	Vitamin E	4,4	4,39
1671 Toscakaka (beräknat)	β-Karoten	46	46
1671 Toscakaka (beräknat)	Vitamin K	4	4
1671 Toscakaka (beräknat)	Tiamin	0,12	0,11
1671 Toscakaka (beräknat)	Riboflavin	0,17	0,17
1671 Toscakaka (beräknat)	Vitamin C	0	0
1671 Toscakaka (beräknat)	Niacin	1,2	1,2

1671 Toscakaka (beräknat)	Niacinekviv	2,4	2,4
1671 Toscakaka (beräknat)	Vitamin B1	0,18	0,18
1671 Toscakaka (beräknat)	Vitamin B6	0,08	0,08
1671 Toscakaka (beräknat)	Folat	19	19
1671 Toscakaka (beräknat)	Summa n-3	0	0
1671 Toscakaka (beräknat)	Summa n-6	0,1	0,1
1671 Toscakaka (beräknat)	Salt	0,6	0,6
1672 Chokladkaka (beräknat)	Summa mä	3	2,9
1672 Chokladkaka (beräknat)	Summa enl	9,2	9,1
1672 Chokladkaka (beräknat)	Summa flei	4,4	4,3
1672 Chokladkaka (beräknat)	Fettsyra 4:(	0,1	0,1
1672 Chokladkaka (beräknat)	Fettsyra 12	0	0
1672 Chokladkaka (beräknat)	Fettsyra 14	0,1	0,1
1672 Chokladkaka (beräknat)	Fettsyra 16	1,4	1,4
1672 Chokladkaka (beräknat)	Fettsyra 18	0,9	0,8
1672 Chokladkaka (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1672 Chokladkaka (beräknat)	Fettsyra 16	0	0
1672 Chokladkaka (beräknat)	Fettsyra 18	9,1	9
1672 Chokladkaka (beräknat)	Fettsyra 18	3	3
1672 Chokladkaka (beräknat)	Fettsyra 18	1,2	1,2
1672 Chokladkaka (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1672 Chokladkaka (beräknat)	DHA (Fettsy	0	0
1672 Chokladkaka (beräknat)	Summa tra	0,1	0,1
1672 Chokladkaka (beräknat)	Kolesterol	44,5	44,1
1672 Chokladkaka (beräknat)	Monosacke	0,1	0,1
1672 Chokladkaka (beräknat)	Disackaride	23,8	23,5
1672 Chokladkaka (beräknat)	Sackaros	22,3	22,1
1672 Chokladkaka (beräknat)	Energi (kJ)	1438	1425
1672 Chokladkaka (beräknat)	Energi (kca	344	341
1672 Chokladkaka (beräknat)	Aska	1,5	1,5
1672 Chokladkaka (beräknat)	Vatten	32,7	33,3
1672 Chokladkaka (beräknat)	Avfall (skal	1	1
1672 Chokladkaka (beräknat)	Kolhydrate	40,7	40,3
1672 Chokladkaka (beräknat)	Protein	5,8	5,7
1672 Chokladkaka (beräknat)	Fibrer	2,3	2,2
1672 Chokladkaka (beräknat)	Fett	17,1	16,9
1672 Chokladkaka (beräknat)	Fosfor	182	180
1672 Chokladkaka (beräknat)	Jod	8	8
1672 Chokladkaka (beräknat)	Järn	1,03	1,02
1672 Chokladkaka (beräknat)	Kalcium	149	148
1672 Chokladkaka (beräknat)	Kalium	257	255
1672 Chokladkaka (beräknat)	Magnesium	36	35
1672 Chokladkaka (beräknat)	Natrium	237	235
1672 Chokladkaka (beräknat)	Selen	3,8	3,8
1672 Chokladkaka (beräknat)	Zink	0,82	0,81
1672 Chokladkaka (beräknat)	Retinolekvi	169	167
1672 Chokladkaka (beräknat)	Retinol	35	35
1672 Chokladkaka (beräknat)	Vitamin D	1,85	1,83
1672 Chokladkaka (beräknat)	Vitamin E	3,78	3,75
1672 Chokladkaka (beräknat)	β-Karoten	5	5



1672 Chokladkaka (beräknat)	Vitamin K	4	4
1672 Chokladkaka (beräknat)	Tiamin	0,11	0,11
1672 Chokladkaka (beräknat)	Riboflavin	0,11	0,11
1672 Chokladkaka (beräknat)	Vitamin C	0	0
1672 Chokladkaka (beräknat)	Niacin	1	1
1672 Chokladkaka (beräknat)	Niacinekviv	2,1	2,1
1672 Chokladkaka (beräknat)	Vitamin B1	0,24	0,24
1672 Chokladkaka (beräknat)	Vitamin B6	0,08	0,08
1672 Chokladkaka (beräknat)	Folat	15	15
1672 Chokladkaka (beräknat)	Summa n-3	0	0
1672 Chokladkaka (beräknat)	Summa n-6	0,2	0,2
1672 Chokladkaka (beräknat)	Salt	0,6	0,6
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	Summa mä	8,8	8,3
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	Summa enl	11,7	11,1
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	Summa flei	4,3	4,1
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	Fettsyra 4:(	0,2	0,2
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	Fettsyra 12	0,1	0,1
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	Fettsyra 14	0,4	0,4
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	Fettsyra 16	4	3,8
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	Fettsyra 18	3,5	3,3
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	Fettsyra 16	0,1	0,1
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	Fettsyra 18	11,5	10,9
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	Fettsyra 18	3	2,9
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	Fettsyra 18	1,1	1
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	EPA (Fettsy	0	0
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	DPA (Fettsy	0	0
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	DHA (Fettsy	0	0
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	Summa tra	0,2	0,2
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	Kolesterol	84,2	79,8
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	Monosacke	2,9	2,8
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	Disackaride	35,7	33,9
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	Sackaros	35,6	33,7
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	Energi (kJ)	1876	1779
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	Energi (kca	448	425
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	Aska	1	1
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	Vatten	18,6	22,9
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	Avfall (skal	3	3
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	Kolhydrate	48,3	45,8
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	Protein	5,5	5,2
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	Fibrer	0,6	0,5
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	Fett	25,9	24,5
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	Fosfor	133	126
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	Jod	7	7
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	Järn	1,51	1,43
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	Kalcium	61	58
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	Kalium	146	139
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	Magnesium	42	40
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	Natrium	174	165

1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	Selen	5,9	5,6
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	Zink	0,92	0,87
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	Retinolekvi	193	183
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	Retinol	73	69
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	Vitamin D	1,82	1,73
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	Vitamin E	4	3,79
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	β-Karoten	12	12
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	Vitamin K	7	6
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	Tiamin	0,11	0,1
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	Riboflavin	0,12	0,11
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	Vitamin C	1	1
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	Niacin	0,5	0,5
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	Niacinekviv	1,7	1,6
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	Vitamin B1	0,28	0,27
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	Vitamin B6	0,06	0,05
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	Folat	19	18
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	Summa n-3	0	0
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	Summa n-6	0,3	0,3
1673 Chokladtårta sachertårta (beräknat)	Salt	0,4	0,4
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	Summa mä	1,1	1,1
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	Summa enl	1,6	1,6
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	Summa flei	0,7	0,7
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	Fettsyra 14	0	0
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	Fettsyra 16	0,8	0,8
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	Fettsyra 18	0,3	0,3
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	Fettsyra 16	0,1	0,1
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	Fettsyra 18	1,5	1,5
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	Fettsyra 18	0,5	0,5
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	Fettsyra 18	0	0
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	Fettsyra 20	0,1	0,1
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	DHA (Fetts'	0	0
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	Kolesterol	139,7	137,6
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	Monosacke	0,3	0,3
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	Disackaride	36,5	35,9
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	Sackaros	36,3	35,8
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	Energi (kJ)	1261	1244
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	Energi (kca	301	297
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	Aska	1,1	1,1
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	Vatten	29	30,1
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	Avfall (skal	5	5
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	Kolhydrate	58,5	57,6
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	Protein	6,4	6,3
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	Fibrer	0,5	0,5
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	Fett	4,2	4,1
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	Fosfor	176	173
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	Jod	12	12
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	Järn	0,91	0,9
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	Kalcium	141	139
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	Kalium	73	72
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	Magnesium	9	9

1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	Natrium	179	176
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	Selen	9,6	9,5
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	Zink	0,71	0,7
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	Retinolekvi	96	94
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	Retinol	96	94
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	Vitamin D	0,59	0,58
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	Vitamin E	2,34	2,3
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	Vitamin K	12	12
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	Tiamin	0,08	0,08
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	Riboflavin	0,16	0,16
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	Vitamin C	0	0
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	Niacin	0,5	0,5
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	Niacinekviv	2	1,9
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	Vitamin B1	0,51	0,51
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	Vitamin B6	0,06	0,06
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	Folat	29	28
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	Summa n-3	0,1	0,1
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	Summa n-6	0,5	0,5
1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)	Salt	0,4	0,4
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Summa mä	3	2,9
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Summa enl	9,2	9,1
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Summa flei	4,4	4,3
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Fettsyra 4:(	0,1	0,1
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Fettsyra 12	0	0
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Fettsyra 14	0,1	0,1
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Fettsyra 16	1,4	1,4
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Fettsyra 18	0,9	0,8
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Fettsyra 16	0	0
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Fettsyra 18	9,1	9
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Fettsyra 18	3	2,9
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Fettsyra 18	1,2	1,2
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	DHA (Fettsy	0	0
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Summa tra	0,1	0,1
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Kolesterol	45,3	44,8
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Monosacke	0,1	0,1
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Disackaride	23,7	23,5
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Sackaros	22,2	22
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Energi (kJ)	1437	1424
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Energi (kca	343	340
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Aska	1,5	1,5
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Vatten	32,8	33,4
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Avfall (skal	2	1
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Kolhydrate	40,6	40,2
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Protein	5,8	5,7
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Fibrer	2,3	2,2
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Fett	17,1	16,9
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Fosfor	182	180
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Jod	8	8

1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Järn	1,03	1,02
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Kalcium	149	148
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Kalium	257	255
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Magnesium	36	35
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Natrium	237	235
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Selen	3,9	3,9
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Zink	0,82	0,81
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Retinolekvi	169	168
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Retinol	35	35
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Vitamin D	1,85	1,83
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Vitamin E	3,79	3,75
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	β-Karoten	5	5
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Vitamin K	4	4
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Tiamin	0,11	0,11
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Riboflavin	0,11	0,11
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Vitamin C	0	0
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Niacin	1	1
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Niacinekviv	2,1	2,1
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Vitamin B1	0,25	0,24
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Vitamin B6	0,08	0,08
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Folat	14	14
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Summa n-3	0	0
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Summa n-6	0,2	0,2
1680 Mjuk chokladkaka (beräknat)	Salt	0,6	0,6
1681 Sockerkaka fin (beräknat)	Summa mä	2,4	2,5
1681 Sockerkaka fin (beräknat)	Summa enl	11,1	11,7
1681 Sockerkaka fin (beräknat)	Summa flei	5,5	5,8
1681 Sockerkaka fin (beräknat)	Fettsyra 12	0	0
1681 Sockerkaka fin (beräknat)	Fettsyra 14	0	0
1681 Sockerkaka fin (beräknat)	Fettsyra 16	1,1	1,2
1681 Sockerkaka fin (beräknat)	Fettsyra 18	0,5	0,6
1681 Sockerkaka fin (beräknat)	Fettsyra 16	0	0
1681 Sockerkaka fin (beräknat)	Fettsyra 18	10,9	11,5
1681 Sockerkaka fin (beräknat)	Fettsyra 18	3,7	3,9
1681 Sockerkaka fin (beräknat)	Fettsyra 18	1,5	1,6
1681 Sockerkaka fin (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1681 Sockerkaka fin (beräknat)	DHA (Fettsy	0	0
1681 Sockerkaka fin (beräknat)	Summa tra	0,1	0,1
1681 Sockerkaka fin (beräknat)	Kolesterol	53,5	56,4
1681 Sockerkaka fin (beräknat)	Monosacke	0,1	0,1
1681 Sockerkaka fin (beräknat)	Disackaride	28,7	30,3
1681 Sockerkaka fin (beräknat)	Sackaros	28,4	29,9
1681 Sockerkaka fin (beräknat)	Energi (kJ)	1647	1737
1681 Sockerkaka fin (beräknat)	Energi (kca	394	415
1681 Sockerkaka fin (beräknat)	Aska	1	1
1681 Sockerkaka fin (beräknat)	Vatten	24,5	20,4
1681 Sockerkaka fin (beräknat)	Avfall (skal	2	2
1681 Sockerkaka fin (beräknat)	Kolhydrate	49,5	52,1
1681 Sockerkaka fin (beräknat)	Protein	4,8	5,1
1681 Sockerkaka fin (beräknat)	Fibrer	0,7	0,8

1681 Sockerkaka fin (beräknat)	Fett	19,5	20,5
1681 Sockerkaka fin (beräknat)	Fosfor	128	135
1681 Sockerkaka fin (beräknat)	Jod	5	5
1681 Sockerkaka fin (beräknat)	Järn	0,6	0,63
1681 Sockerkaka fin (beräknat)	Kalcium	103	108
1681 Sockerkaka fin (beräknat)	Kalium	57	60
1681 Sockerkaka fin (beräknat)	Magnesium	9	10
1681 Sockerkaka fin (beräknat)	Natrium	241	254
1681 Sockerkaka fin (beräknat)	Selen	4,3	4,5
1681 Sockerkaka fin (beräknat)	Zink	0,46	0,48
1681 Sockerkaka fin (beräknat)	Retinolekvi	207	218
1681 Sockerkaka fin (beräknat)	Retinol	37	39
1681 Sockerkaka fin (beräknat)	Vitamin D	2,35	2,48
1681 Sockerkaka fin (beräknat)	Vitamin E	4,77	5,03
1681 Sockerkaka fin (beräknat)	Vitamin K	5	5
1681 Sockerkaka fin (beräknat)	Tiamin	0,12	0,12
1681 Sockerkaka fin (beräknat)	Riboflavin	0,09	0,09
1681 Sockerkaka fin (beräknat)	Vitamin C	0	0
1681 Sockerkaka fin (beräknat)	Niacin	1,1	1,2
1681 Sockerkaka fin (beräknat)	Niacinekviv	2,1	2,2
1681 Sockerkaka fin (beräknat)	Vitamin B1	0,2	0,21
1681 Sockerkaka fin (beräknat)	Vitamin B6	0,08	0,09
1681 Sockerkaka fin (beräknat)	Folat	15	16
1681 Sockerkaka fin (beräknat)	Summa n-3	0	0
1681 Sockerkaka fin (beräknat)	Summa n-6	0,2	0,2
1681 Sockerkaka fin (beräknat)	Salt	0,6	0,6
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Summa mä	2,1	2
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Summa enl	7,2	7,2
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Summa flei	3,6	3,5
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Fettsyra 4:(	0,1	0,1
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Fettsyra 12	0	0
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Fettsyra 14	0,1	0,1
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Fettsyra 16	1	1
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Fettsyra 18	0,4	0,4
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Fettsyra 16	0	0
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Fettsyra 18	7,1	7
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Fettsyra 18	2,4	2,4
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Fettsyra 18	0,9	0,9
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	DHA (Fettsy	0	0
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Summa tra	0,1	0,1
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Kolesterol	52,9	52,4
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Monosacke	0,4	0,4
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Disackaride	26,7	26,4
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Sackaros	25,5	25,3
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Energi (kJ)	1385	1372
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Energi (kca	331	328
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Aska	1,5	1,5
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Vatten	32,2	32,9

1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Avfall (skal	2	2
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Kolhydrat	46,9	46,4
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Protein	5,3	5,2
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Fibrer	0,7	0,7
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Fett	13,3	13,2
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Fosfor	140	139
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Jod	5	5
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Järn	2,55	2,52
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Kalcium	171	170
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Kalium	176	174
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Magnesium	19	19
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Natrium	209	207
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Selen	4,4	4,4
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Zink	0,52	0,52
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Retinolekvi	146	144
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Retinol	40	40
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Vitamin D	1,53	1,52
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Vitamin E	3,29	3,26
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	β-Karoten	3	3
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Vitamin K	5	5
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Tiamin	0,12	0,12
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Riboflavin	0,12	0,12
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Vitamin C	0	0
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Niacin	1,1	1
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Niacinekviv	2,1	2,1
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Vitamin B1	0,24	0,23
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Vitamin B6	0,08	0,08
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Folat	16	16
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Summa n-3	0	0
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Summa n-6	0,2	0,2
1682 Mjuk pepparkaka (beräknat)	Salt	0,5	0,5
1683 Mjuk nötkaka (beräknat)	Summa mä	2,8	2,7
1683 Mjuk nötkaka (beräknat)	Summa enl	22,1	21,9
1683 Mjuk nötkaka (beräknat)	Summa flei	3,3	3,2
1683 Mjuk nötkaka (beräknat)	Fettsyra 14	0,1	0,1
1683 Mjuk nötkaka (beräknat)	Fettsyra 16	1,9	1,9
1683 Mjuk nötkaka (beräknat)	Fettsyra 18	0,7	0,7
1683 Mjuk nötkaka (beräknat)	Fettsyra 20	0,1	0,1
1683 Mjuk nötkaka (beräknat)	Fettsyra 16	0,2	0,2
1683 Mjuk nötkaka (beräknat)	Fettsyra 18	21,8	21,6
1683 Mjuk nötkaka (beräknat)	Fettsyra 18	3,1	3,1
1683 Mjuk nötkaka (beräknat)	Fettsyra 18	0,1	0,1
1683 Mjuk nötkaka (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1683 Mjuk nötkaka (beräknat)	DHA (Fettsy	0	0
1683 Mjuk nötkaka (beräknat)	Kolesterol	111	109,7
1683 Mjuk nötkaka (beräknat)	Monosackar	0,5	0,5
1683 Mjuk nötkaka (beräknat)	Disackaride	29,9	29,5
1683 Mjuk nötkaka (beräknat)	Sackaros	29,9	29,5
1683 Mjuk nötkaka (beräknat)	Energi (kJ)	1853	1833
1683 Mjuk nötkaka (beräknat)	Energi (kca	443	438

1683 Mjuk nötkaka (beräknat)	Aska	2,4	2,3
1683 Mjuk nötkaka (beräknat)	Vatten	22,2	23,1
1683 Mjuk nötkaka (beräknat)	Avfall (skal	27	27
1683 Mjuk nötkaka (beräknat)	Kolhydrater	33,3	32,9
1683 Mjuk nötkaka (beräknat)	Protein	9,6	9,4
1683 Mjuk nötkaka (beräknat)	Fibrer	2,6	2,5
1683 Mjuk nötkaka (beräknat)	Fett	29,9	29,5
1683 Mjuk nötkaka (beräknat)	Fosfor	282	279
1683 Mjuk nötkaka (beräknat)	Jod	10	9
1683 Mjuk nötkaka (beräknat)	Järn	2,09	2,06
1683 Mjuk nötkaka (beräknat)	Kalcium	218	215
1683 Mjuk nötkaka (beräknat)	Kalium	234	231
1683 Mjuk nötkaka (beräknat)	Magnesium	72	71
1683 Mjuk nötkaka (beräknat)	Natrium	174	172
1683 Mjuk nötkaka (beräknat)	Selen	8,7	8,6
1683 Mjuk nötkaka (beräknat)	Zink	1,31	1,3
1683 Mjuk nötkaka (beräknat)	Retinolekvi	78	77
1683 Mjuk nötkaka (beräknat)	Retinol	76	75
1683 Mjuk nötkaka (beräknat)	Vitamin D	0,47	0,46
1683 Mjuk nötkaka (beräknat)	Vitamin E	10,78	10,65
1683 Mjuk nötkaka (beräknat)	β-Karoten	18	18
1683 Mjuk nötkaka (beräknat)	Vitamin K	10	10
1683 Mjuk nötkaka (beräknat)	Tiamin	0,24	0,24
1683 Mjuk nötkaka (beräknat)	Riboflavin	0,16	0,16
1683 Mjuk nötkaka (beräknat)	Vitamin C	0	0
1683 Mjuk nötkaka (beräknat)	Niacin	0,5	0,5
1683 Mjuk nötkaka (beräknat)	Niacinekviv	2,4	2,4
1683 Mjuk nötkaka (beräknat)	Vitamin B1	0,41	0,4
1683 Mjuk nötkaka (beräknat)	Vitamin B6	0,29	0,28
1683 Mjuk nötkaka (beräknat)	Folat	52	51
1683 Mjuk nötkaka (beräknat)	Summa n-3	0,1	0,1
1683 Mjuk nötkaka (beräknat)	Summa n-6	0,4	0,4
1683 Mjuk nötkaka (beräknat)	Salt	0,4	0,4
1684 Sockerkaka fett 50 g i receptet (beräknat)	Summa mä	1,1	1,1
1684 Sockerkaka fett 50 g i receptet (beräknat)	Summa enl	4,3	4,2
1684 Sockerkaka fett 50 g i receptet (beräknat)	Summa flei	2,2	2,2
1684 Sockerkaka fett 50 g i receptet (beräknat)	Fettsyra 12	0	0
1684 Sockerkaka fett 50 g i receptet (beräknat)	Fettsyra 14	0	0
1684 Sockerkaka fett 50 g i receptet (beräknat)	Fettsyra 16	0,6	0,6
1684 Sockerkaka fett 50 g i receptet (beräknat)	Fettsyra 18	0,3	0,3
1684 Sockerkaka fett 50 g i receptet (beräknat)	Fettsyra 16	0	0
1684 Sockerkaka fett 50 g i receptet (beräknat)	Fettsyra 18	4,2	4,1
1684 Sockerkaka fett 50 g i receptet (beräknat)	Fettsyra 18	1,5	1,5
1684 Sockerkaka fett 50 g i receptet (beräknat)	Fettsyra 18	0,5	0,5
1684 Sockerkaka fett 50 g i receptet (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1684 Sockerkaka fett 50 g i receptet (beräknat)	DHA (Fettsy	0	0
1684 Sockerkaka fett 50 g i receptet (beräknat)	Summa tra	0	0
1684 Sockerkaka fett 50 g i receptet (beräknat)	Kolesterol	55,5	54,6
1684 Sockerkaka fett 50 g i receptet (beräknat)	Monosackar	0,1	0,1
1684 Sockerkaka fett 50 g i receptet (beräknat)	Disackaride	29,8	29,3

1684 Sockerkaka fett 50 g i receptet (beräknat)	Sackaros	29,4	29
1684 Sockerkaka fett 50 g i receptet (beräknat)	Energi (kJ)	1259	1240
1684 Sockerkaka fett 50 g i receptet (beräknat)	Energi (kca	301	296
1684 Sockerkaka fett 50 g i receptet (beräknat)	Aska	0,8	0,8
1684 Sockerkaka fett 50 g i receptet (beräknat)	Vatten	34,1	35,1
1684 Sockerkaka fett 50 g i receptet (beräknat)	Avfall (skal	2	2
1684 Sockerkaka fett 50 g i receptet (beräknat)	Kolhydrat	51,2	50,4
1684 Sockerkaka fett 50 g i receptet (beräknat)	Protein	5	4,9
1684 Sockerkaka fett 50 g i receptet (beräknat)	Fibrer	0,8	0,8
1684 Sockerkaka fett 50 g i receptet (beräknat)	Fett	8,1	8
1684 Sockerkaka fett 50 g i receptet (beräknat)	Fosfor	133	131
1684 Sockerkaka fett 50 g i receptet (beräknat)	Jod	5	5
1684 Sockerkaka fett 50 g i receptet (beräknat)	Järn	0,62	0,61
1684 Sockerkaka fett 50 g i receptet (beräknat)	Kalcium	107	106
1684 Sockerkaka fett 50 g i receptet (beräknat)	Kalium	59	58
1684 Sockerkaka fett 50 g i receptet (beräknat)	Magnesium	10	9
1684 Sockerkaka fett 50 g i receptet (beräknat)	Natrium	164	161
1684 Sockerkaka fett 50 g i receptet (beräknat)	Selen	4,4	4,4
1684 Sockerkaka fett 50 g i receptet (beräknat)	Zink	0,47	0,46
1684 Sockerkaka fett 50 g i receptet (beräknat)	Retinolekvi	97	95
1684 Sockerkaka fett 50 g i receptet (beräknat)	Retinol	38	37
1684 Sockerkaka fett 50 g i receptet (beräknat)	Vitamin D	0,97	0,95
1684 Sockerkaka fett 50 g i receptet (beräknat)	Vitamin E	2,33	2,3
1684 Sockerkaka fett 50 g i receptet (beräknat)	Vitamin K	5	5
1684 Sockerkaka fett 50 g i receptet (beräknat)	Tiamin	0,12	0,12
1684 Sockerkaka fett 50 g i receptet (beräknat)	Riboflavin	0,09	0,09
1684 Sockerkaka fett 50 g i receptet (beräknat)	Vitamin C	0	0
1684 Sockerkaka fett 50 g i receptet (beräknat)	Niacin	1,2	1,1
1684 Sockerkaka fett 50 g i receptet (beräknat)	Niacinekviv	2,2	2,1
1684 Sockerkaka fett 50 g i receptet (beräknat)	Vitamin B1	0,2	0,2
1684 Sockerkaka fett 50 g i receptet (beräknat)	Vitamin B6	0,08	0,08
1684 Sockerkaka fett 50 g i receptet (beräknat)	Folat	16	15
1684 Sockerkaka fett 50 g i receptet (beräknat)	Summa n-3	0	0
1684 Sockerkaka fett 50 g i receptet (beräknat)	Summa n-6	0,2	0,2
1684 Sockerkaka fett 50 g i receptet (beräknat)	Salt	0,4	0,4
1685 Sockerkaka, saftig (beräknat)	Summa mä	1,5	1,5
1685 Sockerkaka, saftig (beräknat)	Summa enl	4,6	4,5
1685 Sockerkaka, saftig (beräknat)	Summa flei	2,3	2,3
1685 Sockerkaka, saftig (beräknat)	Fettsyra 4:(	0,1	0,1
1685 Sockerkaka, saftig (beräknat)	Fettsyra 12	0	0
1685 Sockerkaka, saftig (beräknat)	Fettsyra 14	0,1	0,1
1685 Sockerkaka, saftig (beräknat)	Fettsyra 16	0,8	0,8
1685 Sockerkaka, saftig (beräknat)	Fettsyra 18	0,3	0,3
1685 Sockerkaka, saftig (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1685 Sockerkaka, saftig (beräknat)	Fettsyra 16	0	0
1685 Sockerkaka, saftig (beräknat)	Fettsyra 18	4,5	4,4
1685 Sockerkaka, saftig (beräknat)	Fettsyra 18	1,6	1,6
1685 Sockerkaka, saftig (beräknat)	Fettsyra 18	0,6	0,6
1685 Sockerkaka, saftig (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1685 Sockerkaka, saftig (beräknat)	DHA (Fetts'	0	0



1685 Sockerkaka, saftig (beräknat)	Summa tra	0,1	0,1
1685 Sockerkaka, saftig (beräknat)	Kolesterol	60,4	59,9
1685 Sockerkaka, saftig (beräknat)	Monosackarid	0,1	0,1
1685 Sockerkaka, saftig (beräknat)	Disackarid	31,7	31,4
1685 Sockerkaka, saftig (beräknat)	Sackaros	30,5	30,2
1685 Sockerkaka, saftig (beräknat)	Energi (kJ)	1352	1342
1685 Sockerkaka, saftig (beräknat)	Energi (kcal)	323	321
1685 Sockerkaka, saftig (beräknat)	Aska	1,2	1,2
1685 Sockerkaka, saftig (beräknat)	Vatten	29,2	29,8
1685 Sockerkaka, saftig (beräknat)	Avfall (skal)	2	2
1685 Sockerkaka, saftig (beräknat)	Kolhydrat	54	53,6
1685 Sockerkaka, saftig (beräknat)	Protein	5,8	5,7
1685 Sockerkaka, saftig (beräknat)	Fibrer	0,8	0,8
1685 Sockerkaka, saftig (beräknat)	Fett	8,9	8,8
1685 Sockerkaka, saftig (beräknat)	Fosfor	189	188
1685 Sockerkaka, saftig (beräknat)	Jod	8	8
1685 Sockerkaka, saftig (beräknat)	Järn	0,66	0,65
1685 Sockerkaka, saftig (beräknat)	Kalcium	178	176
1685 Sockerkaka, saftig (beräknat)	Kalium	89	88
1685 Sockerkaka, saftig (beräknat)	Magnesium	12	12
1685 Sockerkaka, saftig (beräknat)	Natrium	227	225
1685 Sockerkaka, saftig (beräknat)	Selen	5	4,9
1685 Sockerkaka, saftig (beräknat)	Zink	0,58	0,57
1685 Sockerkaka, saftig (beräknat)	Retinolekvin	106	105
1685 Sockerkaka, saftig (beräknat)	Retinol	44	44
1685 Sockerkaka, saftig (beräknat)	Vitamin D	1,01	1
1685 Sockerkaka, saftig (beräknat)	Vitamin E	2,45	2,43
1685 Sockerkaka, saftig (beräknat)	β-Karoten	2	2
1685 Sockerkaka, saftig (beräknat)	Vitamin K	5	5
1685 Sockerkaka, saftig (beräknat)	Tiamin	0,13	0,13
1685 Sockerkaka, saftig (beräknat)	Riboflavin	0,12	0,12
1685 Sockerkaka, saftig (beräknat)	Vitamin C	0	0
1685 Sockerkaka, saftig (beräknat)	Niacin	1,2	1,2
1685 Sockerkaka, saftig (beräknat)	Niacinekvivalent	2,4	2,4
1685 Sockerkaka, saftig (beräknat)	Vitamin B1	0,26	0,26
1685 Sockerkaka, saftig (beräknat)	Vitamin B6	0,09	0,09
1685 Sockerkaka, saftig (beräknat)	Folat	19	18
1685 Sockerkaka, saftig (beräknat)	Summa n-3	0	0
1685 Sockerkaka, saftig (beräknat)	Summa n-6	0,2	0,2
1685 Sockerkaka, saftig (beräknat)	Salt	0,6	0,6
1687 Mjuk fruktkaka (beräknat)	Summa mätt	2,2	2,2
1687 Mjuk fruktkaka (beräknat)	Summa enl	10,5	10,3
1687 Mjuk fruktkaka (beräknat)	Summa fler	5	4,9
1687 Mjuk fruktkaka (beräknat)	Fettsyra 12	0	0
1687 Mjuk fruktkaka (beräknat)	Fettsyra 14	0	0
1687 Mjuk fruktkaka (beräknat)	Fettsyra 16	1,1	1,1
1687 Mjuk fruktkaka (beräknat)	Fettsyra 18	0,5	0,5
1687 Mjuk fruktkaka (beräknat)	Fettsyra 16	0	0
1687 Mjuk fruktkaka (beräknat)	Fettsyra 18	10,3	10,2
1687 Mjuk fruktkaka (beräknat)	Fettsyra 18	3,5	3,5

1687 Mjuk fruktkaka (beräknat)	Fettsyra 18	1,2	1,2
1687 Mjuk fruktkaka (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1687 Mjuk fruktkaka (beräknat)	DHA (Fettsy	0	0
1687 Mjuk fruktkaka (beräknat)	Summa tra	0,1	0,1
1687 Mjuk fruktkaka (beräknat)	Kolesterol	51,2	50,6
1687 Mjuk fruktkaka (beräknat)	Monosacke	11,9	11,7
1687 Mjuk fruktkaka (beräknat)	Disackaride	15,7	15,5
1687 Mjuk fruktkaka (beräknat)	Sackaros	15,5	15,3
1687 Mjuk fruktkaka (beräknat)	Energi (kJ)	1602	1583
1687 Mjuk fruktkaka (beräknat)	Energi (kca	383	378
1687 Mjuk fruktkaka (beräknat)	Aska	1,4	1,4
1687 Mjuk fruktkaka (beräknat)	Vatten	23,9	24,8
1687 Mjuk fruktkaka (beräknat)	Avfall (skal	5	5
1687 Mjuk fruktkaka (beräknat)	Kolhydrate	47	46,4
1687 Mjuk fruktkaka (beräknat)	Protein	6,3	6,2
1687 Mjuk fruktkaka (beräknat)	Fibrer	3,2	3,1
1687 Mjuk fruktkaka (beräknat)	Fett	18,2	17,9
1687 Mjuk fruktkaka (beräknat)	Fosfor	134	132
1687 Mjuk fruktkaka (beräknat)	Jod	5	5
1687 Mjuk fruktkaka (beräknat)	Järn	1,76	1,74
1687 Mjuk fruktkaka (beräknat)	Kalcium	78	77
1687 Mjuk fruktkaka (beräknat)	Kalium	296	292
1687 Mjuk fruktkaka (beräknat)	Magnesium	31	31
1687 Mjuk fruktkaka (beräknat)	Natrium	172	170
1687 Mjuk fruktkaka (beräknat)	Selen	4,3	4,2
1687 Mjuk fruktkaka (beräknat)	Zink	0,7	0,69
1687 Mjuk fruktkaka (beräknat)	Retinolekvi	197	195
1687 Mjuk fruktkaka (beräknat)	Retinol	35	35
1687 Mjuk fruktkaka (beräknat)	Vitamin D	1,88	1,85
1687 Mjuk fruktkaka (beräknat)	Vitamin E	5,12	5,06
1687 Mjuk fruktkaka (beräknat)	β-Karoten	351	346
1687 Mjuk fruktkaka (beräknat)	Vitamin K	5	5
1687 Mjuk fruktkaka (beräknat)	Tiamin	0,13	0,13
1687 Mjuk fruktkaka (beräknat)	Riboflavin	0,15	0,14
1687 Mjuk fruktkaka (beräknat)	Vitamin C	1	1
1687 Mjuk fruktkaka (beräknat)	Niacin	1,7	1,6
1687 Mjuk fruktkaka (beräknat)	Niacinekviv	2,9	2,8
1687 Mjuk fruktkaka (beräknat)	Vitamin B1	0,19	0,19
1687 Mjuk fruktkaka (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
1687 Mjuk fruktkaka (beräknat)	Folat	18	18
1687 Mjuk fruktkaka (beräknat)	Summa n-3	0	0
1687 Mjuk fruktkaka (beräknat)	Summa n-6	0,2	0,2
1687 Mjuk fruktkaka (beräknat)	Salt	0,4	0,4
1701 Glasspinne el split m isöverdrag fett ca 6%	Energi (kJ)	631	630
1701 Glasspinne el split m isöverdrag fett ca 6%	Energi (kca	151	151
1701 Glasspinne el split m isöverdrag fett ca 6%	Kolhydrate	22,1	22,3
1708 Glass parfait (beräknat)	Summa mä	11,5	11,5
1708 Glass parfait (beräknat)	Summa enl	4,6	4,6
1708 Glass parfait (beräknat)	Summa flei	0,6	0,6
1708 Glass parfait (beräknat)	Fettsyra 16	5,2	5,2

1708 Glass parfait (beräknat)	Fettsyra 18	2,1	2,1
1708 Glass parfait (beräknat)	Fettsyra 18	4,3	4,3
1708 Glass parfait (beräknat)	Fettsyra 18	0,5	0,5
1708 Glass parfait (beräknat)	Fettsyra 18	0,2	0,2
1708 Glass parfait (beräknat)	Monosackarid	3,5	3,2
1708 Glass parfait (beräknat)	Disackarid	11,1	11,1
1708 Glass parfait (beräknat)	Sackaros	9,8	9,8
1708 Glass parfait (beräknat)	Energi (kJ)	1037	1035
1708 Glass parfait (beräknat)	Energi (kcal)	248	247
1708 Glass parfait (beräknat)	Aska	0,5	0,5
1708 Glass parfait (beräknat)	Vatten	60,8	61
1708 Glass parfait (beräknat)	Avfall (skal)	1	1
1708 Glass parfait (beräknat)	Kolhydrat	14,8	14,6
1708 Glass parfait (beräknat)	Protein	2,1	2,1
1708 Glass parfait (beräknat)	Fibrer	1,1	1,2
1708 Glass parfait (beräknat)	Fett	18,7	18,7
1708 Glass parfait (beräknat)	Fosfor	63	63
1708 Glass parfait (beräknat)	Jod	8	9
1708 Glass parfait (beräknat)	Järn	0,43	0,44
1708 Glass parfait (beräknat)	Kalcium	47	48
1708 Glass parfait (beräknat)	Kalium	106	102
1708 Glass parfait (beräknat)	Magnesium	10	10
1708 Glass parfait (beräknat)	Natrium	15	15
1708 Glass parfait (beräknat)	Zink	0,41	0,42
1708 Glass parfait (beräknat)	Retinolekvi	189	189
1708 Glass parfait (beräknat)	Vitamin E	1,61	1,62
1708 Glass parfait (beräknat)	β-Karoten	91	93
1708 Glass parfait (beräknat)	Vitamin K	6	10
1708 Glass parfait (beräknat)	Tiamin	0,03	0,03
1708 Glass parfait (beräknat)	Riboflavin	0,08	0,09
1708 Glass parfait (beräknat)	Vitamin C	9	10
1708 Glass parfait (beräknat)	Niacin	0,1	0,2
1708 Glass parfait (beräknat)	Niacinekviv	0,6	0,6
1708 Glass parfait (beräknat)	Vitamin B6	0,05	0,05
1708 Glass parfait (beräknat)	Folat	30	32
1708 Glass parfait (beräknat)	Salt	0	0
1734 Blåbärssoppa (beräknat)	Summa mä	0	0
1734 Blåbärssoppa (beräknat)	Summa enl	0	0
1734 Blåbärssoppa (beräknat)	Summa flei	0,2	0,2
1734 Blåbärssoppa (beräknat)	Fettsyra 16	0	0
1734 Blåbärssoppa (beräknat)	Fettsyra 18	0	0
1734 Blåbärssoppa (beräknat)	Fettsyra 18	0,1	0,1
1734 Blåbärssoppa (beräknat)	Fettsyra 18	0,1	0,1
1734 Blåbärssoppa (beräknat)	Monosackarid	1,8	1,8
1734 Blåbärssoppa (beräknat)	Disackarid	4,6	4,6
1734 Blåbärssoppa (beräknat)	Sackaros	4,6	4,6
1734 Blåbärssoppa (beräknat)	Energi (kJ)	167	167
1734 Blåbärssoppa (beräknat)	Energi (kcal)	40	40
1734 Blåbärssoppa (beräknat)	Aska	0,1	0,1
1734 Blåbärssoppa (beräknat)	Vatten	89,8	89,8

1734 Blåbärssoppa (beräknat)	Avfall (skal	1	1
1734 Blåbärssoppa (beräknat)	Kolhydrate	8,6	8,6
1734 Blåbärssoppa (beräknat)	Protein	0,2	0,2
1734 Blåbärssoppa (beräknat)	Fibrer	1	1
1734 Blåbärssoppa (beräknat)	Fett	0,2	0,2
1734 Blåbärssoppa (beräknat)	Fosfor	6	6
1734 Blåbärssoppa (beräknat)	Jod	0	0
1734 Blåbärssoppa (beräknat)	Järn	0,19	0,19
1734 Blåbärssoppa (beräknat)	Kalcium	10	10
1734 Blåbärssoppa (beräknat)	Kalium	27	20
1734 Blåbärssoppa (beräknat)	Magnesium	3	3
1734 Blåbärssoppa (beräknat)	Natrium	2	2
1734 Blåbärssoppa (beräknat)	Zink	0,07	0,07
1734 Blåbärssoppa (beräknat)	Retinolekvi	1	3
1734 Blåbärssoppa (beräknat)	Vitamin E	0,03	0,03
1734 Blåbärssoppa (beräknat)	β-Karoten	14	29
1734 Blåbärssoppa (beräknat)	Vitamin K		5
1734 Blåbärssoppa (beräknat)	Tiamin	0,01	0,01
1734 Blåbärssoppa (beräknat)	Riboflavin	0,01	0,01
1734 Blåbärssoppa (beräknat)	Vitamin C	1	1
1734 Blåbärssoppa (beräknat)	Niacin	0,1	0,1
1734 Blåbärssoppa (beräknat)	Niacinekviv	0,1	0,1
1734 Blåbärssoppa (beräknat)	Vitamin B6	0,01	0,01
1734 Blåbärssoppa (beräknat)	Folat	1	2
1734 Blåbärssoppa (beräknat)	Salt	0	0
1744 Kräm bär o el frukt ospec. (beräknat)	Summa mä	0	0
1744 Kräm bär o el frukt ospec. (beräknat)	Summa enl	0	0
1744 Kräm bär o el frukt ospec. (beräknat)	Summa flei	0,1	0,1
1744 Kräm bär o el frukt ospec. (beräknat)	Fettsyra 16	0	0
1744 Kräm bär o el frukt ospec. (beräknat)	Fettsyra 18	0	0
1744 Kräm bär o el frukt ospec. (beräknat)	Fettsyra 18	0	0
1744 Kräm bär o el frukt ospec. (beräknat)	Fettsyra 18	0	0
1744 Kräm bär o el frukt ospec. (beräknat)	Fettsyra 18	0	0
1744 Kräm bär o el frukt ospec. (beräknat)	Monosacke	2,5	2,5
1744 Kräm bär o el frukt ospec. (beräknat)	Disackaride	10,1	10
1744 Kräm bär o el frukt ospec. (beräknat)	Sackaros	10,1	10
1744 Kräm bär o el frukt ospec. (beräknat)	Energi (kJ)	284	283
1744 Kräm bär o el frukt ospec. (beräknat)	Energi (kca	68	68
1744 Kräm bär o el frukt ospec. (beräknat)	Aska	0,2	0,2
1744 Kräm bär o el frukt ospec. (beräknat)	Vatten	82,8	82,9
1744 Kräm bär o el frukt ospec. (beräknat)	Avfall (skal	2	2
1744 Kräm bär o el frukt ospec. (beräknat)	Kolhydrate	15,8	15,8
1744 Kräm bär o el frukt ospec. (beräknat)	Protein	0,2	0,2
1744 Kräm bär o el frukt ospec. (beräknat)	Fibrer	0,9	0,9
1744 Kräm bär o el frukt ospec. (beräknat)	Fett	0,1	0,1
1744 Kräm bär o el frukt ospec. (beräknat)	Fosfor	6	6
1744 Kräm bär o el frukt ospec. (beräknat)	Jod	0	0
1744 Kräm bär o el frukt ospec. (beräknat)	Järn	0,15	0,15
1744 Kräm bär o el frukt ospec. (beräknat)	Kalcium	9	9
1744 Kräm bär o el frukt ospec. (beräknat)	Kalium	44	33

1744 Kräm bär o el frukt ospec. (beräknat)	Magnesium	4	4
1744 Kräm bär o el frukt ospec. (beräknat)	Natrium	2	2
1744 Kräm bär o el frukt ospec. (beräknat)	Zink	0,05	0,05
1744 Kräm bär o el frukt ospec. (beräknat)	Retinolekvi	1	1
1744 Kräm bär o el frukt ospec. (beräknat)	Vitamin E	0,15	0,15
1744 Kräm bär o el frukt ospec. (beräknat)	β-Karoten	8	11
1744 Kräm bär o el frukt ospec. (beräknat)	Vitamin K		2
1744 Kräm bär o el frukt ospec. (beräknat)	Tiamin	0	0
1744 Kräm bär o el frukt ospec. (beräknat)	Riboflavin	0,01	0,01
1744 Kräm bär o el frukt ospec. (beräknat)	Vitamin C	5	5
1744 Kräm bär o el frukt ospec. (beräknat)	Niacin	0,1	0,1
1744 Kräm bär o el frukt ospec. (beräknat)	Niacinekviv	0,1	0,1
1744 Kräm bär o el frukt ospec. (beräknat)	Vitamin B6	0,01	0,01
1744 Kräm bär o el frukt ospec. (beräknat)	Folat	9	8
1744 Kräm bär o el frukt ospec. (beräknat)	Salt	0	0
1745 Pajfyllning efterrätt (beräknat)	Summa mä	0	0
1745 Pajfyllning efterrätt (beräknat)	Summa enl	0	0
1745 Pajfyllning efterrätt (beräknat)	Summa flei	0,2	0,2
1745 Pajfyllning efterrätt (beräknat)	Fettsyra 16	0	0
1745 Pajfyllning efterrätt (beräknat)	Fettsyra 18	0	0
1745 Pajfyllning efterrätt (beräknat)	Fettsyra 18	0	0
1745 Pajfyllning efterrätt (beräknat)	Fettsyra 18	0,1	0,1
1745 Pajfyllning efterrätt (beräknat)	Fettsyra 18	0,1	0,1
1745 Pajfyllning efterrätt (beräknat)	Monosacke	7,2	7,1
1745 Pajfyllning efterrätt (beräknat)	Disackaride	14,6	14,4
1745 Pajfyllning efterrätt (beräknat)	Sackaros	14,6	14,4
1745 Pajfyllning efterrätt (beräknat)	Energi (kJ)	480	473
1745 Pajfyllning efterrätt (beräknat)	Energi (kca	115	113
1745 Pajfyllning efterrätt (beräknat)	Aska	0,4	0,4
1745 Pajfyllning efterrätt (beräknat)	Vatten	70,4	70,8
1745 Pajfyllning efterrätt (beräknat)	Avfall (skal	3	3
1745 Pajfyllning efterrätt (beräknat)	Kolhydrate	25,1	24,8
1745 Pajfyllning efterrätt (beräknat)	Protein	0,9	0,9
1745 Pajfyllning efterrätt (beräknat)	Fibrer	2,8	2,7
1745 Pajfyllning efterrätt (beräknat)	Fett	0,4	0,4
1745 Pajfyllning efterrätt (beräknat)	Fosfor	24	23
1745 Pajfyllning efterrätt (beräknat)	Jod	1	1
1745 Pajfyllning efterrätt (beräknat)	Järn	0,56	0,56
1745 Pajfyllning efterrätt (beräknat)	Kalcium	27	26
1745 Pajfyllning efterrätt (beräknat)	Kalium	158	156
1745 Pajfyllning efterrätt (beräknat)	Magnesium	12	12
1745 Pajfyllning efterrätt (beräknat)	Natrium	3	2
1745 Pajfyllning efterrätt (beräknat)	Zink	0,17	0,17
1745 Pajfyllning efterrätt (beräknat)	Retinolekvi	16	7
1745 Pajfyllning efterrätt (beräknat)	Vitamin E	0,56	0,56
1745 Pajfyllning efterrätt (beräknat)	β-Karoten	190	81
1745 Pajfyllning efterrätt (beräknat)	Vitamin K		10
1745 Pajfyllning efterrätt (beräknat)	Tiamin	0,02	0,02
1745 Pajfyllning efterrätt (beräknat)	Riboflavin	0,02	0,02
1745 Pajfyllning efterrätt (beräknat)	Vitamin C	10	17

1745 Pajfyllning efterrätt (beräknat)	Niacin	0,3	0,3
1745 Pajfyllning efterrätt (beräknat)	Niacinekviv	0,4	0,4
1745 Pajfyllning efterrätt (beräknat)	Vitamin B6	0,04	0,04
1745 Pajfyllning efterrätt (beräknat)	Folat	8	11
1745 Pajfyllning efterrätt (beräknat)	Salt	0	0
1758 Katrinplommonkaka (beräknat)	Summa mä	1,7	1,6
1758 Katrinplommonkaka (beräknat)	Summa enl	3,1	2,9
1758 Katrinplommonkaka (beräknat)	Summa flei	1	1
1758 Katrinplommonkaka (beräknat)	Fettsyra 4:(	0,1	0,1
1758 Katrinplommonkaka (beräknat)	Fettsyra 12	0	0
1758 Katrinplommonkaka (beräknat)	Fettsyra 14	0,2	0,2
1758 Katrinplommonkaka (beräknat)	Fettsyra 16	1	0,9
1758 Katrinplommonkaka (beräknat)	Fettsyra 18	0,3	0,3
1758 Katrinplommonkaka (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1758 Katrinplommonkaka (beräknat)	Fettsyra 16	0,1	0,1
1758 Katrinplommonkaka (beräknat)	Fettsyra 18	2,9	2,8
1758 Katrinplommonkaka (beräknat)	Fettsyra 18	0,9	0,8
1758 Katrinplommonkaka (beräknat)	Fettsyra 18	0,1	0,1
1758 Katrinplommonkaka (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1758 Katrinplommonkaka (beräknat)	DHA (Fettsy	0	0
1758 Katrinplommonkaka (beräknat)	Summa tra	0	0
1758 Katrinplommonkaka (beräknat)	Kolesterol	67,2	62,9
1758 Katrinplommonkaka (beräknat)	Monosacke	11,9	11,1
1758 Katrinplommonkaka (beräknat)	Disackaride	11,1	10,4
1758 Katrinplommonkaka (beräknat)	Sackaros	8,9	8,3
1758 Katrinplommonkaka (beräknat)	Energi (kJ)	886	830
1758 Katrinplommonkaka (beräknat)	Energi (kca	212	198
1758 Katrinplommonkaka (beräknat)	Aska	1,4	1,3
1758 Katrinplommonkaka (beräknat)	Vatten	51,7	54,8
1758 Katrinplommonkaka (beräknat)	Avfall (skal	6	5
1758 Katrinplommonkaka (beräknat)	Kolhydrate	30,3	28,3
1758 Katrinplommonkaka (beräknat)	Protein	6,1	5,7
1758 Katrinplommonkaka (beräknat)	Fibrer	4	3,8
1758 Katrinplommonkaka (beräknat)	Fett	6,4	6
1758 Katrinplommonkaka (beräknat)	Fosfor	138	129
1758 Katrinplommonkaka (beräknat)	Jod	12	11
1758 Katrinplommonkaka (beräknat)	Järn	1,46	1,37
1758 Katrinplommonkaka (beräknat)	Kalcium	102	95
1758 Katrinplommonkaka (beräknat)	Kalium	445	416
1758 Katrinplommonkaka (beräknat)	Magnesium	45	43
1758 Katrinplommonkaka (beräknat)	Natrium	47	44
1758 Katrinplommonkaka (beräknat)	Selen	5,4	5
1758 Katrinplommonkaka (beräknat)	Zink	0,84	0,78
1758 Katrinplommonkaka (beräknat)	Retinolekvi	60	56
1758 Katrinplommonkaka (beräknat)	Retinol	54	51
1758 Katrinplommonkaka (beräknat)	Vitamin D	0,27	0,25
1758 Katrinplommonkaka (beräknat)	Vitamin E	3,4	3,18
1758 Katrinplommonkaka (beräknat)	β-Karoten	71	66
1758 Katrinplommonkaka (beräknat)	Vitamin K	6	5
1758 Katrinplommonkaka (beräknat)	Tiamin	0,07	0,07

1758 Katrinplommonkaka (beräknat)	Riboflavin	0,21	0,2
1758 Katrinplommonkaka (beräknat)	Vitamin C	2	2
1758 Katrinplommonkaka (beräknat)	Niacin	1,1	1
1758 Katrinplommonkaka (beräknat)	Niacinekviv	2,4	2,2
1758 Katrinplommonkaka (beräknat)	Vitamin B1	0,39	0,37
1758 Katrinplommonkaka (beräknat)	Vitamin B6	0,1	0,1
1758 Katrinplommonkaka (beräknat)	Folat	18	17
1758 Katrinplommonkaka (beräknat)	Summa n-3	0	0
1758 Katrinplommonkaka (beräknat)	Summa n-6	0,2	0,2
1758 Katrinplommonkaka (beräknat)	Salt	0,1	0,1
1759 Kalvdans mjölkpulver ägg (beräknat)	Summa mä	2,1	2
1759 Kalvdans mjölkpulver ägg (beräknat)	Summa enl	1,1	1,1
1759 Kalvdans mjölkpulver ägg (beräknat)	Summa flei	0,2	0,2
1759 Kalvdans mjölkpulver ägg (beräknat)	Fettsyra 4:(	0,3	0,3
1759 Kalvdans mjölkpulver ägg (beräknat)	Fettsyra 12	0,1	0,1
1759 Kalvdans mjölkpulver ägg (beräknat)	Fettsyra 14	0,3	0,3
1759 Kalvdans mjölkpulver ägg (beräknat)	Fettsyra 16	1	1
1759 Kalvdans mjölkpulver ägg (beräknat)	Fettsyra 18	0,4	0,4
1759 Kalvdans mjölkpulver ägg (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1759 Kalvdans mjölkpulver ägg (beräknat)	Fettsyra 16	0,1	0,1
1759 Kalvdans mjölkpulver ägg (beräknat)	Fettsyra 18	1,1	1
1759 Kalvdans mjölkpulver ägg (beräknat)	Fettsyra 18	0,2	0,2
1759 Kalvdans mjölkpulver ägg (beräknat)	Fettsyra 18	0	0
1759 Kalvdans mjölkpulver ägg (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1759 Kalvdans mjölkpulver ägg (beräknat)	DHA (Fetts'	0	0
1759 Kalvdans mjölkpulver ägg (beräknat)	Summa tra	0,1	0,1
1759 Kalvdans mjölkpulver ägg (beräknat)	Kolesterol	56,9	54,8
1759 Kalvdans mjölkpulver ägg (beräknat)	Monosacke	0,1	0,1
1759 Kalvdans mjölkpulver ägg (beräknat)	Disackaride	14,4	13,9
1759 Kalvdans mjölkpulver ägg (beräknat)	Sackaros	2,5	2,4
1759 Kalvdans mjölkpulver ägg (beräknat)	Energi (kJ)	563	542
1759 Kalvdans mjölkpulver ägg (beräknat)	Energi (kca	134	130
1759 Kalvdans mjölkpulver ägg (beräknat)	Aska	2,1	2
1759 Kalvdans mjölkpulver ägg (beräknat)	Vatten	69,3	70,5
1759 Kalvdans mjölkpulver ägg (beräknat)	Avfall (skal	2	2
1759 Kalvdans mjölkpulver ägg (beräknat)	Kolhydrate	14,5	14
1759 Kalvdans mjölkpulver ägg (beräknat)	Protein	10	9,6
1759 Kalvdans mjölkpulver ägg (beräknat)	Fett	4	3,8
1759 Kalvdans mjölkpulver ägg (beräknat)	Fosfor	248	239
1759 Kalvdans mjölkpulver ägg (beräknat)	Jod	24	23
1759 Kalvdans mjölkpulver ägg (beräknat)	Järn	0,31	0,3
1759 Kalvdans mjölkpulver ägg (beräknat)	Kalcium	296	284
1759 Kalvdans mjölkpulver ägg (beräknat)	Kalium	426	410
1759 Kalvdans mjölkpulver ägg (beräknat)	Magnesium	28	27
1759 Kalvdans mjölkpulver ägg (beräknat)	Natrium	202	194
1759 Kalvdans mjölkpulver ägg (beräknat)	Selen	6,1	5,8
1759 Kalvdans mjölkpulver ägg (beräknat)	Zink	1,16	1,12
1759 Kalvdans mjölkpulver ägg (beräknat)	Retinolekvi	54	52
1759 Kalvdans mjölkpulver ägg (beräknat)	Retinol	53	51
1759 Kalvdans mjölkpulver ägg (beräknat)	Vitamin D	0,21	0,2

1759 Kalvdans mjölkpulver ägg (beräknat)	Vitamin E	0,8	0,77
1759 Kalvdans mjölkpulver ägg (beräknat)	β-Karoten	12	12
1759 Kalvdans mjölkpulver ägg (beräknat)	Vitamin K	4	4
1759 Kalvdans mjölkpulver ägg (beräknat)	Tiamin	0,11	0,1
1759 Kalvdans mjölkpulver ägg (beräknat)	Riboflavin	0,37	0,35
1759 Kalvdans mjölkpulver ägg (beräknat)	Niacin	0,2	0,2
1759 Kalvdans mjölkpulver ägg (beräknat)	Niacinekviv	2,6	2,5
1759 Kalvdans mjölkpulver ägg (beräknat)	Vitamin B1	1,07	1,03
1759 Kalvdans mjölkpulver ägg (beräknat)	Vitamin B6	0,09	0,09
1759 Kalvdans mjölkpulver ägg (beräknat)	Folat	18	17
1759 Kalvdans mjölkpulver ägg (beräknat)	Summa n-3	0	0
1759 Kalvdans mjölkpulver ägg (beräknat)	Summa n-6	0,2	0,2
1759 Kalvdans mjölkpulver ägg (beräknat)	Salt	0,5	0,5
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Summa mä	2,6	2,5
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Summa enl	2,5	2,5
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Summa flei	0,7	0,7
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Fettsyra 4:(	0,3	0,3
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Fettsyra 12	0,1	0,1
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Fettsyra 14	0,3	0,3
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Fettsyra 16	1,3	1,3
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Fettsyra 18	0,5	0,5
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Fettsyra 16	0,1	0,1
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Fettsyra 18	2,4	2,3
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Fettsyra 18	0,6	0,6
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Fettsyra 18	0,1	0,1
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	DHA (Fetts'	0	0
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Summa tra	0,1	0,1
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Kolesterol	64,4	62,7
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Monosacke	0,1	0,1
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Disackaride	10,2	9,9
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Sackaros	7,7	7,5
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Energi (kJ)	639	623
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Energi (kca	153	149
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Aska	1,3	1,3
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Vatten	68,4	69,3
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Avfall (skal	4	4
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Kolhydrate	12,9	12,6
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Protein	10,4	10,2
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Fibrer	0,3	0,3
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Fett	6,5	6,3
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Fosfor	149	145
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Jod	12	12
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Järn	0,55	0,54
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Kalcium	87	85
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Kalium	139	136
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Magnesium	19	19
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Natrium	217	211
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Selen	6,5	6,3



1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Zink	0,7	0,68
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Retinolekvi	64	63
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Retinol	63	61
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Vitamin D	0,25	0,24
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Vitamin E	1,8	1,75
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	β-Karoten	19	18
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Vitamin K	5	5
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Tiamin	0,07	0,06
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Riboflavin	0,2	0,2
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Vitamin C	0	0
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Niacin	0,3	0,3
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Niacinekviv	2,7	2,7
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Vitamin B1	0,58	0,57
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Vitamin B6	0,05	0,05
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Folat	19	18
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Summa n-3	0	0
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Summa n-6	0,2	0,2
1760 Ostkaka färskost (beräknat)	Salt	0,5	0,5
1762 Brylépudding (beräknat)	Summa mä	1,9	1,8
1762 Brylépudding (beräknat)	Summa enl	1,4	1,4
1762 Brylépudding (beräknat)	Summa flei	0,4	0,4
1762 Brylépudding (beräknat)	Fettsyra 4:(	0,2	0,2
1762 Brylépudding (beräknat)	Fettsyra 12	0,1	0,1
1762 Brylépudding (beräknat)	Fettsyra 14	0,2	0,2
1762 Brylépudding (beräknat)	Fettsyra 16	1	1
1762 Brylépudding (beräknat)	Fettsyra 18	0,4	0,4
1762 Brylépudding (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1762 Brylépudding (beräknat)	Fettsyra 16	0,1	0,1
1762 Brylépudding (beräknat)	Fettsyra 18	1,3	1,3
1762 Brylépudding (beräknat)	Fettsyra 18	0,3	0,3
1762 Brylépudding (beräknat)	Fettsyra 18	0	0
1762 Brylépudding (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1762 Brylépudding (beräknat)	DHA (Fetts'	0	0
1762 Brylépudding (beräknat)	Summa tra	0,1	0,1
1762 Brylépudding (beräknat)	Kolesterol	93,6	91,8
1762 Brylépudding (beräknat)	Monosacke	0,1	0,1
1762 Brylépudding (beräknat)	Disackaride	21,1	20,7
1762 Brylépudding (beräknat)	Sackaros	18,1	17,8
1762 Brylépudding (beräknat)	Energi (kJ)	606	595
1762 Brylépudding (beräknat)	Energi (kca	145	142
1762 Brylépudding (beräknat)	Aska	0,7	0,7
1762 Brylépudding (beräknat)	Vatten	68,6	69,2
1762 Brylépudding (beräknat)	Avfall (skal	3	3
1762 Brylépudding (beräknat)	Kolhydrate	21,1	20,7
1762 Brylépudding (beräknat)	Protein	5,2	5,1
1762 Brylépudding (beräknat)	Fett	4,3	4,2
1762 Brylépudding (beräknat)	Fosfor	102	100
1762 Brylépudding (beräknat)	Jod	16	16
1762 Brylépudding (beräknat)	Järn	0,46	0,45
1762 Brylépudding (beräknat)	Kalcium	84	83

1762 Brylépudding (beräknat)	Kalium	132	130
1762 Brylépudding (beräknat)	Magnesium	10	10
1762 Brylépudding (beräknat)	Natrium	62	61
1762 Brylépudding (beräknat)	Selen	6,9	6,8
1762 Brylépudding (beräknat)	Zink	0,6	0,59
1762 Brylépudding (beräknat)	Retinolekvi	76	74
1762 Brylépudding (beräknat)	Retinol	75	74
1762 Brylépudding (beräknat)	Vitamin D	0,38	0,37
1762 Brylépudding (beräknat)	Vitamin E	1,47	1,45
1762 Brylépudding (beräknat)	β-Karoten	8	8
1762 Brylépudding (beräknat)	Vitamin K	8	8
1762 Brylépudding (beräknat)	Tiamin	0,04	0,04
1762 Brylépudding (beräknat)	Riboflavin	0,17	0,17
1762 Brylépudding (beräknat)	Niacin	0	0
1762 Brylépudding (beräknat)	Niacinekviv	1,3	1,3
1762 Brylépudding (beräknat)	Vitamin B1	0,52	0,51
1762 Brylépudding (beräknat)	Vitamin B6	0,04	0,04
1762 Brylépudding (beräknat)	Folat	21	21
1762 Brylépudding (beräknat)	Summa n-3	0	0
1762 Brylépudding (beräknat)	Summa n-6	0,3	0,3
1762 Brylépudding (beräknat)	Salt	0,2	0,2
1764 Chokladpudding (beräknat)	Summa mä	2,1	2,1
1764 Chokladpudding (beräknat)	Summa enl	0,8	0,8
1764 Chokladpudding (beräknat)	Summa flei	0,1	0,1
1764 Chokladpudding (beräknat)	Fettsyra 4:(	0,3	0,3
1764 Chokladpudding (beräknat)	Fettsyra 12	0,1	0,1
1764 Chokladpudding (beräknat)	Fettsyra 14	0,3	0,3
1764 Chokladpudding (beräknat)	Fettsyra 16	0,9	0,9
1764 Chokladpudding (beräknat)	Fettsyra 18	0,5	0,5
1764 Chokladpudding (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1764 Chokladpudding (beräknat)	Fettsyra 16	0	0
1764 Chokladpudding (beräknat)	Fettsyra 18	0,8	0,8
1764 Chokladpudding (beräknat)	Fettsyra 18	0,1	0,1
1764 Chokladpudding (beräknat)	Fettsyra 18	0	0
1764 Chokladpudding (beräknat)	Summa tra	0,1	0,1
1764 Chokladpudding (beräknat)	Kolesterol	9	8,9
1764 Chokladpudding (beräknat)	Disackaride	15,2	15
1764 Chokladpudding (beräknat)	Sackaros	10,9	10,8
1764 Chokladpudding (beräknat)	Energi (kJ)	545	538
1764 Chokladpudding (beräknat)	Energi (kca	130	129
1764 Chokladpudding (beräknat)	Aska	0,9	0,9
1764 Chokladpudding (beräknat)	Vatten	70,4	70,7
1764 Chokladpudding (beräknat)	Kolhydrate	20,5	20,3
1764 Chokladpudding (beräknat)	Protein	3,8	3,7
1764 Chokladpudding (beräknat)	Fibrer	1,2	1,1
1764 Chokladpudding (beräknat)	Fett	3,3	3,3
1764 Chokladpudding (beräknat)	Fosfor	101	100
1764 Chokladpudding (beräknat)	Jod	12	12
1764 Chokladpudding (beräknat)	Järn	0,39	0,39
1764 Chokladpudding (beräknat)	Kalcium	106	105

1764 Chokladpudding (beräknat)	Kalium	252	249
1764 Chokladpudding (beräknat)	Magnesium	27	27
1764 Chokladpudding (beräknat)	Natrium	38	37
1764 Chokladpudding (beräknat)	Selen	1,6	1,6
1764 Chokladpudding (beräknat)	Zink	0,61	0,6
1764 Chokladpudding (beräknat)	Retinolekvi	23	23
1764 Chokladpudding (beräknat)	Retinol	22	22
1764 Chokladpudding (beräknat)	Vitamin D	0,02	0,02
1764 Chokladpudding (beräknat)	Vitamin E	0,07	0,07
1764 Chokladpudding (beräknat)	β-Karoten	14	13
1764 Chokladpudding (beräknat)	Vitamin K	0	0
1764 Chokladpudding (beräknat)	Tiamin	0,04	0,04
1764 Chokladpudding (beräknat)	Riboflavin	0,12	0,12
1764 Chokladpudding (beräknat)	Niacin	0,1	0,1
1764 Chokladpudding (beräknat)	Niacinekviv	0,9	0,9
1764 Chokladpudding (beräknat)	Vitamin B1	0,33	0,33
1764 Chokladpudding (beräknat)	Vitamin B6	0,04	0,04
1764 Chokladpudding (beräknat)	Folat	5	4
1764 Chokladpudding (beräknat)	Salt	0,1	0,1
1765 Chokladpudding m vispad grädde (beräknat)	Summa mä	6,6	6,6
1765 Chokladpudding m vispad grädde (beräknat)	Summa enl	2,4	2,4
1765 Chokladpudding m vispad grädde (beräknat)	Summa flei	0,2	0,2
1765 Chokladpudding m vispad grädde (beräknat)	Fettsyra 4:(	1	1
1765 Chokladpudding m vispad grädde (beräknat)	Fettsyra 12	0,3	0,3
1765 Chokladpudding m vispad grädde (beräknat)	Fettsyra 14	1	1
1765 Chokladpudding m vispad grädde (beräknat)	Fettsyra 16	2,9	2,9
1765 Chokladpudding m vispad grädde (beräknat)	Fettsyra 18	1,3	1,3
1765 Chokladpudding m vispad grädde (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1765 Chokladpudding m vispad grädde (beräknat)	Fettsyra 16	0,1	0,1
1765 Chokladpudding m vispad grädde (beräknat)	Fettsyra 18	2,2	2,2
1765 Chokladpudding m vispad grädde (beräknat)	Fettsyra 18	0,2	0,2
1765 Chokladpudding m vispad grädde (beräknat)	Fettsyra 18	0,1	0,1
1765 Chokladpudding m vispad grädde (beräknat)	Summa tra	0,3	0,3
1765 Chokladpudding m vispad grädde (beräknat)	Kolesterol	28,2	28,1
1765 Chokladpudding m vispad grädde (beräknat)	Disackaride	13	12,8
1765 Chokladpudding m vispad grädde (beräknat)	Sackaros	8,9	8,8
1765 Chokladpudding m vispad grädde (beräknat)	Energi (kJ)	734	729
1765 Chokladpudding m vispad grädde (beräknat)	Energi (kca	175	174
1765 Chokladpudding m vispad grädde (beräknat)	Aska	0,8	0,8
1765 Chokladpudding m vispad grädde (beräknat)	Vatten	67,4	67,7
1765 Chokladpudding m vispad grädde (beräknat)	Kolhydrate	17,3	17,1
1765 Chokladpudding m vispad grädde (beräknat)	Protein	3,5	3,4
1765 Chokladpudding m vispad grädde (beräknat)	Fibrer	0,9	0,9
1765 Chokladpudding m vispad grädde (beräknat)	Fett	10,1	10,1
1765 Chokladpudding m vispad grädde (beräknat)	Fosfor	93	92
1765 Chokladpudding m vispad grädde (beräknat)	Jod	12	12
1765 Chokladpudding m vispad grädde (beräknat)	Järn	0,33	0,33
1765 Chokladpudding m vispad grädde (beräknat)	Kalcium	100	99
1765 Chokladpudding m vispad grädde (beräknat)	Kalium	224	221
1765 Chokladpudding m vispad grädde (beräknat)	Magnesium	23	23

1765 Chokladpudding m vispad grädde (beräknat)	Natrium	35	35
1765 Chokladpudding m vispad grädde (beräknat)	Selen	1,6	1,6
1765 Chokladpudding m vispad grädde (beräknat)	Zink	0,55	0,55
1765 Chokladpudding m vispad grädde (beräknat)	Retinolekvi	84	83
1765 Chokladpudding m vispad grädde (beräknat)	Retinol	80	80
1765 Chokladpudding m vispad grädde (beräknat)	Vitamin D	0,07	0,07
1765 Chokladpudding m vispad grädde (beräknat)	Vitamin E	0,23	0,23
1765 Chokladpudding m vispad grädde (beräknat)	β-Karoten	45	45
1765 Chokladpudding m vispad grädde (beräknat)	Vitamin K	1	1
1765 Chokladpudding m vispad grädde (beräknat)	Tiamin	0,04	0,04
1765 Chokladpudding m vispad grädde (beräknat)	Riboflavin	0,11	0,11
1765 Chokladpudding m vispad grädde (beräknat)	Niacin	0,1	0,1
1765 Chokladpudding m vispad grädde (beräknat)	Niacinekviv	0,9	0,9
1765 Chokladpudding m vispad grädde (beräknat)	Vitamin B1	0,32	0,32
1765 Chokladpudding m vispad grädde (beräknat)	Vitamin B6	0,03	0,03
1765 Chokladpudding m vispad grädde (beräknat)	Folat	4	4
1765 Chokladpudding m vispad grädde (beräknat)	Salt	0,1	0,1
1766 Chokladmousse (beräknat)	Energi (kJ)	1611	1611
1766 Chokladmousse (beräknat)	Energi (kca	385	385
1767 Ananas- och citronfromage (beräknat)	Energi (kJ)	771	772
1767 Ananas- och citronfromage (beräknat)	Energi (kca	184	184
1770 Vaniljpudding (beräknat)	Summa mä	1,7	1,7
1770 Vaniljpudding (beräknat)	Summa enl	1,9	1,9
1770 Vaniljpudding (beräknat)	Summa flei	0,6	0,6
1770 Vaniljpudding (beräknat)	Fettsyra 4:(	0,1	0,1
1770 Vaniljpudding (beräknat)	Fettsyra 12	0	0
1770 Vaniljpudding (beräknat)	Fettsyra 14	0,1	0,1
1770 Vaniljpudding (beräknat)	Fettsyra 16	1	1
1770 Vaniljpudding (beräknat)	Fettsyra 18	0,4	0,4
1770 Vaniljpudding (beräknat)	Fettsyra 16	0,1	0,1
1770 Vaniljpudding (beräknat)	Fettsyra 18	1,8	1,7
1770 Vaniljpudding (beräknat)	Fettsyra 18	0,5	0,5
1770 Vaniljpudding (beräknat)	Fettsyra 18	0,1	0,1
1770 Vaniljpudding (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1770 Vaniljpudding (beräknat)	DHA (Fetts'	0	0
1770 Vaniljpudding (beräknat)	Summa tra	0	0
1770 Vaniljpudding (beräknat)	Kolesterol	118,3	115,4
1770 Vaniljpudding (beräknat)	Monosacke	0,1	0,1
1770 Vaniljpudding (beräknat)	Disackaride	5	4,9
1770 Vaniljpudding (beräknat)	Sackaros	0,9	0,9
1770 Vaniljpudding (beräknat)	Energi (kJ)	388	381
1770 Vaniljpudding (beräknat)	Energi (kca	93	91
1770 Vaniljpudding (beräknat)	Aska	0,9	0,9
1770 Vaniljpudding (beräknat)	Vatten	81,8	82,3
1770 Vaniljpudding (beräknat)	Avfall (skal	4	4
1770 Vaniljpudding (beräknat)	Kolhydrate	5,2	5
1770 Vaniljpudding (beräknat)	Protein	6,9	6,8
1770 Vaniljpudding (beräknat)	Fett	5	4,9
1770 Vaniljpudding (beräknat)	Fosfor	138	135
1770 Vaniljpudding (beräknat)	Jod	21	21

1770 Vaniljpudding (beräknat)	Järn	0,59	0,58
1770 Vaniljpudding (beräknat)	Kalcium	114	111
1770 Vaniljpudding (beräknat)	Kalium	180	173
1770 Vaniljpudding (beräknat)	Magnesium	14	13
1770 Vaniljpudding (beräknat)	Natrium	85	83
1770 Vaniljpudding (beräknat)	Selen	9	8,8
1770 Vaniljpudding (beräknat)	Zink	0,81	0,79
1770 Vaniljpudding (beräknat)	Retinolekvi	104	101
1770 Vaniljpudding (beräknat)	Retinol	115	112
1770 Vaniljpudding (beräknat)	Vitamin D	0,92	0,9
1770 Vaniljpudding (beräknat)	Vitamin E	2	1,95
1770 Vaniljpudding (beräknat)	β-Karoten	6	6
1770 Vaniljpudding (beräknat)	Vitamin K	10	10
1770 Vaniljpudding (beräknat)	Tiamin	0,06	0,06
1770 Vaniljpudding (beräknat)	Riboflavin	0,25	0,24
1770 Vaniljpudding (beräknat)	Niacin	0,1	0,1
1770 Vaniljpudding (beräknat)	Niacinekviv	1,8	1,7
1770 Vaniljpudding (beräknat)	Vitamin B1	0,75	0,73
1770 Vaniljpudding (beräknat)	Vitamin B6	0,06	0,06
1770 Vaniljpudding (beräknat)	Folat	23	23
1770 Vaniljpudding (beräknat)	Summa n-3	0,1	0,1
1770 Vaniljpudding (beräknat)	Summa n-6	0,4	0,4
1770 Vaniljpudding (beräknat)	Salt	0,2	0,2
1771 Vaniljsås mjölk kaffebrädd (beräknat)	Summa mä	2,2	2,2
1771 Vaniljsås mjölk kaffebrädd (beräknat)	Summa enl	1,2	1,1
1771 Vaniljsås mjölk kaffebrädd (beräknat)	Summa flei	0,2	0,2
1771 Vaniljsås mjölk kaffebrädd (beräknat)	Fettsyra 4:(	0,3	0,3
1771 Vaniljsås mjölk kaffebrädd (beräknat)	Fettsyra 12	0,1	0,1
1771 Vaniljsås mjölk kaffebrädd (beräknat)	Fettsyra 14	0,3	0,3
1771 Vaniljsås mjölk kaffebrädd (beräknat)	Fettsyra 16	1,1	1,1
1771 Vaniljsås mjölk kaffebrädd (beräknat)	Fettsyra 18	0,4	0,4
1771 Vaniljsås mjölk kaffebrädd (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1771 Vaniljsås mjölk kaffebrädd (beräknat)	Fettsyra 16	0,1	0,1
1771 Vaniljsås mjölk kaffebrädd (beräknat)	Fettsyra 18	1,1	1,1
1771 Vaniljsås mjölk kaffebrädd (beräknat)	Fettsyra 18	0,2	0,2
1771 Vaniljsås mjölk kaffebrädd (beräknat)	Fettsyra 18	0	0
1771 Vaniljsås mjölk kaffebrädd (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1771 Vaniljsås mjölk kaffebrädd (beräknat)	DHA (Fetts'	0	0
1771 Vaniljsås mjölk kaffebrädd (beräknat)	Summa tra	0,1	0,1
1771 Vaniljsås mjölk kaffebrädd (beräknat)	Kolesterol	52,3	51,1
1771 Vaniljsås mjölk kaffebrädd (beräknat)	Monosacke	0,1	0,1
1771 Vaniljsås mjölk kaffebrädd (beräknat)	Disackaride	11,4	11,1
1771 Vaniljsås mjölk kaffebrädd (beräknat)	Sackaros	6,6	6,4
1771 Vaniljsås mjölk kaffebrädd (beräknat)	Energi (kJ)	455	445
1771 Vaniljsås mjölk kaffebrädd (beräknat)	Energi (kca	109	106
1771 Vaniljsås mjölk kaffebrädd (beräknat)	Aska	0,8	0,8
1771 Vaniljsås mjölk kaffebrädd (beräknat)	Vatten	77,1	77,7
1771 Vaniljsås mjölk kaffebrädd (beräknat)	Avfall (skal	1	1
1771 Vaniljsås mjölk kaffebrädd (beräknat)	Kolhydrate	12,9	12,6
1771 Vaniljsås mjölk kaffebrädd (beräknat)	Protein	4,9	4,8

1771 Vaniljsås mjölk kaffebrädd (beräknat)	Fibrer	0	0
1771 Vaniljsås mjölk kaffebrädd (beräknat)	Fett	4,1	4
1771 Vaniljsås mjölk kaffebrädd (beräknat)	Fosfor	112	109
1771 Vaniljsås mjölk kaffebrädd (beräknat)	Jod	17	17
1771 Vaniljsås mjölk kaffebrädd (beräknat)	Järn	0,26	0,25
1771 Vaniljsås mjölk kaffebrädd (beräknat)	Kalcium	120	117
1771 Vaniljsås mjölk kaffebrädd (beräknat)	Kalium	175	170
1771 Vaniljsås mjölk kaffebrädd (beräknat)	Magnesium	13	13
1771 Vaniljsås mjölk kaffebrädd (beräknat)	Natrium	58	57
1771 Vaniljsås mjölk kaffebrädd (beräknat)	Selen	4,6	4,5
1771 Vaniljsås mjölk kaffebrädd (beräknat)	Zink	0,6	0,58
1771 Vaniljsås mjölk kaffebrädd (beräknat)	Retinolekvi	55	53
1771 Vaniljsås mjölk kaffebrädd (beräknat)	Retinol	53	52
1771 Vaniljsås mjölk kaffebrädd (beräknat)	Vitamin D	0,2	0,19
1771 Vaniljsås mjölk kaffebrädd (beräknat)	Vitamin E	0,76	0,74
1771 Vaniljsås mjölk kaffebrädd (beräknat)	β-Karoten	14	13
1771 Vaniljsås mjölk kaffebrädd (beräknat)	Vitamin K	4	4
1771 Vaniljsås mjölk kaffebrädd (beräknat)	Tiamin	0,05	0,05
1771 Vaniljsås mjölk kaffebrädd (beräknat)	Riboflavin	0,18	0,17
1771 Vaniljsås mjölk kaffebrädd (beräknat)	Niacin	0,1	0,1
1771 Vaniljsås mjölk kaffebrädd (beräknat)	Niacinekviv	1,2	1,2
1771 Vaniljsås mjölk kaffebrädd (beräknat)	Vitamin B1	0,53	0,52
1771 Vaniljsås mjölk kaffebrädd (beräknat)	Vitamin B6	0,05	0,05
1771 Vaniljsås mjölk kaffebrädd (beräknat)	Folat	11	11
1771 Vaniljsås mjölk kaffebrädd (beräknat)	Summa n-3	0	0
1771 Vaniljsås mjölk kaffebrädd (beräknat)	Summa n-6	0,2	0,2
1771 Vaniljsås mjölk kaffebrädd (beräknat)	Salt	0,1	0,1
1783 Frusen cheesecake frusen ostkaka (beräknat)	Energi (kJ)	1024	1025
1783 Frusen cheesecake frusen ostkaka (beräknat)	Energi (kca)	245	245
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestivek	Summa mä	10,2	10,1
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestivek	Summa enl	8	7,9
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestivek	Summa flei	2,8	2,8
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestivek	Fettsyra 4:(	1,6	1,6
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestivek	Fettsyra 12	0,4	0,4
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestivek	Fettsyra 14	1,4	1,4
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestivek	Fettsyra 16	4,3	4,3
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestivek	Fettsyra 18	1,6	1,6
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestivek	Fettsyra 20	0	0
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestivek	Fettsyra 16	0,2	0,2
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestivek	Fettsyra 18	7,5	7,4
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestivek	Fettsyra 18	1,8	1,8
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestivek	Fettsyra 18	0,7	0,7
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestivek	Fettsyra 20	0	0
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestivek	EPA (Fettsy	0	0
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestivek	DPA (Fettsy	0	0
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestivek	DHA (Fettsy	0	0
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestivek	Summa tra	1	1
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestivek	Kolesterol	88,2	87,6
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestivek	Monosacke	0,1	0,1
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestivek	Disackaride	18,4	18,2

1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestiveκ Sackaros	16,9	16,7
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestiveκ Energi (kJ)	1261	1252
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestiveκ Energi (kca	301	299
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestiveκ Aska	0,9	0,9
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestiveκ Vatten	50,8	51,2
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestiveκ Avfall (skal	2	2
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestiveκ Kolhydrat	20,9	20,7
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestiveκ Protein	5	4,9
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestiveκ Fiber	0,2	0,2
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestiveκ Fett	22,2	22
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestiveκ Fosfor	80	79
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestiveκ Jod	7	7
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestiveκ Järn	0,37	0,37
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestiveκ Kalcium	61	60
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestiveκ Kalium	78	77
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestiveκ Magnesium	7	7
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestiveκ Natrium	218	216
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestiveκ Selen	4,8	4,7
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestiveκ Zink	0,54	0,53
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestiveκ Retinolekvi	235	233
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestiveκ Retinol	169	168
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestiveκ Vitamin D	1,06	1,05
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestiveκ Vitamin E	2,67	2,64
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestiveκ β-Karoten	15	14
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestiveκ Vitamin K	6	6
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestiveκ Tiamin	0,03	0,03
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestiveκ Riboflavin	0,15	0,15
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestiveκ Vitamin C	3	3
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestiveκ Niacin	0,1	0,1
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestiveκ Niacinekviv	1,3	1,3
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestiveκ Vitamin B1	0,33	0,32
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestiveκ Vitamin B6	0,04	0,04
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestiveκ Folat	21	21
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestiveκ Summa n-3	0	0
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestiveκ Summa n-6	0,2	0,2
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestiveκ Fullkorn to	1	1
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestiveκ Salt	0,5	0,5
1784 Cheesecake el ostkaka m botten av digestiveκ Summa lå	0	0
1785 Mannagrynskaka el mannagrynspudding (berä Summa mä	2	2
1785 Mannagrynskaka el mannagrynspudding (berä Summa enl	1,1	1
1785 Mannagrynskaka el mannagrynspudding (berä Summa flei	0,2	0,2
1785 Mannagrynskaka el mannagrynspudding (berä Fettsyra 4:(	0,3	0,3
1785 Mannagrynskaka el mannagrynspudding (berä Fettsyra 12	0,1	0,1
1785 Mannagrynskaka el mannagrynspudding (berä Fettsyra 14	0,3	0,3
1785 Mannagrynskaka el mannagrynspudding (berä Fettsyra 16	1	1
1785 Mannagrynskaka el mannagrynspudding (berä Fettsyra 18	0,4	0,4
1785 Mannagrynskaka el mannagrynspudding (berä Fettsyra 20	0	0
1785 Mannagrynskaka el mannagrynspudding (berä Fettsyra 16	0,1	0,1
1785 Mannagrynskaka el mannagrynspudding (berä Fettsyra 18	1	1
1785 Mannagrynskaka el mannagrynspudding (berä Fettsyra 18	0,2	0,2

1785 Mannagrynskaka el mannagrynspudding (berä Fettsyra 18	0	0
1785 Mannagrynskaka el mannagrynspudding (berä Fettsyra 20	0	0
1785 Mannagrynskaka el mannagrynspudding (berä DHA (Fettsy	0	0
1785 Mannagrynskaka el mannagrynspudding (berä Summa tra	0,1	0,1
1785 Mannagrynskaka el mannagrynspudding (berä Kolesterol	44,9	43,8
1785 Mannagrynskaka el mannagrynspudding (berä Monosacke	3	3
1785 Mannagrynskaka el mannagrynspudding (berä Disackaride	4,4	4,3
1785 Mannagrynskaka el mannagrynspudding (berä Sackaros	0,1	0,1
1785 Mannagrynskaka el mannagrynspudding (berä Energi (kJ)	465	455
1785 Mannagrynskaka el mannagrynspudding (berä Energi (kca	111	109
1785 Mannagrynskaka el mannagrynspudding (berä Aska	1,1	1,1
1785 Mannagrynskaka el mannagrynspudding (berä Vatten	75,5	76,1
1785 Mannagrynskaka el mannagrynspudding (berä Avfall (skal	1	1
1785 Mannagrynskaka el mannagrynspudding (berä Kolhydrate	13,5	13,2
1785 Mannagrynskaka el mannagrynspudding (berä Protein	5,3	5,1
1785 Mannagrynskaka el mannagrynspudding (berä Fibrer	0,7	0,7
1785 Mannagrynskaka el mannagrynspudding (berä Fett	3,8	3,7
1785 Mannagrynskaka el mannagrynspudding (berä Fosfor	112	109
1785 Mannagrynskaka el mannagrynspudding (berä Jod	26	26
1785 Mannagrynskaka el mannagrynspudding (berä Järn	0,5	0,49
1785 Mannagrynskaka el mannagrynspudding (berä Kalcium	114	111
1785 Mannagrynskaka el mannagrynspudding (berä Kalium	204	199
1785 Mannagrynskaka el mannagrynspudding (berä Magnesium	15	15
1785 Mannagrynskaka el mannagrynspudding (berä Natrium	139	136
1785 Mannagrynskaka el mannagrynspudding (berä Selen	4,1	4
1785 Mannagrynskaka el mannagrynspudding (berä Zink	0,59	0,57
1785 Mannagrynskaka el mannagrynspudding (berä Retinolekvi	48	47
1785 Mannagrynskaka el mannagrynspudding (berä Retinol	47	45
1785 Mannagrynskaka el mannagrynspudding (berä Vitamin D	0,17	0,16
1785 Mannagrynskaka el mannagrynspudding (berä Vitamin E	0,67	0,65
1785 Mannagrynskaka el mannagrynspudding (berä $\beta$ -Karoten	13	13
1785 Mannagrynskaka el mannagrynspudding (berä Vitamin K	3	3
1785 Mannagrynskaka el mannagrynspudding (berä Tiamin	0,05	0,05
1785 Mannagrynskaka el mannagrynspudding (berä Riboflavin	0,15	0,15
1785 Mannagrynskaka el mannagrynspudding (berä Vitamin C	1	1
1785 Mannagrynskaka el mannagrynspudding (berä Niacin	0,2	0,2
1785 Mannagrynskaka el mannagrynspudding (berä Niacinekviv	1,3	1,3
1785 Mannagrynskaka el mannagrynspudding (berä Vitamin B1	0,41	0,4
1785 Mannagrynskaka el mannagrynspudding (berä Vitamin B6	0,05	0,04
1785 Mannagrynskaka el mannagrynspudding (berä Folat	10	10
1785 Mannagrynskaka el mannagrynspudding (berä Summa n-3	0	0
1785 Mannagrynskaka el mannagrynspudding (berä Summa n-6	0,1	0,1
1785 Mannagrynskaka el mannagrynspudding (berä Salt	0,3	0,3
1788 Katrinplommonsufflé (beräknat) Summa mä	0,1	0,1
1788 Katrinplommonsufflé (beräknat) Summa enl	0	0
1788 Katrinplommonsufflé (beräknat) Summa flei	0,1	0,1
1788 Katrinplommonsufflé (beräknat) Fettsyra 16	0,1	0,1
1788 Katrinplommonsufflé (beräknat) Fettsyra 18	0	0
1788 Katrinplommonsufflé (beräknat) Fettsyra 18	0	0
1788 Katrinplommonsufflé (beräknat) Fettsyra 18	0,1	0,1



1788 Katrinplommonsufflé (beräknat)	Fettsyra 18	0	0
1788 Katrinplommonsufflé (beräknat)	Monosacke	16,4	15,7
1788 Katrinplommonsufflé (beräknat)	Disackaride	17,4	16,7
1788 Katrinplommonsufflé (beräknat)	Sackaros	17,4	16,7
1788 Katrinplommonsufflé (beräknat)	Energi (kJ)	869	834
1788 Katrinplommonsufflé (beräknat)	Energi (kca	208	199
1788 Katrinplommonsufflé (beräknat)	Aska	1,3	1,2
1788 Katrinplommonsufflé (beräknat)	Vatten	45,4	47,6
1788 Katrinplommonsufflé (beräknat)	Kolhydrate	42,6	40,9
1788 Katrinplommonsufflé (beräknat)	Protein	5,6	5,4
1788 Katrinplommonsufflé (beräknat)	Fibrer	4,9	4,7
1788 Katrinplommonsufflé (beräknat)	Fett	0,3	0,3
1788 Katrinplommonsufflé (beräknat)	Fosfor	49	47
1788 Katrinplommonsufflé (beräknat)	Jod	0	0
1788 Katrinplommonsufflé (beräknat)	Järn	1,12	1,07
1788 Katrinplommonsufflé (beräknat)	Kalcium	33	32
1788 Katrinplommonsufflé (beräknat)	Kalium	470	451
1788 Katrinplommonsufflé (beräknat)	Magnesium	33	31
1788 Katrinplommonsufflé (beräknat)	Natrium	65	63
1788 Katrinplommonsufflé (beräknat)	Selen	8,5	8,2
1788 Katrinplommonsufflé (beräknat)	Zink	0,28	0,27
1788 Katrinplommonsufflé (beräknat)	Retinolekvi	7	6
1788 Katrinplommonsufflé (beräknat)	Vitamin E	1,28	1,23
1788 Katrinplommonsufflé (beräknat)	β-Karoten	78	75
1788 Katrinplommonsufflé (beräknat)	Tiamin	0,03	0,03
1788 Katrinplommonsufflé (beräknat)	Riboflavin	0,21	0,2
1788 Katrinplommonsufflé (beräknat)	Vitamin C	1	1
1788 Katrinplommonsufflé (beräknat)	Niacin	1,2	1,1
1788 Katrinplommonsufflé (beräknat)	Niacinekviv	2,4	2,3
1788 Katrinplommonsufflé (beräknat)	Vitamin B1	0,04	0,03
1788 Katrinplommonsufflé (beräknat)	Vitamin B6	0,09	0,08
1788 Katrinplommonsufflé (beräknat)	Folat	3	2
1788 Katrinplommonsufflé (beräknat)	Salt	0,2	0,2
1790 Friterad banan (beräknat)	Summa mä	0,9	2,4
1790 Friterad banan (beräknat)	Summa enl	1,2	1,7
1790 Friterad banan (beräknat)	Summa flei	2,9	0,7
1790 Friterad banan (beräknat)	Fettsyra 4:(	0	0
1790 Friterad banan (beräknat)	Fettsyra 12	0	0
1790 Friterad banan (beräknat)	Fettsyra 14	0	0
1790 Friterad banan (beräknat)	Fettsyra 16	0,6	2,1
1790 Friterad banan (beräknat)	Fettsyra 18	0,2	0,2
1790 Friterad banan (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1790 Friterad banan (beräknat)	Fettsyra 16	0	0
1790 Friterad banan (beräknat)	Fettsyra 18	1,1	1,7
1790 Friterad banan (beräknat)	Fettsyra 18	2,5	0,6
1790 Friterad banan (beräknat)	Fettsyra 18	0,4	0
1790 Friterad banan (beräknat)	Monosacke	5,5	5,4
1790 Friterad banan (beräknat)	Disackaride	5,2	5,1
1790 Friterad banan (beräknat)	Sackaros	5	4,9
1790 Friterad banan (beräknat)	Energi (kJ)	866	849

1790 Friterad banan (beräknat)	Energi (kca	207	203
1790 Friterad banan (beräknat)	Aska	2,2	2,2
1790 Friterad banan (beräknat)	Vatten	52,1	53
1790 Friterad banan (beräknat)	Avfall (skal	28	28
1790 Friterad banan (beräknat)	Kolhydrate	35,3	34,6
1790 Friterad banan (beräknat)	Protein	3,2	3,1
1790 Friterad banan (beräknat)	Fibrer	1,9	1,9
1790 Friterad banan (beräknat)	Fett	5,3	5,2
1790 Friterad banan (beräknat)	Fosfor	289	284
1790 Friterad banan (beräknat)	Jod	1	1
1790 Friterad banan (beräknat)	Järn	0,59	0,57
1790 Friterad banan (beräknat)	Kalcium	340	334
1790 Friterad banan (beräknat)	Kalium	333	327
1790 Friterad banan (beräknat)	Magnesium	31	31
1790 Friterad banan (beräknat)	Natrium	347	340
1790 Friterad banan (beräknat)	Selen	1	1
1790 Friterad banan (beräknat)	Zink	0,42	0,41
1790 Friterad banan (beräknat)	Retinolekvi	42	1
1790 Friterad banan (beräknat)	Retinol	41	0
1790 Friterad banan (beräknat)	Vitamin D	0,34	0
1790 Friterad banan (beräknat)	Vitamin E	1,02	1,23
1790 Friterad banan (beräknat)	β-Karoten	11	11
1790 Friterad banan (beräknat)	Vitamin K	0	0
1790 Friterad banan (beräknat)	Tiamin	0,11	0,11
1790 Friterad banan (beräknat)	Riboflavin	0,08	0,07
1790 Friterad banan (beräknat)	Vitamin C	4	4
1790 Friterad banan (beräknat)	Niacin	1,3	1,3
1790 Friterad banan (beräknat)	Niacinekviv	1,8	1,8
1790 Friterad banan (beräknat)	Vitamin B6	0,32	0,32
1790 Friterad banan (beräknat)	Folat	15	15
1790 Friterad banan (beräknat)	Salt	0,9	0,8
1986 Vit gratängsås (beräknat)	Summa mä	2,5	2,4
1986 Vit gratängsås (beräknat)	Summa enl	3,2	3,1
1986 Vit gratängsås (beräknat)	Summa flei	1,3	1,2
1986 Vit gratängsås (beräknat)	Fettsyra 4:(	0,3	0,3
1986 Vit gratängsås (beräknat)	Fettsyra 12	0,1	0,1
1986 Vit gratängsås (beräknat)	Fettsyra 14	0,3	0,3
1986 Vit gratängsås (beräknat)	Fettsyra 16	1,2	1,2
1986 Vit gratängsås (beräknat)	Fettsyra 18	0,5	0,5
1986 Vit gratängsås (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1986 Vit gratängsås (beräknat)	Fettsyra 16	0,1	0,1
1986 Vit gratängsås (beräknat)	Fettsyra 18	3,1	3
1986 Vit gratängsås (beräknat)	Fettsyra 18	0,9	0,9
1986 Vit gratängsås (beräknat)	Fettsyra 18	0,3	0,3
1986 Vit gratängsås (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1986 Vit gratängsås (beräknat)	DHA (Fettsy	0	0
1986 Vit gratängsås (beräknat)	Summa tra	0,1	0,1
1986 Vit gratängsås (beräknat)	Kolesterol	48	46,9
1986 Vit gratängsås (beräknat)	Monosacke	0	0
1986 Vit gratängsås (beräknat)	Disackaride	4,5	4,4

1986 Vit gratängsås (beräknat)	Sackaros	0	0
1986 Vit gratängsås (beräknat)	Energi (kJ)	521	510
1986 Vit gratängsås (beräknat)	Energi (kca)	125	122
1986 Vit gratängsås (beräknat)	Aska	2,4	2,3
1986 Vit gratängsås (beräknat)	Vatten	75,5	76,1
1986 Vit gratängsås (beräknat)	Avfall (skal	1	1
1986 Vit gratängsås (beräknat)	Kolhydrat	8,9	8,7
1986 Vit gratängsås (beräknat)	Protein	5,5	5,4
1986 Vit gratängsås (beräknat)	Fibrer	0,2	0,2
1986 Vit gratängsås (beräknat)	Fett	7,4	7,3
1986 Vit gratängsås (beräknat)	Fosfor	119	116
1986 Vit gratängsås (beräknat)	Jod	16	16
1986 Vit gratängsås (beräknat)	Järn	0,36	0,36
1986 Vit gratängsås (beräknat)	Kalcium	112	110
1986 Vit gratängsås (beräknat)	Kalium	171	166
1986 Vit gratängsås (beräknat)	Magnesium	16	16
1986 Vit gratängsås (beräknat)	Natrium	615	600
1986 Vit gratängsås (beräknat)	Selen	4,3	4,2
1986 Vit gratängsås (beräknat)	Zink	0,63	0,62
1986 Vit gratängsås (beräknat)	Retinolekvi	84	82
1986 Vit gratängsås (beräknat)	Retinol	49	48
1986 Vit gratängsås (beräknat)	Vitamin D	0,6	0,59
1986 Vit gratängsås (beräknat)	Vitamin E	1,48	1,44
1986 Vit gratängsås (beräknat)	β-Karoten	13	12
1986 Vit gratängsås (beräknat)	Vitamin K	4	4
1986 Vit gratängsås (beräknat)	Tiamin	0,07	0,07
1986 Vit gratängsås (beräknat)	Riboflavin	0,18	0,17
1986 Vit gratängsås (beräknat)	Vitamin C	0	0
1986 Vit gratängsås (beräknat)	Niacin	0,6	0,6
1986 Vit gratängsås (beräknat)	Niacinekviv	1,8	1,8
1986 Vit gratängsås (beräknat)	Vitamin B1	0,49	0,48
1986 Vit gratängsås (beräknat)	Vitamin B6	0,07	0,07
1986 Vit gratängsås (beräknat)	Folat	13	13
1986 Vit gratängsås (beräknat)	Summa n-3	0	0
1986 Vit gratängsås (beräknat)	Summa n-6	0,1	0,1
1986 Vit gratängsås (beräknat)	Salt	1,5	1,5
1990 Ostsås till moussaka (beräknat)	Summa mä	3,9	3,8
1990 Ostsås till moussaka (beräknat)	Summa enl	2,3	2,2
1990 Ostsås till moussaka (beräknat)	Summa flei	0,5	0,5
1990 Ostsås till moussaka (beräknat)	Fettsyra 4:(	0,5	0,5
1990 Ostsås till moussaka (beräknat)	Fettsyra 12	0,1	0,1
1990 Ostsås till moussaka (beräknat)	Fettsyra 14	0,5	0,5
1990 Ostsås till moussaka (beräknat)	Fettsyra 16	2	1,9
1990 Ostsås till moussaka (beräknat)	Fettsyra 18	0,8	0,7
1990 Ostsås till moussaka (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
1990 Ostsås till moussaka (beräknat)	Fettsyra 16	0,1	0,1
1990 Ostsås till moussaka (beräknat)	Fettsyra 18	2,1	2
1990 Ostsås till moussaka (beräknat)	Fettsyra 18	0,4	0,4
1990 Ostsås till moussaka (beräknat)	Fettsyra 18	0,1	0,1
1990 Ostsås till moussaka (beräknat)	Fettsyra 20	0	0

1990 Ostsås till moussaka (beräknat)	DHA (Fetts	0	0
1990 Ostsås till moussaka (beräknat)	Summa tra	0,1	0,1
1990 Ostsås till moussaka (beräknat)	Kolesterol	110,5	107,1
1990 Ostsås till moussaka (beräknat)	Monosacke	0,1	0,1
1990 Ostsås till moussaka (beräknat)	Disackaride	3,6	3,5
1990 Ostsås till moussaka (beräknat)	Sackaros	0	0
1990 Ostsås till moussaka (beräknat)	Energi (kJ)	569	553
1990 Ostsås till moussaka (beräknat)	Energi (kca	136	132
1990 Ostsås till moussaka (beräknat)	Aska	2	1,9
1990 Ostsås till moussaka (beräknat)	Vatten	73,3	74,1
1990 Ostsås till moussaka (beräknat)	Avfall (skal	3	3
1990 Ostsås till moussaka (beräknat)	Kolhydrate	7,7	7,4
1990 Ostsås till moussaka (beräknat)	Protein	9,1	8,8
1990 Ostsås till moussaka (beräknat)	Fibrer	0,1	0,1
1990 Ostsås till moussaka (beräknat)	Fett	7,7	7,5
1990 Ostsås till moussaka (beräknat)	Fosfor	174	169
1990 Ostsås till moussaka (beräknat)	Jod	62	60
1990 Ostsås till moussaka (beräknat)	Järn	0,58	0,57
1990 Ostsås till moussaka (beräknat)	Kalcium	174	168
1990 Ostsås till moussaka (beräknat)	Kalium	170	162
1990 Ostsås till moussaka (beräknat)	Magnesium	17	16
1990 Ostsås till moussaka (beräknat)	Natrium	447	433
1990 Ostsås till moussaka (beräknat)	Selen	8,8	8,5
1990 Ostsås till moussaka (beräknat)	Zink	1,05	1,02
1990 Ostsås till moussaka (beräknat)	Retinolekvi	108	105
1990 Ostsås till moussaka (beräknat)	Retinol	106	103
1990 Ostsås till moussaka (beräknat)	Vitamin D	0,43	0,42
1990 Ostsås till moussaka (beräknat)	Vitamin E	1,7	1,65
1990 Ostsås till moussaka (beräknat)	β-Karoten	23	22
1990 Ostsås till moussaka (beräknat)	Vitamin K	9	9
1990 Ostsås till moussaka (beräknat)	Tiamin	0,07	0,07
1990 Ostsås till moussaka (beräknat)	Riboflavin	0,24	0,24
1990 Ostsås till moussaka (beräknat)	Vitamin C	0	0
1990 Ostsås till moussaka (beräknat)	Niacin	0,3	0,3
1990 Ostsås till moussaka (beräknat)	Niacinekviv	2,4	2,3
1990 Ostsås till moussaka (beräknat)	Vitamin B1	0,78	0,75
1990 Ostsås till moussaka (beräknat)	Vitamin B6	0,07	0,07
1990 Ostsås till moussaka (beräknat)	Folat	23	22
1990 Ostsås till moussaka (beräknat)	Summa n-3	0,1	0,1
1990 Ostsås till moussaka (beräknat)	Summa n-6	0,4	0,3
1990 Ostsås till moussaka (beräknat)	Salt	1,1	1,1
1995 Currysås (beräknat)	Summa mä	1,5	1,5
1995 Currysås (beräknat)	Summa enl	2,4	2,4
1995 Currysås (beräknat)	Summa flei	1	1
1995 Currysås (beräknat)	Fettsyra 4:(	0,2	0,2
1995 Currysås (beräknat)	Fettsyra 12	0,1	0,1
1995 Currysås (beräknat)	Fettsyra 14	0,2	0,2
1995 Currysås (beräknat)	Fettsyra 16	0,7	0,7
1995 Currysås (beräknat)	Fettsyra 18	0,3	0,3
1995 Currysås (beräknat)	Fettsyra 20	0	0

1995 Currysås (beräknat)	Fettsyra 16	0	0
1995 Currysås (beräknat)	Fettsyra 18	2,4	2,4
1995 Currysås (beräknat)	Fettsyra 18	0,7	0,7
1995 Currysås (beräknat)	Fettsyra 18	0,3	0,3
1995 Currysås (beräknat)	Summa tra	0,1	0,1
1995 Currysås (beräknat)	Kolesterol	4,6	4,6
1995 Currysås (beräknat)	Monosacke	0	0
1995 Currysås (beräknat)	Disackaride	0,5	0,5
1995 Currysås (beräknat)	Sackaros	0	0
1995 Currysås (beräknat)	Energi (kJ)	270	270
1995 Currysås (beräknat)	Energi (kca	65	64
1995 Currysås (beräknat)	Aska	1	1
1995 Currysås (beräknat)	Vatten	89,1	89,1
1995 Currysås (beräknat)	Kolhydrate	3,6	3,6
1995 Currysås (beräknat)	Protein	1	1
1995 Currysås (beräknat)	Fibrer	0,1	0,1
1995 Currysås (beräknat)	Fett	5,1	5,1
1995 Currysås (beräknat)	Fosfor	16	16
1995 Currysås (beräknat)	Jod	1	1
1995 Currysås (beräknat)	Järn	0,14	0,14
1995 Currysås (beräknat)	Kalcium	15	15
1995 Currysås (beräknat)	Kalium	27	26
1995 Currysås (beräknat)	Magnesium	4	4
1995 Currysås (beräknat)	Natrium	232	232
1995 Currysås (beräknat)	Selen	0,3	0,3
1995 Currysås (beräknat)	Zink	0,07	0,07
1995 Currysås (beräknat)	Retinolekvi	50	50
1995 Currysås (beräknat)	Retinol	13	13
1995 Currysås (beräknat)	Vitamin D	0,41	0,41
1995 Currysås (beräknat)	Vitamin E	0,85	0,85
1995 Currysås (beräknat)	β-Karoten	58	58
1995 Currysås (beräknat)	Vitamin K	0	0
1995 Currysås (beräknat)	Tiamin	0,07	0,07
1995 Currysås (beräknat)	Riboflavin	0,05	0,05
1995 Currysås (beräknat)	Vitamin C	8	8
1995 Currysås (beräknat)	Niacin	0,8	0,8
1995 Currysås (beräknat)	Niacinekviv	1	0,9
1995 Currysås (beräknat)	Vitamin B1	0,03	0,03
1995 Currysås (beräknat)	Vitamin B6	0,02	0,02
1995 Currysås (beräknat)	Folat	4	4
1995 Currysås (beräknat)	Salt	0,6	0,6
2002 Äggsås m persilja (beräknat)	Summa mä	2,9	2,9
2002 Äggsås m persilja (beräknat)	Summa enl	3,5	3,4
2002 Äggsås m persilja (beräknat)	Summa flei	1,3	1,3
2002 Äggsås m persilja (beräknat)	Fettsyra 4:(	0,3	0,3
2002 Äggsås m persilja (beräknat)	Fettsyra 12	0,1	0,1
2002 Äggsås m persilja (beräknat)	Fettsyra 14	0,3	0,3
2002 Äggsås m persilja (beräknat)	Fettsyra 16	1,5	1,4
2002 Äggsås m persilja (beräknat)	Fettsyra 18	0,6	0,6
2002 Äggsås m persilja (beräknat)	Fettsyra 20	0	0

2002 Äggsås m persilja (beräknat)	Fettsyra 16	0,1	0,1
2002 Äggsås m persilja (beräknat)	Fettsyra 18	3,3	3,3
2002 Äggsås m persilja (beräknat)	Fettsyra 18	0,9	0,9
2002 Äggsås m persilja (beräknat)	Fettsyra 18	0,3	0,3
2002 Äggsås m persilja (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
2002 Äggsås m persilja (beräknat)	DHA (Fetts	0	0
2002 Äggsås m persilja (beräknat)	Summa tra	0,1	0,1
2002 Äggsås m persilja (beräknat)	Kolesterol	78,4	77,2
2002 Äggsås m persilja (beräknat)	Monosacke	0,1	0,1
2002 Äggsås m persilja (beräknat)	Disackaride	0,3	0,2
2002 Äggsås m persilja (beräknat)	Sackaros	0	0
2002 Äggsås m persilja (beräknat)	Energi (kJ)	395	391
2002 Äggsås m persilja (beräknat)	Energi (kca	94	93
2002 Äggsås m persilja (beräknat)	Aska	1,3	1,3
2002 Äggsås m persilja (beräknat)	Vatten	85	85,3
2002 Äggsås m persilja (beräknat)	Avfall (skal	2	2
2002 Äggsås m persilja (beräknat)	Kolhydrate	2	2
2002 Äggsås m persilja (beräknat)	Protein	3,1	3,1
2002 Äggsås m persilja (beräknat)	Fibrer	0,1	0,1
2002 Äggsås m persilja (beräknat)	Fett	8,3	8,2
2002 Äggsås m persilja (beräknat)	Fosfor	49	48
2002 Äggsås m persilja (beräknat)	Jod	7	7
2002 Äggsås m persilja (beräknat)	Järn	0,52	0,51
2002 Äggsås m persilja (beräknat)	Kalcium	26	25
2002 Äggsås m persilja (beräknat)	Kalium	55	51
2002 Äggsås m persilja (beräknat)	Magnesium	6	6
2002 Äggsås m persilja (beräknat)	Natrium	292	288
2002 Äggsås m persilja (beräknat)	Selen	4,8	4,7
2002 Äggsås m persilja (beräknat)	Zink	0,33	0,33
2002 Äggsås m persilja (beräknat)	Retinolekvi	114	112
2002 Äggsås m persilja (beräknat)	Retinol	74	73
2002 Äggsås m persilja (beräknat)	Vitamin D	0,7	0,69
2002 Äggsås m persilja (beräknat)	Vitamin E	1,95	1,92
2002 Äggsås m persilja (beräknat)	β-Karoten	115	114
2002 Äggsås m persilja (beräknat)	Vitamin K	7	6
2002 Äggsås m persilja (beräknat)	Tiamin	0,03	0,03
2002 Äggsås m persilja (beräknat)	Riboflavin	0,11	0,11
2002 Äggsås m persilja (beräknat)	Vitamin C	2	1
2002 Äggsås m persilja (beräknat)	Niacin	0,3	0,3
2002 Äggsås m persilja (beräknat)	Niacinekviv	1	1
2002 Äggsås m persilja (beräknat)	Vitamin B1	0,37	0,36
2002 Äggsås m persilja (beräknat)	Vitamin B6	0,03	0,03
2002 Äggsås m persilja (beräknat)	Folat	17	16
2002 Äggsås m persilja (beräknat)	Summa n-3	0	0
2002 Äggsås m persilja (beräknat)	Summa n-6	0,3	0,3
2002 Äggsås m persilja (beräknat)	Salt	0,7	0,7
2092 Dansk sjömansbiff (beräknat)	Summa mä	1,4	1,2
2092 Dansk sjömansbiff (beräknat)	Summa enl	1,9	1,7
2092 Dansk sjömansbiff (beräknat)	Summa flei	0,6	0,6
2092 Dansk sjömansbiff (beräknat)	Fettsyra 4:(	0	0

2092 Dansk sjömansbiff (beräknat)	Fettsyra 12	0	0
2092 Dansk sjömansbiff (beräknat)	Fettsyra 14	0,1	0,1
2092 Dansk sjömansbiff (beräknat)	Fettsyra 16	0,7	0,6
2092 Dansk sjömansbiff (beräknat)	Fettsyra 18	0,5	0,4
2092 Dansk sjömansbiff (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
2092 Dansk sjömansbiff (beräknat)	Fettsyra 16	0,1	0,1
2092 Dansk sjömansbiff (beräknat)	Fettsyra 18	1,8	1,6
2092 Dansk sjömansbiff (beräknat)	Fettsyra 18	0,4	0,4
2092 Dansk sjömansbiff (beräknat)	Fettsyra 18	0,2	0,1
2092 Dansk sjömansbiff (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
2092 Dansk sjömansbiff (beräknat)	DPA (Fettsy	0	0
2092 Dansk sjömansbiff (beräknat)	DHA (Fettsy'	0	0
2092 Dansk sjömansbiff (beräknat)	Summa tra	0	0
2092 Dansk sjömansbiff (beräknat)	Kolesterol	24,4	20,9
2092 Dansk sjömansbiff (beräknat)	Monosacke	0,9	0,8
2092 Dansk sjömansbiff (beräknat)	Disackaride	1,1	1
2092 Dansk sjömansbiff (beräknat)	Sackaros	0,6	0,6
2092 Dansk sjömansbiff (beräknat)	Energi (kJ)	560	500
2092 Dansk sjömansbiff (beräknat)	Energi (kca	134	120
2092 Dansk sjömansbiff (beräknat)	Aska	2,6	2,3
2092 Dansk sjömansbiff (beräknat)	Vatten	68	71,3
2092 Dansk sjömansbiff (beräknat)	Avfall (skal	16	14
2092 Dansk sjömansbiff (beräknat)	Kolhydrat	14,9	13,6
2092 Dansk sjömansbiff (beräknat)	Protein	7,3	6,4
2092 Dansk sjömansbiff (beräknat)	Alkohol	0,3	0,3
2092 Dansk sjömansbiff (beräknat)	Fibrer	1,8	1,6
2092 Dansk sjömansbiff (beräknat)	Fett	4,3	3,8
2092 Dansk sjömansbiff (beräknat)	Fosfor	99	87
2092 Dansk sjömansbiff (beräknat)	Jod	57	50
2092 Dansk sjömansbiff (beräknat)	Järn	0,77	0,66
2092 Dansk sjömansbiff (beräknat)	Kalcium	26	23
2092 Dansk sjömansbiff (beräknat)	Kalium	382	300
2092 Dansk sjömansbiff (beräknat)	Magnesium	26	23
2092 Dansk sjömansbiff (beräknat)	Natrium	624	559
2092 Dansk sjömansbiff (beräknat)	Selen	2,8	2,4
2092 Dansk sjömansbiff (beräknat)	Zink	1,7	1,47
2092 Dansk sjömansbiff (beräknat)	Retinolekvi	27	24
2092 Dansk sjömansbiff (beräknat)	Retinol	11	9
2092 Dansk sjömansbiff (beräknat)	Vitamin D	0,36	0,32
2092 Dansk sjömansbiff (beräknat)	Vitamin E	0,69	0,62
2092 Dansk sjömansbiff (beräknat)	β-Karoten	9	8
2092 Dansk sjömansbiff (beräknat)	Vitamin K	2	2
2092 Dansk sjömansbiff (beräknat)	Tiamin	0,05	0,05
2092 Dansk sjömansbiff (beräknat)	Riboflavin	0,08	0,07
2092 Dansk sjömansbiff (beräknat)	Vitamin C	7	7
2092 Dansk sjömansbiff (beräknat)	Niacin	2,5	2,3
2092 Dansk sjömansbiff (beräknat)	Niacinekviv	3,9	3,4
2092 Dansk sjömansbiff (beräknat)	Vitamin B1	0,2	0,17
2092 Dansk sjömansbiff (beräknat)	Vitamin B6	0,17	0,15
2092 Dansk sjömansbiff (beräknat)	Folat	15	14

2092 Dansk sjömansbiff (beräknat)	Summa n-3	0	0
2092 Dansk sjömansbiff (beräknat)	Summa n-6	0	0
2092 Dansk sjömansbiff (beräknat)	Fullkorn to	0	0
2092 Dansk sjömansbiff (beräknat)	Salt	1,6	1,4
2099 Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Summa mä	7,9	9
2099 Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Summa enl	7	7,9
2099 Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Summa flei	1,2	1,2
2099 Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Fettsyra 4:(	0	0
2099 Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Fettsyra 14	0,4	0,5
2099 Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Fettsyra 16	4,3	4,8
2099 Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Fettsyra 18	3	3,5
2099 Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Fettsyra 20	0	0,1
2099 Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Fettsyra 16	0,5	0,6
2099 Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Fettsyra 18	6,3	7,1
2099 Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Fettsyra 18	0,9	0,8
2099 Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Fettsyra 18	0,1	0,1
2099 Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Fettsyra 20	0,1	0,1
2099 Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	EPA (Fettsy	0	0
2099 Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	DPA (Fettsy	0	0,1
2099 Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	DHA (Fettsy	0	0
2099 Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Energi (kJ)	1062	1135
2099 Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Energi (kca	254	271
2099 Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Vatten	56,1	54,3
2099 Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Protein	24,9	24,5
2099 Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Fett	17,2	19,4
2099 Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Fosfor	221	223
2099 Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Järn	2,56	2,47
2099 Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Kalcium	11	10
2099 Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Kalium	401	411
2099 Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Magnesium	26	29
2099 Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Natrium	298	283
2099 Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Selen	9,7	10,7
2099 Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Zink	6,45	6,17
2099 Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Retinolekvi	10	10
2099 Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Retinol	9	9
2099 Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Vitamin D	0,66	0,69
2099 Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Vitamin E	0,25	0,48
2099 Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Tiamin	0,22	0,2
2099 Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Riboflavin	0,3	0,18
2099 Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Niacin	5,4	6,7
2099 Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Niacinekviv	9,9	11,2
2099 Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Vitamin B1	1,1	1,25
2099 Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Vitamin B6	0,54	0,45
2099 Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Folat	9	9
2099 Hamburgare blandfärs stekt (beräknat)	Salt	0,8	0,7
2103 Stekt kött nöt/gris ospec. (beräknat)	Summa mä	4,2	4,2
2103 Stekt kött nöt/gris ospec. (beräknat)	Summa enl	4	4
2103 Stekt kött nöt/gris ospec. (beräknat)	Summa flei	0,8	0,8
2103 Stekt kött nöt/gris ospec. (beräknat)	Fettsyra 4:(	0	0
2103 Stekt kött nöt/gris ospec. (beräknat)	Fettsyra 12	0	0



2103 Stekt kött nöt/gris ospec. (beräknat)	Fettsyra 14	0,2	0,2
2103 Stekt kött nöt/gris ospec. (beräknat)	Fettsyra 16	2,4	2,4
2103 Stekt kött nöt/gris ospec. (beräknat)	Fettsyra 18	1,5	1,5
2103 Stekt kött nöt/gris ospec. (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
2103 Stekt kött nöt/gris ospec. (beräknat)	Fettsyra 16	0,3	0,3
2103 Stekt kött nöt/gris ospec. (beräknat)	Fettsyra 18	3,5	3,5
2103 Stekt kött nöt/gris ospec. (beräknat)	Fettsyra 18	0,6	0,6
2103 Stekt kött nöt/gris ospec. (beräknat)	Fettsyra 18	0	0
2103 Stekt kött nöt/gris ospec. (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
2103 Stekt kött nöt/gris ospec. (beräknat)	EPA (Fettsy	0	0
2103 Stekt kött nöt/gris ospec. (beräknat)	DPA (Fettsy	0	0
2103 Stekt kött nöt/gris ospec. (beräknat)	DHA (Fettsy'	0	0
2103 Stekt kött nöt/gris ospec. (beräknat)	Kolesterol	73,7	73,7
2103 Stekt kött nöt/gris ospec. (beräknat)	Energi (kJ)	815	814
2103 Stekt kött nöt/gris ospec. (beräknat)	Energi (kca	195	195
2103 Stekt kött nöt/gris ospec. (beräknat)	Aska	2,1	2,1
2103 Stekt kött nöt/gris ospec. (beräknat)	Vatten	61,4	61,4
2103 Stekt kött nöt/gris ospec. (beräknat)	Protein	26,8	26,8
2103 Stekt kött nöt/gris ospec. (beräknat)	Fett	9,7	9,7
2103 Stekt kött nöt/gris ospec. (beräknat)	Fosfor	246	246
2103 Stekt kött nöt/gris ospec. (beräknat)	Jod	21	21
2103 Stekt kött nöt/gris ospec. (beräknat)	Järn	2,53	2,53
2103 Stekt kött nöt/gris ospec. (beräknat)	Kalcium	10	10
2103 Stekt kött nöt/gris ospec. (beräknat)	Kalium	448	448
2103 Stekt kött nöt/gris ospec. (beräknat)	Magnesium	33	33
2103 Stekt kött nöt/gris ospec. (beräknat)	Natrium	321	323
2103 Stekt kött nöt/gris ospec. (beräknat)	Selen	12,8	12,8
2103 Stekt kött nöt/gris ospec. (beräknat)	Zink	4,82	4,82
2103 Stekt kött nöt/gris ospec. (beräknat)	Retinolekvi	10	10
2103 Stekt kött nöt/gris ospec. (beräknat)	Retinol	10	10
2103 Stekt kött nöt/gris ospec. (beräknat)	Vitamin D	0,77	0,77
2103 Stekt kött nöt/gris ospec. (beräknat)	Vitamin E	0,35	0,35
2103 Stekt kött nöt/gris ospec. (beräknat)	Tiamin	0,51	0,51
2103 Stekt kött nöt/gris ospec. (beräknat)	Riboflavin	0,32	0,32
2103 Stekt kött nöt/gris ospec. (beräknat)	Niacin	7,3	7,3
2103 Stekt kött nöt/gris ospec. (beräknat)	Niacinekviv	12,2	12,2
2103 Stekt kött nöt/gris ospec. (beräknat)	Vitamin B1	1,05	1,05
2103 Stekt kött nöt/gris ospec. (beräknat)	Vitamin B6	0,54	0,54
2103 Stekt kött nöt/gris ospec. (beräknat)	Folat	9	9
2103 Stekt kött nöt/gris ospec. (beräknat)	Salt	0,8	0,8
2104 Carbonara (beräknat)	Energi (kJ)	1441	1443
2104 Carbonara (beräknat)	Energi (kca	344	345
2125 Glasnudlar kokta m salt (beräknat)	Disackaride	0	0,3
2125 Glasnudlar kokta m salt (beräknat)	Energi (kJ)	694	1266
2125 Glasnudlar kokta m salt (beräknat)	Energi (kca	166	303
2125 Glasnudlar kokta m salt (beräknat)	Aska	0,5	1
2125 Glasnudlar kokta m salt (beräknat)	Vatten	58,5	24,4
2125 Glasnudlar kokta m salt (beräknat)	Kolhydrate	40,6	74
2125 Glasnudlar kokta m salt (beräknat)	Protein	0,1	0,1
2125 Glasnudlar kokta m salt (beräknat)	Fibrer	0,2	0,4

2125 Glasnudlar kokta m salt (beräknat)	Fett	0	0,1
2125 Glasnudlar kokta m salt (beräknat)	Fosfor	15	28
2125 Glasnudlar kokta m salt (beräknat)	Jod	20	36
2125 Glasnudlar kokta m salt (beräknat)	Järn	1,03	1,88
2125 Glasnudlar kokta m salt (beräknat)	Kalcium	12	23
2125 Glasnudlar kokta m salt (beräknat)	Kalium	5	8
2125 Glasnudlar kokta m salt (beräknat)	Magnesium	2	3
2125 Glasnudlar kokta m salt (beräknat)	Natrium	161	294
2125 Glasnudlar kokta m salt (beräknat)	Selen	3,7	6,8
2125 Glasnudlar kokta m salt (beräknat)	Zink	0,19	0,36
2125 Glasnudlar kokta m salt (beräknat)	Vitamin E	0,06	0,11
2125 Glasnudlar kokta m salt (beräknat)	Tiamin	0,06	0,11
2125 Glasnudlar kokta m salt (beräknat)	Niacin	0,1	0,2
2125 Glasnudlar kokta m salt (beräknat)	Niacinekviv	0,1	0,2
2125 Glasnudlar kokta m salt (beräknat)	Vitamin B6	0,01	0,03
2125 Glasnudlar kokta m salt (beräknat)	Folat	1	1
2125 Glasnudlar kokta m salt (beräknat)	Salt	0,4	0,7
2133 Pannkaka på sojadryck (beräknat)	Summa mä	1	1
2133 Pannkaka på sojadryck (beräknat)	Summa enl	3,1	3
2133 Pannkaka på sojadryck (beräknat)	Summa flei	1,9	1,9
2133 Pannkaka på sojadryck (beräknat)	Fettsyra 12	0	0
2133 Pannkaka på sojadryck (beräknat)	Fettsyra 14	0	0
2133 Pannkaka på sojadryck (beräknat)	Fettsyra 16	0,6	0,6
2133 Pannkaka på sojadryck (beräknat)	Fettsyra 18	0,2	0,2
2133 Pannkaka på sojadryck (beräknat)	Fettsyra 16	0	0
2133 Pannkaka på sojadryck (beräknat)	Fettsyra 18	3	2,9
2133 Pannkaka på sojadryck (beräknat)	Fettsyra 18	1,4	1,4
2133 Pannkaka på sojadryck (beräknat)	Fettsyra 18	0,4	0,4
2133 Pannkaka på sojadryck (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
2133 Pannkaka på sojadryck (beräknat)	DHA (Fetts'	0	0
2133 Pannkaka på sojadryck (beräknat)	Summa tra	0	0
2133 Pannkaka på sojadryck (beräknat)	Kolesterol	62,5	60,6
2133 Pannkaka på sojadryck (beräknat)	Monosacke	0,4	0,4
2133 Pannkaka på sojadryck (beräknat)	Disackaride	0,9	0,9
2133 Pannkaka på sojadryck (beräknat)	Sackaros	0,6	0,6
2133 Pannkaka på sojadryck (beräknat)	Energi (kJ)	754	733
2133 Pannkaka på sojadryck (beräknat)	Energi (kca	180	175
2133 Pannkaka på sojadryck (beräknat)	Aska	1,1	1,1
2133 Pannkaka på sojadryck (beräknat)	Vatten	62,1	63,2
2133 Pannkaka på sojadryck (beräknat)	Avfall (skal	2	2
2133 Pannkaka på sojadryck (beräknat)	Kolhydrate	22,9	22,2
2133 Pannkaka på sojadryck (beräknat)	Protein	6,3	6,1
2133 Pannkaka på sojadryck (beräknat)	Fibrer	0,6	0,6
2133 Pannkaka på sojadryck (beräknat)	Fett	6,9	6,7
2133 Pannkaka på sojadryck (beräknat)	Fosfor	89	86
2133 Pannkaka på sojadryck (beräknat)	Jod	30	29
2133 Pannkaka på sojadryck (beräknat)	Järn	0,87	0,84
2133 Pannkaka på sojadryck (beräknat)	Kalcium	28	27
2133 Pannkaka på sojadryck (beräknat)	Kalium	96	93
2133 Pannkaka på sojadryck (beräknat)	Magnesium	20	19

2133 Pannkaka på sojadryck (beräknat)	Natrium	265	257
2133 Pannkaka på sojadryck (beräknat)	Selen	5,1	4,9
2133 Pannkaka på sojadryck (beräknat)	Zink	0,56	0,55
2133 Pannkaka på sojadryck (beräknat)	Retinolekvi	79	77
2133 Pannkaka på sojadryck (beräknat)	Retinol	43	42
2133 Pannkaka på sojadryck (beräknat)	Vitamin D	0,7	0,68
2133 Pannkaka på sojadryck (beräknat)	Vitamin E	1,92	1,86
2133 Pannkaka på sojadryck (beräknat)	β-Karoten	13	13
2133 Pannkaka på sojadryck (beräknat)	Vitamin K	6	6
2133 Pannkaka på sojadryck (beräknat)	Tiamin	0,12	0,11
2133 Pannkaka på sojadryck (beräknat)	Riboflavin	0,11	0,1
2133 Pannkaka på sojadryck (beräknat)	Vitamin C	0	0
2133 Pannkaka på sojadryck (beräknat)	Niacin	0,9	0,9
2133 Pannkaka på sojadryck (beräknat)	Niacinekviv	2,2	2,1
2133 Pannkaka på sojadryck (beräknat)	Vitamin B1	0,23	0,22
2133 Pannkaka på sojadryck (beräknat)	Vitamin B6	0,08	0,08
2133 Pannkaka på sojadryck (beräknat)	Folat	29	28
2133 Pannkaka på sojadryck (beräknat)	Summa n-3	0	0
2133 Pannkaka på sojadryck (beräknat)	Summa n-6	0,2	0,2
2133 Pannkaka på sojadryck (beräknat)	Salt	0,7	0,6
2134 Skink- o broccolipaj (beräknat)	Summa mä	7,1	6,3
2134 Skink- o broccolipaj (beräknat)	Summa enl	5,8	5,1
2134 Skink- o broccolipaj (beräknat)	Summa flei	2,9	2,6
2134 Skink- o broccolipaj (beräknat)	Fettsyra 4:(	0,4	0,3
2134 Skink- o broccolipaj (beräknat)	Fettsyra 12	0,4	0,3
2134 Skink- o broccolipaj (beräknat)	Fettsyra 14	0,5	0,4
2134 Skink- o broccolipaj (beräknat)	Fettsyra 16	4,5	4
2134 Skink- o broccolipaj (beräknat)	Fettsyra 18	0,9	0,8
2134 Skink- o broccolipaj (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
2134 Skink- o broccolipaj (beräknat)	Fettsyra 16	0,1	0,1
2134 Skink- o broccolipaj (beräknat)	Fettsyra 18	6,1	5,4
2134 Skink- o broccolipaj (beräknat)	Fettsyra 18	1,8	1,6
2134 Skink- o broccolipaj (beräknat)	Fettsyra 18	0,6	0,6
2134 Skink- o broccolipaj (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
2134 Skink- o broccolipaj (beräknat)	DPA (Fettsy	0	0
2134 Skink- o broccolipaj (beräknat)	DHA (Fettsy	0	0
2134 Skink- o broccolipaj (beräknat)	Summa tra	0,2	0,1
2134 Skink- o broccolipaj (beräknat)	Kolesterol	95,6	85,1
2134 Skink- o broccolipaj (beräknat)	Monosacke	0,2	0,2
2134 Skink- o broccolipaj (beräknat)	Disackaride	2,6	2,3
2134 Skink- o broccolipaj (beräknat)	Sackaros	0,1	0,1
2134 Skink- o broccolipaj (beräknat)	Energi (kJ)	1099	980
2134 Skink- o broccolipaj (beräknat)	Energi (kca	263	234
2134 Skink- o broccolipaj (beräknat)	Aska	1,7	1,5
2134 Skink- o broccolipaj (beräknat)	Vatten	52,5	57,7
2134 Skink- o broccolipaj (beräknat)	Avfall (skal	3	2
2134 Skink- o broccolipaj (beräknat)	Kolhydrate	16,5	14,7
2134 Skink- o broccolipaj (beräknat)	Protein	11,8	10,5
2134 Skink- o broccolipaj (beräknat)	Fibrer	0,8	0,7
2134 Skink- o broccolipaj (beräknat)	Fett	16,6	14,7

2134 Skink- o broccolipaj (beräknat)	Fosfor	184	164
2134 Skink- o broccolipaj (beräknat)	Jod	15	13
2134 Skink- o broccolipaj (beräknat)	Järn	0,8	0,71
2134 Skink- o broccolipaj (beräknat)	Kalcium	145	129
2134 Skink- o broccolipaj (beräknat)	Kalium	203	181
2134 Skink- o broccolipaj (beräknat)	Magnesium	20	18
2134 Skink- o broccolipaj (beräknat)	Natrium	335	298
2134 Skink- o broccolipaj (beräknat)	Selen	8,1	7,2
2134 Skink- o broccolipaj (beräknat)	Zink	1,34	1,19
2134 Skink- o broccolipaj (beräknat)	Retinolekvi	196	174
2134 Skink- o broccolipaj (beräknat)	Retinol	96	85
2134 Skink- o broccolipaj (beräknat)	Vitamin D	1,94	1,73
2134 Skink- o broccolipaj (beräknat)	Vitamin E	3,07	2,74
2134 Skink- o broccolipaj (beräknat)	β-Karoten	61	54
2134 Skink- o broccolipaj (beräknat)	Vitamin K	7	6
2134 Skink- o broccolipaj (beräknat)	Tiamin	0,13	0,12
2134 Skink- o broccolipaj (beräknat)	Riboflavin	0,21	0,19
2134 Skink- o broccolipaj (beräknat)	Vitamin C	4	3
2134 Skink- o broccolipaj (beräknat)	Niacin	1,2	1,1
2134 Skink- o broccolipaj (beräknat)	Niacinekviv	3,7	3,3
2134 Skink- o broccolipaj (beräknat)	Vitamin B1	0,65	0,58
2134 Skink- o broccolipaj (beräknat)	Vitamin B6	0,12	0,11
2134 Skink- o broccolipaj (beräknat)	Folat	37	33
2134 Skink- o broccolipaj (beräknat)	Summa n-3	0	0
2134 Skink- o broccolipaj (beräknat)	Summa n-6	0,3	0,3
2134 Skink- o broccolipaj (beräknat)	Salt	0,8	0,7
2165 Kroppkakor (beräknat)	Summa mä	2,9	2,9
2165 Kroppkakor (beräknat)	Summa enl	2,9	2,8
2165 Kroppkakor (beräknat)	Summa flei	0,9	0,9
2165 Kroppkakor (beräknat)	Fettsyra 4:(	0	0
2165 Kroppkakor (beräknat)	Fettsyra 12	0	0
2165 Kroppkakor (beräknat)	Fettsyra 14	0,1	0,1
2165 Kroppkakor (beräknat)	Fettsyra 16	1,8	1,7
2165 Kroppkakor (beräknat)	Fettsyra 18	1	1
2165 Kroppkakor (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
2165 Kroppkakor (beräknat)	Fettsyra 16	0,2	0,2
2165 Kroppkakor (beräknat)	Fettsyra 18	2,5	2,5
2165 Kroppkakor (beräknat)	Fettsyra 18	0,7	0,7
2165 Kroppkakor (beräknat)	Fettsyra 18	0	0
2165 Kroppkakor (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
2165 Kroppkakor (beräknat)	EPA (Fettsy	0	0
2165 Kroppkakor (beräknat)	DPA (Fettsy	0	0
2165 Kroppkakor (beräknat)	DHA (Fettsy	0	0
2165 Kroppkakor (beräknat)	Kolesterol	37	36,5
2165 Kroppkakor (beräknat)	Monosackä	0,2	0,2
2165 Kroppkakor (beräknat)	Disackaride	0,5	0,5
2165 Kroppkakor (beräknat)	Sackaros	0,3	0,3
2165 Kroppkakor (beräknat)	Energi (kJ)	710	701
2165 Kroppkakor (beräknat)	Energi (kca	170	168
2165 Kroppkakor (beräknat)	Aska	1,8	1,8

2165 Kroppkakor (beräknat)	Vatten	63,7	64,2
2165 Kroppkakor (beräknat)	Avfall (skal	17	17
2165 Kroppkakor (beräknat)	Kolhydrater	19,9	19,6
2165 Kroppkakor (beräknat)	Protein	5,4	5,3
2165 Kroppkakor (beräknat)	Fibrer	1,9	1,9
2165 Kroppkakor (beräknat)	Fett	7,2	7,1
2165 Kroppkakor (beräknat)	Fosfor	96	94
2165 Kroppkakor (beräknat)	Jod	22	22
2165 Kroppkakor (beräknat)	Järn	0,35	0,35
2165 Kroppkakor (beräknat)	Kalcium	11	11
2165 Kroppkakor (beräknat)	Kalium	339	286
2165 Kroppkakor (beräknat)	Magnesium	23	22
2165 Kroppkakor (beräknat)	Natrium	384	379
2165 Kroppkakor (beräknat)	Selen	3,1	3,1
2165 Kroppkakor (beräknat)	Zink	1	0,99
2165 Kroppkakor (beräknat)	Retinolekvi	18	18
2165 Kroppkakor (beräknat)	Retinol	18	18
2165 Kroppkakor (beräknat)	Vitamin D	0,19	0,19
2165 Kroppkakor (beräknat)	Vitamin E	0,58	0,57
2165 Kroppkakor (beräknat)	β-Karoten	4	4
2165 Kroppkakor (beräknat)	Vitamin K	3	3
2165 Kroppkakor (beräknat)	Tiamin	0,11	0,1
2165 Kroppkakor (beräknat)	Riboflavin	0,06	0,06
2165 Kroppkakor (beräknat)	Vitamin C	4	4
2165 Kroppkakor (beräknat)	Niacin	2,3	2,3
2165 Kroppkakor (beräknat)	Niacinekviv	3,3	3,3
2165 Kroppkakor (beräknat)	Vitamin B1	0,13	0,13
2165 Kroppkakor (beräknat)	Vitamin B6	0,11	0,11
2165 Kroppkakor (beräknat)	Folat	13	13
2165 Kroppkakor (beräknat)	Summa n-3	0	0
2165 Kroppkakor (beräknat)	Summa n-6	0,1	0,1
2165 Kroppkakor (beräknat)	Salt	1	0,9
2165 Kroppkakor (beräknat)	Summa lå	0	0
2171 Ugnspannkaka m mellanmjölk (beräknat)	Summa mä	1,5	1,5
2171 Ugnspannkaka m mellanmjölk (beräknat)	Summa enl	1,4	1,3
2171 Ugnspannkaka m mellanmjölk (beräknat)	Summa flei	0,6	0,6
2171 Ugnspannkaka m mellanmjölk (beräknat)	Fettsyra 4:(	0,1	0,1
2171 Ugnspannkaka m mellanmjölk (beräknat)	Fettsyra 12	0	0
2171 Ugnspannkaka m mellanmjölk (beräknat)	Fettsyra 14	0,1	0,1
2171 Ugnspannkaka m mellanmjölk (beräknat)	Fettsyra 16	0,9	0,9
2171 Ugnspannkaka m mellanmjölk (beräknat)	Fettsyra 18	0,3	0,3
2171 Ugnspannkaka m mellanmjölk (beräknat)	Fettsyra 16	0,1	0,1
2171 Ugnspannkaka m mellanmjölk (beräknat)	Fettsyra 18	1,3	1,2
2171 Ugnspannkaka m mellanmjölk (beräknat)	Fettsyra 18	0,5	0,5
2171 Ugnspannkaka m mellanmjölk (beräknat)	Fettsyra 18	0	0
2171 Ugnspannkaka m mellanmjölk (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
2171 Ugnspannkaka m mellanmjölk (beräknat)	DHA (Fetts'	0	0
2171 Ugnspannkaka m mellanmjölk (beräknat)	Summa tra	0	0
2171 Ugnspannkaka m mellanmjölk (beräknat)	Kolesterol	97,2	92,5
2171 Ugnspannkaka m mellanmjölk (beräknat)	Monosacke	0,1	0,1

2171 Ugnspannkaka m mellanmjölk (beräknat)	Disackaride	5,9	5,6
2171 Ugnspannkaka m mellanmjölk (beräknat)	Sackaros	1,6	1,6
2171 Ugnspannkaka m mellanmjölk (beräknat)	Energi (kJ)	739	705
2171 Ugnspannkaka m mellanmjölk (beräknat)	Energi (kca	177	168
2171 Ugnspannkaka m mellanmjölk (beräknat)	Aska	2	1,9
2171 Ugnspannkaka m mellanmjölk (beräknat)	Vatten	58,9	60,9
2171 Ugnspannkaka m mellanmjölk (beräknat)	Avfall (skal	3	3
2171 Ugnspannkaka m mellanmjölk (beräknat)	Kolhydrat	25,2	23,9
2171 Ugnspannkaka m mellanmjölk (beräknat)	Protein	8,8	8,4
2171 Ugnspannkaka m mellanmjölk (beräknat)	Fibrer	0,7	0,7
2171 Ugnspannkaka m mellanmjölk (beräknat)	Fett	4,3	4,1
2171 Ugnspannkaka m mellanmjölk (beräknat)	Fosfor	156	149
2171 Ugnspannkaka m mellanmjölk (beräknat)	Jod	73	69
2171 Ugnspannkaka m mellanmjölk (beräknat)	Järn	0,81	0,77
2171 Ugnspannkaka m mellanmjölk (beräknat)	Kalcium	114	109
2171 Ugnspannkaka m mellanmjölk (beräknat)	Kalium	201	191
2171 Ugnspannkaka m mellanmjölk (beräknat)	Magnesium	20	19
2171 Ugnspannkaka m mellanmjölk (beräknat)	Natrium	494	470
2171 Ugnspannkaka m mellanmjölk (beräknat)	Selen	8,3	7,9
2171 Ugnspannkaka m mellanmjölk (beräknat)	Zink	0,93	0,88
2171 Ugnspannkaka m mellanmjölk (beräknat)	Retinolekvi	84	80
2171 Ugnspannkaka m mellanmjölk (beräknat)	Retinol	99	94
2171 Ugnspannkaka m mellanmjölk (beräknat)	Vitamin D	0,76	0,73
2171 Ugnspannkaka m mellanmjölk (beräknat)	Vitamin E	1,65	1,57
2171 Ugnspannkaka m mellanmjölk (beräknat)	β-Karoten	6	5
2171 Ugnspannkaka m mellanmjölk (beräknat)	Vitamin K	8	8
2171 Ugnspannkaka m mellanmjölk (beräknat)	Tiamin	0,15	0,14
2171 Ugnspannkaka m mellanmjölk (beräknat)	Riboflavin	0,23	0,22
2171 Ugnspannkaka m mellanmjölk (beräknat)	Vitamin C	0	0
2171 Ugnspannkaka m mellanmjölk (beräknat)	Niacin	1,1	1,1
2171 Ugnspannkaka m mellanmjölk (beräknat)	Niacinekviv	3	2,9
2171 Ugnspannkaka m mellanmjölk (beräknat)	Vitamin B1	0,62	0,59
2171 Ugnspannkaka m mellanmjölk (beräknat)	Vitamin B6	0,12	0,11
2171 Ugnspannkaka m mellanmjölk (beräknat)	Folat	25	24
2171 Ugnspannkaka m mellanmjölk (beräknat)	Summa n-3	0,1	0
2171 Ugnspannkaka m mellanmjölk (beräknat)	Summa n-6	0,3	0,3
2171 Ugnspannkaka m mellanmjölk (beräknat)	Salt	1,2	1,2
2192 Lättmargarin fett 40% berikad typ Lätta	Retinol		800
2192 Lättmargarin fett 40% berikad typ Lätta	β-Karoten		0
2197 Äggröra u mjöl (Fin äggröra) (beräknat)	Summa mä	3,2	3,1
2197 Äggröra u mjöl (Fin äggröra) (beräknat)	Summa enl	6,9	6,7
2197 Äggröra u mjöl (Fin äggröra) (beräknat)	Summa flei	2,9	2,8
2197 Äggröra u mjöl (Fin äggröra) (beräknat)	Fettsyra 12	0	0
2197 Äggröra u mjöl (Fin äggröra) (beräknat)	Fettsyra 14	0	0
2197 Äggröra u mjöl (Fin äggröra) (beräknat)	Fettsyra 16	2,2	2,1
2197 Äggröra u mjöl (Fin äggröra) (beräknat)	Fettsyra 18	0,8	0,8
2197 Äggröra u mjöl (Fin äggröra) (beräknat)	Fettsyra 16	0,3	0,2
2197 Äggröra u mjöl (Fin äggröra) (beräknat)	Fettsyra 18	6,6	6,4
2197 Äggröra u mjöl (Fin äggröra) (beräknat)	Fettsyra 18	2,1	2
2197 Äggröra u mjöl (Fin äggröra) (beräknat)	Fettsyra 18	0,5	0,5

2197 Äggröra u mjöl (Fin äggröra) (beräknat)	Fettsyra 20	0,1	0,1
2197 Äggröra u mjöl (Fin äggröra) (beräknat)	DHA (Fetts'	0,1	0,1
2197 Äggröra u mjöl (Fin äggröra) (beräknat)	Summa tra	0	0
2197 Äggröra u mjöl (Fin äggröra) (beräknat)	Kolesterol	358,9	348,4
2197 Äggröra u mjöl (Fin äggröra) (beräknat)	Monosacke	0,4	0,4
2197 Äggröra u mjöl (Fin äggröra) (beräknat)	Energi (kJ)	770	755
2197 Äggröra u mjöl (Fin äggröra) (beräknat)	Energi (kca	184	180
2197 Äggröra u mjöl (Fin äggröra) (beräknat)	Aska	1,9	1,8
2197 Äggröra u mjöl (Fin äggröra) (beräknat)	Vatten	69,4	70,2
2197 Äggröra u mjöl (Fin äggröra) (beräknat)	Avfall (skal	13	12
2197 Äggröra u mjöl (Fin äggröra) (beräknat)	Kolhydrate	0,5	0,4
2197 Äggröra u mjöl (Fin äggröra) (beräknat)	Protein	12,9	12,6
2197 Äggröra u mjöl (Fin äggröra) (beräknat)	Fett	14,9	14,4
2197 Äggröra u mjöl (Fin äggröra) (beräknat)	Fosfor	195	189
2197 Äggröra u mjöl (Fin äggröra) (beräknat)	Jod	75	73
2197 Äggröra u mjöl (Fin äggröra) (beräknat)	Järn	1,78	1,73
2197 Äggröra u mjöl (Fin äggröra) (beräknat)	Kalcium	56	55
2197 Äggröra u mjöl (Fin äggröra) (beräknat)	Kalium	139	135
2197 Äggröra u mjöl (Fin äggröra) (beräknat)	Magnesium	13	12
2197 Äggröra u mjöl (Fin äggröra) (beräknat)	Natrium	541	526
2197 Äggröra u mjöl (Fin äggröra) (beräknat)	Selen	23,9	23,2
2197 Äggröra u mjöl (Fin äggröra) (beräknat)	Zink	1,38	1,34
2197 Äggröra u mjöl (Fin äggröra) (beräknat)	Retinolekvi	291	282
2197 Äggröra u mjöl (Fin äggröra) (beräknat)	Retinol	246	239
2197 Äggröra u mjöl (Fin äggröra) (beräknat)	Vitamin D	2,07	2,01
2197 Äggröra u mjöl (Fin äggröra) (beräknat)	Vitamin E	6,87	6,67
2197 Äggröra u mjöl (Fin äggröra) (beräknat)	Vitamin K	32	31
2197 Äggröra u mjöl (Fin äggröra) (beräknat)	Tiamin	0,08	0,08
2197 Äggröra u mjöl (Fin äggröra) (beräknat)	Riboflavin	0,43	0,42
2197 Äggröra u mjöl (Fin äggröra) (beräknat)	Niacinekviv	3,3	3,2
2197 Äggröra u mjöl (Fin äggröra) (beräknat)	Vitamin B1	1,32	1,28
2197 Äggröra u mjöl (Fin äggröra) (beräknat)	Vitamin B6	0,08	0,08
2197 Äggröra u mjöl (Fin äggröra) (beräknat)	Folat	63	62
2197 Äggröra u mjöl (Fin äggröra) (beräknat)	Summa n-3	0,2	0,2
2197 Äggröra u mjöl (Fin äggröra) (beräknat)	Summa n-6	1,3	1,3
2197 Äggröra u mjöl (Fin äggröra) (beräknat)	Salt	1,4	1,3
2205 Ägg konventionellt kokt (beräknat)	Energi (kJ)	568	575
2205 Ägg konventionellt kokt (beräknat)	Energi (kca	136	137
2205 Ägg konventionellt kokt (beräknat)	Kalium	132	125
2399 Lättmargarin fett 30% berikad typ Carlshamn L	Retinol		900
2399 Lättmargarin fett 30% berikad typ Carlshamn L	β-Karoten		0
2471 Lättmargarin fett 39% berikad typ Milda	Retinol		800
2471 Lättmargarin fett 39% berikad typ Milda	β-Karoten		0
2472 Lättmargarin fett 28% berikad typ Mini Lätta	Retinol		800
2472 Lättmargarin fett 28% berikad typ Mini Lätta	β-Karoten		0
2524 Mjölksås till moussaka (beräknat)	Summa mä	2,3	2,3
2524 Mjölksås till moussaka (beräknat)	Summa enl	1,7	1,6
2524 Mjölksås till moussaka (beräknat)	Summa flei	0,5	0,5
2524 Mjölksås till moussaka (beräknat)	Fettsyra 4:(	0,3	0,2
2524 Mjölksås till moussaka (beräknat)	Fettsyra 12	0,1	0,1

2524 Mjölksås till moussaka (beräknat)	Fettsyra 14	0,3	0,3
2524 Mjölksås till moussaka (beräknat)	Fettsyra 16	1,2	1,2
2524 Mjölksås till moussaka (beräknat)	Fettsyra 18	0,5	0,5
2524 Mjölksås till moussaka (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
2524 Mjölksås till moussaka (beräknat)	Fettsyra 16	0,1	0,1
2524 Mjölksås till moussaka (beräknat)	Fettsyra 18	1,5	1,5
2524 Mjölksås till moussaka (beräknat)	Fettsyra 18	0,4	0,4
2524 Mjölksås till moussaka (beräknat)	Fettsyra 18	0	0
2524 Mjölksås till moussaka (beräknat)	Fettsyra 20	0	0
2524 Mjölksås till moussaka (beräknat)	DHA (Fettsy	0	0
2524 Mjölksås till moussaka (beräknat)	Summa tra	0,1	0,1
2524 Mjölksås till moussaka (beräknat)	Kolesterol	101,3	98,8
2524 Mjölksås till moussaka (beräknat)	Monosackar	0,1	0,1
2524 Mjölksås till moussaka (beräknat)	Disackaride	4,1	4
2524 Mjölksås till moussaka (beräknat)	Sackaros	0	0
2524 Mjölksås till moussaka (beräknat)	Energi (kJ)	453	444
2524 Mjölksås till moussaka (beräknat)	Energi (kca	108	106
2524 Mjölksås till moussaka (beräknat)	Aska	1,8	1,8
2524 Mjölksås till moussaka (beräknat)	Vatten	77,3	77,9
2524 Mjölksås till moussaka (beräknat)	Avfall (skal	3	3
2524 Mjölksås till moussaka (beräknat)	Kolhydrat	8,6	8,4
2524 Mjölksås till moussaka (beräknat)	Protein	6,8	6,6
2524 Mjölksås till moussaka (beräknat)	Fibrer	0,2	0,2
2524 Mjölksås till moussaka (beräknat)	Fett	5,2	5,1
2524 Mjölksås till moussaka (beräknat)	Fosfor	133	130
2524 Mjölksås till moussaka (beräknat)	Jod	67	66
2524 Mjölksås till moussaka (beräknat)	Järn	0,57	0,56
2524 Mjölksås till moussaka (beräknat)	Kalcium	112	109
2524 Mjölksås till moussaka (beräknat)	Kalium	177	170
2524 Mjölksås till moussaka (beräknat)	Magnesium	15	15
2524 Mjölksås till moussaka (beräknat)	Natrium	451	440
2524 Mjölksås till moussaka (beräknat)	Selen	7,8	7,6
2524 Mjölksås till moussaka (beräknat)	Zink	0,77	0,75
2524 Mjölksås till moussaka (beräknat)	Retinolekvi	85	83
2524 Mjölksås till moussaka (beräknat)	Retinol	84	82
2524 Mjölksås till moussaka (beräknat)	Vitamin D	0,41	0,4
2524 Mjölksås till moussaka (beräknat)	Vitamin E	1,6	1,57
2524 Mjölksås till moussaka (beräknat)	β-Karoten	11	11
2524 Mjölksås till moussaka (beräknat)	Vitamin K	9	8
2524 Mjölksås till moussaka (beräknat)	Tiamin	0,08	0,08
2524 Mjölksås till moussaka (beräknat)	Riboflavin	0,23	0,22
2524 Mjölksås till moussaka (beräknat)	Vitamin C	0	0
2524 Mjölksås till moussaka (beräknat)	Niacin	0,3	0,3
2524 Mjölksås till moussaka (beräknat)	Niacinekviv	1,9	1,9
2524 Mjölksås till moussaka (beräknat)	Vitamin B1	0,67	0,66
2524 Mjölksås till moussaka (beräknat)	Vitamin B6	0,07	0,07
2524 Mjölksås till moussaka (beräknat)	Folat	20	20
2524 Mjölksås till moussaka (beräknat)	Summa n-3	0,1	0,1
2524 Mjölksås till moussaka (beräknat)	Summa n-6	0,3	0,3
2524 Mjölksås till moussaka (beräknat)	Salt	1,1	1,1



3136 Bulgur kokt (beräknat)	Summa mä	0,1	0,1
3136 Bulgur kokt (beräknat)	Summa enl	0,1	0,1
3136 Bulgur kokt (beräknat)	Summa flei	0,2	0,3
3136 Bulgur kokt (beräknat)	Fettsyra 4:(	0	0
3136 Bulgur kokt (beräknat)	Fettsyra 16	0,1	0,1
3136 Bulgur kokt (beräknat)	Fettsyra 18	0	0
3136 Bulgur kokt (beräknat)	Fettsyra 16	0	0
3136 Bulgur kokt (beräknat)	Fettsyra 18	0,1	0,1
3136 Bulgur kokt (beräknat)	Fettsyra 18	0,2	0,3
3136 Bulgur kokt (beräknat)	Fettsyra 18	0	0
3136 Bulgur kokt (beräknat)	Disackaride	0,2	0,2
3136 Bulgur kokt (beräknat)	Sackaros	0,2	0,2
3136 Bulgur kokt (beräknat)	Energi (kJ)	565	828
3136 Bulgur kokt (beräknat)	Energi (kca	135	198
3136 Bulgur kokt (beräknat)	Aska	0,8	1,1
3136 Bulgur kokt (beräknat)	Vatten	65	48,7
3136 Bulgur kokt (beräknat)	Kolhydrate	26,1	38,2
3136 Bulgur kokt (beräknat)	Protein	4,7	6,9
3136 Bulgur kokt (beräknat)	Fibrer	2,9	4,3
3136 Bulgur kokt (beräknat)	Fett	0,5	0,7
3136 Bulgur kokt (beräknat)	Fosfor	115	168
3136 Bulgur kokt (beräknat)	Jod	10	14
3136 Bulgur kokt (beräknat)	Järn	0,94	1,38
3136 Bulgur kokt (beräknat)	Kalcium	14	20
3136 Bulgur kokt (beräknat)	Kalium	157	230
3136 Bulgur kokt (beräknat)	Magnesium	63	92
3136 Bulgur kokt (beräknat)	Natrium	82	120
3136 Bulgur kokt (beräknat)	Selen	0,9	1,3
3136 Bulgur kokt (beräknat)	Zink	0,74	1,08
3136 Bulgur kokt (beräknat)	Vitamin E	0,02	0,03
3136 Bulgur kokt (beräknat)	Tiamin	0,08	0,11
3136 Bulgur kokt (beräknat)	Riboflavin	0,04	0,06
3136 Bulgur kokt (beräknat)	Niacin	2	2,9
3136 Bulgur kokt (beräknat)	Niacinekviv	2,7	4
3136 Bulgur kokt (beräknat)	Vitamin B6	0,08	0,11
3136 Bulgur kokt (beräknat)	Folat	7	11
3136 Bulgur kokt (beräknat)	Salt	0,2	0,3
3841 Äggula ekologisk	Energi (kJ)	1357	1367
3841 Äggula ekologisk	Energi (kca	324	327

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

- 25 Remouladsås (beräknat)
- 50 Majonnäs fett 80%
- 51 Gurkmajonnäs el gurksallad gatukök
- 52 Råkmajonnäs el räksallad gatukök
- 53 Lättmajonnäs 32,5% fett
- 54 Grönsaksmajonnäs (beräknat)
- 56 Rödbetssallad mager (beräknat)
- 57 Skaldjurssallad m majonnäs dressing (beräknat)
- 60 Rhode Island sås (beräknat)
- 66 Mesost fett ca 30% berik

- 73 Färskost på filmjök fett ca 8%
- 94 Fetaost fett 16%
- 100 Halloumiost fett 22% ej stekt
- 115 Kondenserad mjök konserv fett ca 8%
- 116 Kondenserad mjök konserv konc sockrad fett ca 9%
- 126 Fruktoghurt lätt fett 0,5%
- 136 Fruktoghurt fett 2%
- 138 Fruktoghurt lätt fett < 0,05%
- 152 Vassle
- 153 Mjök m vispgrädde (80% + 20%) fett ca 10% (beräknat)
- 162 Hårt bröd fullkorn råg fibrer 15,5% Wasa husman
- 163 Hårt bröd fullkorn råg fibrer ca 18% Ryvita mörkt
- 164 Hårt bröd fullkorn vete vallmofrö fibrer 5,5% Siljans frukost
- 165 Hårt bröd fullkorn råg fibrer 14,5% Vika knäckebröd
- 166 Hårt bröd fullkorn råg fibrer 16% Crisp o Finn crisp
- 167 Hårt bröd fullkorn råg fibrer ca 15% Kavli flatbröd
- 168 Hårt bröd glutenfritt fibrer ca 7%
- 169 Hårt bröd råg fullkorn fibrer ca 13% ICA handlarnas knäckebröd
- 170 Hårt bröd fullkorn råg kli fibrer ca 15% Siljans kraftknäcke
- 171 Hårt bröd fullkorn råg fibrer ca 14% Falu råg-rut
- 172 Hårt bröd fullkorn råg fibrer 15,5% Wasa brungräddat
- 173 Hårt bröd fullkorn råg fibrer ca 16% Wasa sport
- 174 Hårt bröd fullkorn råg sesamfrö vetekli vetegroddar fibrer 24% Wasa plus
- 175 Hårt bröd fullkorn råg fibrer 15,5% Wasa delikatess
- 178 Hårt bröd fullkorn havre vete råg mjök fibrer 8% Wasa havre
- 180 Hårt bröd vete vallmofrö fibrer 6% Wasa frukost
- 181 Hårt bröd vete socker kanel fibrer ca 7% Wasa kanelknäcke
- 182 Hårt bröd glutenfritt fibrer ca 3%
- 183 Hårt bröd fullkorn vete havre socker kli örtekryddor fibrer 10,5% Wasa knecks
- 184 Grahamsbröd fullkorn fibrer ca 6%
- 185 Kornbröd fullkorn fibrer ca 3% (beräknat)
- 186 Grahamsscones fullkorn (beräknat)
- 187 Rågbröd typ pumpernickel fullkorn fibrer ca 10%
- 188 Ströbröd malt hårt bröd fullkorn vete råg socker fibrer ca 5% typ Wasa
- 190 Hårt bröd fullkorn råg fibrer ca 14% Leksands Knäcke normalgräddat
- 191 Hårt bröd fullkorn råg vete majs surdeg fibrer 15% Pyramidbageriet
- 193 Vitt bröd vatten typ pitabröd fibrer ca 3,5%
- 194 Korvbröd
- 195 Hårt bröd fullkorn råg fibrer ca 14% Leksands Knäcke brungräddat
- 196 Vitt bröd fullkorn typ fiberfranska mjök fibrer ca 4%
- 197 Vitt bröd vatten typ franska fibrer ca 3%
- 198 Vitt bröd osötat typ italienskt fibrer ca 2,5%
- 201 Vitt bröd grov baguette fullkorn surdeg fibrer 4,4% bakad i butik
- 202 Vitt bröd fibrer 3,5% ospec
- 203 Vitt bröd tortilla fibrer 4,6%
- 204 Vitt bröd typ Hönökaka mjök fibrer ca 3%
- 205 Vitt bröd vete scones (beräknat)
- 207 Rågsiktsbröd kavring fullkorn fibrer ca 7%
- 208 Rågsiktsbröd osötat fibrer ca 3,5%
- 209 Rågsiktsbröd fibrer ca 4%

210 Grahamsbröd fullkorn m mjölk fibrer ca 5%  
211 Rågbröd fullkorn osötat fibrer ca 9%  
212 Rågbröd fullkorn fibrer ca 6%  
213 Rågbröd typ rallarhalvor fullkorn fibrer ca 9%  
214 Rågbröd fullkorn osötat fibrer ca 5%  
216 Hårt tunnbröd fullkorn vete råg korn havre mjölk fibrer 7%  
217 Tunnbröd vitt bröd mjukt mjölk fibrer ca 4%  
219 Rågbröd fullkorn potatis fibrer ca 5%  
222 Vitt bröd ostfralla vatten fibrer ca 3%  
226 Bröd vitt glutenfritt fibrer ca 3%  
227 Bröd mörkt glutenfritt fibrer ca 6%  
257 Janssons frestelse kaffebrädd mjölk (beräknat)  
261 Potatissallad gräddfil majonnäs (beräknat)  
264 Potatissallad vinägrettsås (beräknat)  
269 Potatismos hemlagat  
278 Potatismos lättmjölk (beräknat)  
283 Potatismos pulver berik tillagad  
284 Potatisgratäng grädd ost fryst värmd  
386 Grönsaksblandning ärter majs morötter bönor fryst  
387 Grönsaksblandning ärter morötter bönor blomkål fryst  
388 Grönsaksblandning ärter morötter fryst  
389 Grönsaksblandning ärter majs paprika fryst  
391 Råkost u dressing (beräknat)  
396 Grönsaksblandning ärter majs paprika saltgurka fryst  
424 Wokgrönsaker Asiatiska wokade i rapsolja  
425 Wokgrönsaker Classic wokade i rapsolja  
426 Grönsaksblandning ärter morötter konserv m lag  
439 Grönsaksbiff stekt (beräknat)  
471 Ärtor morötter kokta (beräknat)  
484 Grönsaksoppa redd pulver tillagad m vatten mjölk  
510 Får i kål (beräknat)  
511 Kåldolmar stekta (beräknat)  
513 Kycklingsallad m dressing (beräknat)  
529 Grekisk sallad (beräknat)  
538 Quorn svampprotein färs bitar filé  
540 Grönsaksblandning för wokning (beräknat)  
541 Ärtor o grönsaksblandningar frysta el konserv (beräknat)  
553 Banan  
654 Risgrynsgröt m lättmjölk (beräknat)  
678 Molinogröt grahamsmjöl torkad frukt linfrö (beräknat)  
679 Frukostflingor puffat rostet ris Vårgårda ris  
681 Kornmjölsgröt (beräknat)  
684 Rågmjölsgröt (beräknat)  
688 Vällingpulver fullkorn berik  
689 Vällingpulver osockrat fullkorn 38% berik  
690 Vällingpulver osockrat fullkorn 48% berik  
691 Vällingpulver majs berik  
692 Välling för barn fullkorn osockrad berik  
693 Välling för barn fullkorn berik  
694 Välling för vuxna fullkorn berik

696 Mannagrynsvälling (beräknat)  
698 Vetemjölsvälling (beräknat)  
699 Välling för vuxna fullkorn osockrad berik  
706 Frukostflingor typ corn flakes majs berik  
710 Frukostflingor fullkornsvete Weetabix  
712 Frukostflingor flingblandning fullkorn Basmüsli  
713 Frukostflingor berik Rice Krispies  
714 Frukostflingor vetekli malt rostat Allbran Plus  
715 Frukostflingor fullkorn berik Havrefras  
716 Frukostflingor ris socker kakao Coco Pops  
719 Frukostflingor fullkorn musli frukt 33% olja socker  
721 Frukostflingor flingblandning müsli fullkorn frukt nötter socker el honung  
723 Frukostflingor flingblandning glutenfri frukt socker soja  
724 Frukostflingor fullkorn vetekli berik All-Bran Regular  
725 Frukostflingor fullkorn berik Special K  
726 Frukostflingor berik Kalaspuffar  
727 Frukostflingor berik Frosties  
728 Frukostflingor fullkorn berik Loops  
731 Pannkaka tunn hemlagad  
737 Våfflor frasvåfflor (beräknat)  
740 Räkcrêpe mellanmjölk mjölk vispgrädde (crêpe 56 % fyllning 44 %) hemlagad  
741 Räkcrêpe (crêpe 63 % fyllning 37%) fryst värmd  
742 Champinjoncrêpe mellanmjölk mjölk vispgrädde (crêpe 56% fyllning 44 %) hemlagad  
746 Champinjoncrêpe (crêpe 63 % fyllning 37 %) fryst värmd  
760 Köttfärspaj fryst värmd  
762 Pizza Capricciosa rökt skinka fryst el kyld värmd  
763 Pizza Capricciosa rökt skinka restaurang  
765 Pizza pan pizza rökt griskött fryst värmd  
766 Pizza pan pizza m rökt griskött restaurang  
769 Pizza m räkor musslor (beräknat)  
773 Pizza vegetarisk (beräknat)  
774 Pizza Margherita ost tomatsås (beräknat)  
775 Kycklingburgare McDonalds  
776 Fiskburgare McDonalds  
788 Pitabröd m falafel sallad sesam pepperoni  
810 Rismjöl vitt  
811 Risdiet flingor  
814 Ris kinesiskt asiatiskt kokt u salt restaurang  
817 Vildris fullkorn okokt  
818 Ris vildris kokt  
821 Risotto fullkorn vegetarisk m råris sesamfrön (beräknat)  
822 Risotto fullkorn vegetarisk m råris cashewnötter (beräknat)  
836 Apelsinris (beräknat)  
840 Risifrutti 6% fett  
843 Risotto falukorv el tonfisk (beräknat)  
844 Nudelsoppa risnudlar curry sesamolja  
858 Köttfärssås o spaghetti (beräknat)  
865 Pasta m tonfisk (beräknat)  
870 Pasta Äggnudlar  
873 Nudelsoppa olika smaker kryddad

883 Mungbönor torkade kokta u salt  
885 Linser torkade kokta u salt  
888 Sojabönor torkade kokta u salt  
903 Linsoppa (beräknat)  
906 Sojamjöl fett ca 20%  
915 Sojabiff stekt (beräknat)  
1043 Oxrulad nöt stekt (beräknat)  
1063 Rimmat sidfläsk el stekfläsk gris m löksås (beräknat)  
1096 Köttsoffa nötkött konserv tillagad m vatten  
1106 Köttbullar stekta hemlagade  
1147 Kåldolmar stekta frysta m sås värmda  
1192 Grillad kyckling m skinn  
1200 Braxen  
1201 Regnbågslax  
1202 Sej fryst  
1203 Hälleflundra  
1209 Kycklingsoppa redd pulver tillagad m vatten typ Varma koppen  
1237 Kolja  
1238 Kummel  
1239 Lax  
1240 Siklöja  
1241 Sill  
1242 Flundra  
1243 Strömming  
1244 Röding  
1245 Tonfisk rå  
1246 Torsk  
1247 Vitling  
1248 Ål  
1249 Öring  
1250 Stillahavslax  
1251 Piggvar  
1253 Abborre  
1260 Makrill  
1265 Ansjovis skarpsill inlagd  
1267 Torkad fisk  
1268 Lax konserv  
1270 Sardeller konserv  
1271 Sardiner i olja konserv  
1272 Sardiner i tomatsås konserv  
1275 Tonfisk i olja konserv  
1276 Tonfisk i olja konserv avrunnen  
1278 Tonfisk i vatten konserv avrunnen  
1281 Matjessill konserv  
1283 Makrill konserv  
1284 Salt sill urvattnad konserv  
1285 Gravad lax  
1296 Makrillfilé konserv i tomatsås  
1297 Surströmming  
1299 Salt sill panerad stekt hemlagad

1300 Strömmingsflundra panerad stekt hemlagad  
1301 Torskfilé panerad stekt hemlagad  
1303 Ål ugnstekt hemlagad  
1304 Abborre kokt (beräknat)  
1308 Regnbågslax inkokt (beräknat)  
1309 Regnbågslax panerad stekt (beräknat)  
1312 Hälleflundra kokt (beräknat)  
1316 Lax stekt (beräknat)  
1317 Lax kokt (beräknat)  
1318 Makrill kokt (beräknat)  
1319 Makrill panerad stekt (beräknat)  
1320 Makrill opanerad stekt (beräknat)  
1321 Piggvar kokt (beräknat)  
1324 Rödspättafilé opanerad stekt (beräknat)  
1327 Sill salt kokt (beräknat)  
1328 Sill panerad stekt (beräknat)  
1329 Strömming kokt (beräknat)  
1330 Strömming panerad stekt (beräknat)  
1331 Ättikströmming (beräknat)  
1332 Kräftströmming (beräknat)  
1333 Strömming opanerad stekt (beräknat)  
1334 Tonfisk stekt (beräknat)  
1335 Torskfilé kokt (beräknat)  
1337 Torsk opanerad stekt (beräknat)  
1338 Vitling kokt (beräknat)  
1346 Laxpastej lättrökt  
1354 Fisksoppa (beräknat)  
1355 Fiskbullar frysta kokta (beräknat)  
1360 Laxmousse (beräknat)  
1362 Sillsallad (beräknat)  
1367 Tonfisksallad u dressing (beräknat)  
1370 Fiskgryta m purjolök morötter fänkål örter (beräknat)  
1371 Fisk m mandel o ströbröd fryst  
1388 Grodlår råa frysta  
1410 Räksallad majonnäs vispgräddade sparris örter champinjoner (beräknat)  
1415 Fiskpastej (beräknat)  
1425 Blodbröd fullkorn hårt  
1427 Blodpalt  
1541 Pölsa värmd stekt (beräknat)  
1543 Pölsa  
1551 Tunnbrödrulle korv tunnbröd potatismos räk- gurksallad (beräknat)  
1582 Ostbågar  
1585 Salta pinnar  
1599 Sött vetebröd slätt  
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

1660 Äppelkaka m ströbröd (beräknat)  
1665 Punschrulle Dammsugare (beräknat)  
1668 Semla (beräknat)  
1705 Glasstårta fett 17% typ Vienetta  
1727 Filmjölks- o gräddfilsås olika smaksättningar fett ca 9% (beräknat)  
1728 Gräddfils- o crème fraichesås 15% fett (beräknat)  
1839 Måltidsdricka äpple lingon drickf berik  
1880 Mums-mums  
1931 Havremust pulver berik  
1938 Vetemjöl bagerivetemjöl  
1941 Vetemjöl  
1942 Mjölblandning grov vete råg vitberik  
1943 Mjölblandning rågsikt m vetemjöl vitberik  
1944 Mjölblandning vete råg korn havre vitberik  
1945 Majsstärkelse  
1999 Gräddsås pulver tillagad m mjölk vatten smör  
2004 Pestosås m basilika pinjenötter cashewnötter  
2009 Pastasås olika märken  
2024 Frukostflingor fullkorn müsli Plus  
2025 Frukostflingor fullkorn müsli Bär  
2027 Frukostflingor fullkorn frukt nötter kokosolja socker typ Start hasselnöt  
2028 Frukostflingor fullkorn frukt nötter kokosolja socker crunchy russin  
2029 Frukostflingor frukt nötter/kokos olja socker: ICA Crunchy naturell  
2030 Frukostflingor fullkorn frukt nötter kokos olja socker F-müsli tropical  
2031 Frukostflingor fullkorn frukt olja socker typ Signum früsli crisp jordgubb  
2032 Frukostflingor fullkorn flingblandning frukt olja familjemüsli  
2033 Frukostflingor fullkorn frukt olja F-müsli banan  
2035 Crab sticks Ullmo  
2043 Creme Fraiche fett 13% smaksatt  
2044 Creme Fraiche fett 28% smaksatt  
2061 FiberBar naturell All-Bran  
2064 Falafel kikärtskroketter frysta  
2069 Vegebitar, grytbitar av veteprotein  
2075 Kall sås skola coleslaw (beräknat)  
2079 Äggnudlar kokta m salt (beräknat)  
2098 Skinkröra (beräknat)  
2106 Thaigryta fisk och skaldjur (beräknat)  
2107 Skagenröra (beräknat)  
2108 Fisksoppa, mager fisk (beräknat)  
2109 Tonfiskröra mager (beräknat)  
2127 Välling majs (beräknat)  
2138 Kebabpizza (beräknat)  
2147 Ris a la malta fett 3% (beräknat)  
2189 Rapsolja  
2230 Ostsås fett 8% Kelda  
2231 Bearnaise sås typ Spisa Rydbergs  
2244 Frukostflingor fullkorn sockrad frön & russin 40%  
2245 Frukostflingor fullkorn naturell  
2475 Basmatiris okokt  
2478 Råris fullkorn långkornigt okokt

2481 Ris långkornigt okokt  
2482 Ris långkornigt parboiled okokt  
2483 Snabbris salt 1% okokt  
2484 Snabbris okokt  
2492 Köttfärs blandfärs (70% nötkött 30% gris) (beräknat)  
2499 Köttfärs blandfärs (50% nötkött 50% gris) (beräknat)  
2507 Kebab special m pommes frites (beräknat)  
2508 Korv med ketchup senap bostongurka (beräknat)  
2510 Hamburgare dubbel bröd ost sallad dressing (beräknat)  
2511 Hamburgare enkel bröd inlagd gurka (beräknat)  
2512 Hamburgare enkel bröd inlagd gurka ost (beräknat)  
2515 Ris långkornigt kokt (beräknat)  
2516 Ris långkornigt parboiled kokt (beräknat)  
2517 Råris fullkorn långkornigt kokt (beräknat)  
2518 Snabbris salt 1% kokt (beräknat)  
2519 Snabbris kokt (beräknat)  
2522 Pasta 100% majs glutenfri kokt (beräknat)  
3433 Linfröolja  
3760 Vita bönor torkade kokta m salt  
3790 Rågsiktsbröd fibrer ca 7%  
3791 Bröd vitt fibrer ca 5% typ Jättefranska  
3792 Vitt bröd fibrer ca 6% typ Äntligen mjukbröd  
3793 Hårt bröd fullkorn råg fibrer ca 14% typ Rågi Wasa  
3794 Rågbröd fullkorn fibrer ca 6% typ Lingongrova Skördeglädje Gott gräddat  
3795 Vitt bröd fullkorn fibrer ca 5% typ Pågenlimpan Skogaholmslimpa  
3796 Grahamsbröd fullkorn fibrer ca 13% typ Polarkraft extrem  
3797 Rågbröd fullkorn fibrer ca 7% typ Kornelle Fullkorn plus  
3798 Korvbröd grovt  
3818 Hamburgerbröd  
3819 Vitt bröd mjölk fibrer ca 4% typ tekaka  
3825 Hamburgerbröd grovt  
4117 Nudlar kokta m kryddor  
4131 Palmolja  
4458 Potatis kokt m salt  
4505 Kålrotslåda (beräknat)



258 Laxpudding (beräknat)	Aska	2,1
258 Laxpudding (beräknat)	Vatten	74,4
258 Laxpudding (beräknat)	Fosfor	114
258 Laxpudding (beräknat)	Järn	0,38
258 Laxpudding (beräknat)	Kalcium	49
258 Laxpudding (beräknat)	Kalium	328
258 Laxpudding (beräknat)	Natrium	456
259 Sillpudding (beräknat)	Aska	1,3
259 Sillpudding (beräknat)	Vatten	74,2
259 Sillpudding (beräknat)	Fosfor	83
259 Sillpudding (beräknat)	Järn	0,47
259 Sillpudding (beräknat)	Kalcium	47
259 Sillpudding (beräknat)	Kalium	263
259 Sillpudding (beräknat)	Natrium	239
261 Potatissallad gräddfil majonnäs (beräknat)	Aska	1
261 Potatissallad gräddfil majonnäs (beräknat)	Vatten	71,7
261 Potatissallad gräddfil majonnäs (beräknat)	Fosfor	48
261 Potatissallad gräddfil majonnäs (beräknat)	Järn	0,35
261 Potatissallad gräddfil majonnäs (beräknat)	Kalcium	18
261 Potatissallad gräddfil majonnäs (beräknat)	Kalium	271
261 Potatissallad gräddfil majonnäs (beräknat)	Natrium	115
262 Potatis- o purjolökssoppa (beräknat)	Aska	1,2
262 Potatis- o purjolökssoppa (beräknat)	Vatten	90,5
262 Potatis- o purjolökssoppa (beräknat)	Fosfor	22
262 Potatis- o purjolökssoppa (beräknat)	Järn	0,19
262 Potatis- o purjolökssoppa (beräknat)	Kalcium	12
262 Potatis- o purjolökssoppa (beräknat)	Kalium	142
262 Potatis- o purjolökssoppa (beräknat)	Natrium	220
263 Pytt i panna vegetarisk (beräknat)	Aska	0,9
263 Pytt i panna vegetarisk (beräknat)	Vatten	83,4
263 Pytt i panna vegetarisk (beräknat)	Fosfor	55
263 Pytt i panna vegetarisk (beräknat)	Järn	0,42
263 Pytt i panna vegetarisk (beräknat)	Kalcium	24
263 Pytt i panna vegetarisk (beräknat)	Kalium	312
263 Pytt i panna vegetarisk (beräknat)	Natrium	79
264 Potatissallad vinägrettsås (beräknat)	Aska	1,7
264 Potatissallad vinägrettsås (beräknat)	Vatten	77
264 Potatissallad vinägrettsås (beräknat)	Fosfor	37
264 Potatissallad vinägrettsås (beräknat)	Järn	0,4
264 Potatissallad vinägrettsås (beräknat)	Kalcium	16
264 Potatissallad vinägrettsås (beräknat)	Kalium	262
264 Potatissallad vinägrettsås (beräknat)	Natrium	489
277 Potatisgratäng vispgräddde hårdost fett 28% (beräknat)	Aska	1,7
277 Potatisgratäng vispgräddde hårdost fett 28% (beräknat)	Vatten	73,1
277 Potatisgratäng vispgräddde hårdost fett 28% (beräknat)	Fosfor	95
277 Potatisgratäng vispgräddde hårdost fett 28% (beräknat)	Järn	0,08
277 Potatisgratäng vispgräddde hårdost fett 28% (beräknat)	Kalcium	97
277 Potatisgratäng vispgräddde hårdost fett 28% (beräknat)	Kalium	295
277 Potatisgratäng vispgräddde hårdost fett 28% (beräknat)	Natrium	292
278 Potatismos lättmjölk (beräknat)	Summa mä	0,2

278 Potatismos lättmjölk (beräknat)	Summa flei	0,3
278 Potatismos lättmjölk (beräknat)	Fettsyra 16	0,1
278 Potatismos lättmjölk (beräknat)	Fettsyra 18	0,2
278 Potatismos lättmjölk (beräknat)	Fettsyra 18	0,1
278 Potatismos lättmjölk (beräknat)	Disackaride	1
278 Potatismos lättmjölk (beräknat)	Sackaros	0,1
278 Potatismos lättmjölk (beräknat)	Energi (kJ)	363
278 Potatismos lättmjölk (beräknat)	Energi (kca	87
278 Potatismos lättmjölk (beräknat)	Aska	1,3
278 Potatismos lättmjölk (beräknat)	Vatten	78,2
278 Potatismos lättmjölk (beräknat)	Avfall (skal	0
278 Potatismos lättmjölk (beräknat)	Kolhydrate	16,7
278 Potatismos lättmjölk (beräknat)	Protein	1,9
278 Potatismos lättmjölk (beräknat)	Fibrer	0,8
278 Potatismos lättmjölk (beräknat)	Fosfor	41
278 Potatismos lättmjölk (beräknat)	Jod	24
278 Potatismos lättmjölk (beräknat)	Järn	0,57
278 Potatismos lättmjölk (beräknat)	Kalcium	27
278 Potatismos lättmjölk (beräknat)	Kalium	304
278 Potatismos lättmjölk (beräknat)	Magnesiur	18
278 Potatismos lättmjölk (beräknat)	Natrium	289
278 Potatismos lättmjölk (beräknat)	Selen	0,4
278 Potatismos lättmjölk (beräknat)	Zink	0,32
278 Potatismos lättmjölk (beräknat)	Retinolekvi	13
278 Potatismos lättmjölk (beräknat)	Vitamin E	0,23
278 Potatismos lättmjölk (beräknat)	β-Karoten	0
278 Potatismos lättmjölk (beräknat)	Vitamin K	0
278 Potatismos lättmjölk (beräknat)	Tiamin	0,04
278 Potatismos lättmjölk (beräknat)	Riboflavin	0,03
278 Potatismos lättmjölk (beräknat)	Vitamin C	3
278 Potatismos lättmjölk (beräknat)	Niacin	1,1
278 Potatismos lättmjölk (beräknat)	Niacinekviv	1,4
278 Potatismos lättmjölk (beräknat)	Vitamin B6	0,14
278 Potatismos lättmjölk (beräknat)	Folat	6
278 Potatismos lättmjölk (beräknat)	Salt	0,7
278 Potatismos lättmjölk (beräknat)	Summa långa n-3 fettsyror	
279 Potatisgratäng lättmjölk hårdost fett 17% (beräknat)	Aska	1,8
279 Potatisgratäng lättmjölk hårdost fett 17% (beräknat)	Vatten	78,3
279 Potatisgratäng lättmjölk hårdost fett 17% (beräknat)	Fosfor	107
279 Potatisgratäng lättmjölk hårdost fett 17% (beräknat)	Järn	0,08
279 Potatisgratäng lättmjölk hårdost fett 17% (beräknat)	Kalcium	114
279 Potatisgratäng lättmjölk hårdost fett 17% (beräknat)	Kalium	305
279 Potatisgratäng lättmjölk hårdost fett 17% (beräknat)	Natrium	294
289 Morot	Aska	0,6
289 Morot	Vatten	87,5
289 Morot	Fosfor	27
289 Morot	Järn	0,43
289 Morot	Kalcium	22
289 Morot	Kalium	204
289 Morot	Natrium	19

305 Morötter kokta (beräknat)	Aska	1,6
305 Morötter kokta (beräknat)	Vatten	83,6
305 Morötter kokta (beräknat)	Fosfor	34
305 Morötter kokta (beräknat)	Järn	0,54
305 Morötter kokta (beräknat)	Kalcium	29
305 Morötter kokta (beräknat)	Kalium	253
305 Morötter kokta (beräknat)	Natrium	392
306 Morötter stuvade (beräknat)	Aska	1,7
306 Morötter stuvade (beräknat)	Vatten	82,6
306 Morötter stuvade (beräknat)	Fosfor	46
306 Morötter stuvade (beräknat)	Järn	0,37
306 Morötter stuvade (beräknat)	Kalcium	48
306 Morötter stuvade (beräknat)	Kalium	181
306 Morötter stuvade (beräknat)	Natrium	424
307 Morotssoppa (beräknat)	Aska	1,7
307 Morotssoppa (beräknat)	Vatten	89,6
307 Morotssoppa (beräknat)	Fosfor	25
307 Morotssoppa (beräknat)	Järn	0,28
307 Morotssoppa (beräknat)	Kalcium	20
307 Morotssoppa (beräknat)	Kalium	98
307 Morotssoppa (beräknat)	Natrium	467
308 Morots- o ärtsoppa (beräknat)	Aska	1,1
308 Morots- o ärtsoppa (beräknat)	Vatten	89,6
308 Morots- o ärtsoppa (beräknat)	Fosfor	30
308 Morots- o ärtsoppa (beräknat)	Järn	0,33
308 Morots- o ärtsoppa (beräknat)	Kalcium	18
308 Morots- o ärtsoppa (beräknat)	Kalium	108
308 Morots- o ärtsoppa (beräknat)	Natrium	237
309 Morotssoppa snabb (beräknat)	Aska	2,1
309 Morotssoppa snabb (beräknat)	Vatten	83,4
309 Morotssoppa snabb (beräknat)	Fosfor	57
309 Morotssoppa snabb (beräknat)	Järn	0,41
309 Morotssoppa snabb (beräknat)	Kalcium	63
309 Morotssoppa snabb (beräknat)	Kalium	240
309 Morotssoppa snabb (beräknat)	Natrium	550
313 Rotsakssallad u dressing (beräknat)	Aska	0,7
313 Rotsakssallad u dressing (beräknat)	Vatten	88
313 Rotsakssallad u dressing (beräknat)	Fosfor	41
313 Rotsakssallad u dressing (beräknat)	Järn	0,42
313 Rotsakssallad u dressing (beräknat)	Kalcium	34
313 Rotsakssallad u dressing (beräknat)	Kalium	270
313 Rotsakssallad u dressing (beräknat)	Natrium	13
314 Rotsaksgryta rötter brynta (beräknat)	Aska	2
314 Rotsaksgryta rötter brynta (beräknat)	Vatten	83,9
314 Rotsaksgryta rötter brynta (beräknat)	Fosfor	52
314 Rotsaksgryta rötter brynta (beräknat)	Järn	0,47
314 Rotsaksgryta rötter brynta (beräknat)	Kalcium	41
314 Rotsaksgryta rötter brynta (beräknat)	Kalium	265
314 Rotsaksgryta rötter brynta (beräknat)	Natrium	471
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Aska	2

315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Vatten	78
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Fosfor	105
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Järn	0,92
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Kalcium	48
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Kalium	315
315 Rotsaksbiff stekt (beräknat)	Natrium	460
317 Rödbetsoppa typ Borsjtj (beräknat)	Aska	0,7
317 Rödbetsoppa typ Borsjtj (beräknat)	Vatten	94,1
317 Rödbetsoppa typ Borsjtj (beräknat)	Fosfor	16
317 Rödbetsoppa typ Borsjtj (beräknat)	Järn	0,21
317 Rödbetsoppa typ Borsjtj (beräknat)	Kalcium	16
317 Rödbetsoppa typ Borsjtj (beräknat)	Kalium	115
317 Rödbetsoppa typ Borsjtj (beräknat)	Natrium	170
344 Lök gul röd	Aska	0,5
344 Lök gul röd	Vatten	91
344 Lök gul röd	Fosfor	36
344 Lök gul röd	Järn	0,4
344 Lök gul röd	Kalcium	27
344 Lök gul röd	Kalium	192
344 Lök gul röd	Natrium	3
364 Tomat	Aska	0,5
364 Tomat	Vatten	93,4
364 Tomat	Fosfor	28
364 Tomat	Järn	0,26
364 Tomat	Kalcium	6
364 Tomat	Kalium	210
364 Tomat	Natrium	3
370 Vitkål	Aska	0,7
370 Vitkål	Vatten	92
370 Vitkål	Fosfor	30
370 Vitkål	Järn	0,4
370 Vitkål	Kalcium	45
370 Vitkål	Kalium	270
370 Vitkål	Natrium	14
390 Grönsallat gurka tomat u dressing (beräknat)	Aska	0,5
390 Grönsallat gurka tomat u dressing (beräknat)	Vatten	94,7
390 Grönsallat gurka tomat u dressing (beräknat)	Fosfor	28
390 Grönsallat gurka tomat u dressing (beräknat)	Järn	0,31
390 Grönsallat gurka tomat u dressing (beräknat)	Kalcium	19
390 Grönsallat gurka tomat u dressing (beräknat)	Kalium	192
390 Grönsallat gurka tomat u dressing (beräknat)	Natrium	5
391 Råkost u dressing (beräknat)	Aska	0,6
391 Råkost u dressing (beräknat)	Vatten	90,7
391 Råkost u dressing (beräknat)	Fosfor	28
391 Råkost u dressing (beräknat)	Järn	0,37
391 Råkost u dressing (beräknat)	Kalcium	29
391 Råkost u dressing (beräknat)	Kalium	225
391 Råkost u dressing (beräknat)	Natrium	13
438 Grönsaksoppa redd (beräknat)	Aska	0,9
438 Grönsaksoppa redd (beräknat)	Vatten	90,3

438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Fosfor	45
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Järn	0,39
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Kalcium	45
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Kalium	174
438 Grönsakssoppa redd (beräknat)	Natrium	145
439 Grönsaksbiff stekt (beräknat)	Aska	1,2
439 Grönsaksbiff stekt (beräknat)	Vatten	73,2
439 Grönsaksbiff stekt (beräknat)	Fosfor	90
439 Grönsaksbiff stekt (beräknat)	Järn	0,79
439 Grönsaksbiff stekt (beräknat)	Kalcium	24
439 Grönsaksbiff stekt (beräknat)	Kalium	347
439 Grönsaksbiff stekt (beräknat)	Natrium	145
441 Grönsallat m gurka tomat o vinägrettsås (beräknat)	Aska	1
441 Grönsallat m gurka tomat o vinägrettsås (beräknat)	Vatten	86,6
441 Grönsallat m gurka tomat o vinägrettsås (beräknat)	Fosfor	27
441 Grönsallat m gurka tomat o vinägrettsås (beräknat)	Järn	0,31
441 Grönsallat m gurka tomat o vinägrettsås (beräknat)	Kalcium	19
441 Grönsallat m gurka tomat o vinägrettsås (beräknat)	Kalium	168
441 Grönsallat m gurka tomat o vinägrettsås (beräknat)	Natrium	233
443 Grönsallat gurka tomat m gräddfilsås (beräknat)	Aska	1,3
443 Grönsallat gurka tomat m gräddfilsås (beräknat)	Vatten	86,7
443 Grönsallat gurka tomat m gräddfilsås (beräknat)	Fosfor	52
443 Grönsallat gurka tomat m gräddfilsås (beräknat)	Järn	0,31
443 Grönsallat gurka tomat m gräddfilsås (beräknat)	Kalcium	53
443 Grönsallat gurka tomat m gräddfilsås (beräknat)	Kalium	182
443 Grönsallat gurka tomat m gräddfilsås (beräknat)	Natrium	303
444 Grönsallat gurka tomat paprika u dressing (beräknat)	Aska	0,5
444 Grönsallat gurka tomat paprika u dressing (beräknat)	Vatten	94,5
444 Grönsallat gurka tomat paprika u dressing (beräknat)	Fosfor	27
444 Grönsallat gurka tomat paprika u dressing (beräknat)	Järn	0,31
444 Grönsallat gurka tomat paprika u dressing (beräknat)	Kalcium	17
444 Grönsallat gurka tomat paprika u dressing (beräknat)	Kalium	189
444 Grönsallat gurka tomat paprika u dressing (beräknat)	Natrium	4
447 Löksås (beräknat)	Aska	0,9
447 Löksås (beräknat)	Vatten	85,6
447 Löksås (beräknat)	Fosfor	49
447 Löksås (beräknat)	Järn	0,22
447 Löksås (beräknat)	Kalcium	52
447 Löksås (beräknat)	Kalium	128
447 Löksås (beräknat)	Natrium	126
453 Rödkål brynt kokt (beräknat)	Aska	1,6
453 Rödkål brynt kokt (beräknat)	Vatten	83,1
453 Rödkål brynt kokt (beräknat)	Fosfor	37
453 Rödkål brynt kokt (beräknat)	Järn	0,5
453 Rödkål brynt kokt (beräknat)	Kalcium	43
453 Rödkål brynt kokt (beräknat)	Kalium	346
453 Rödkål brynt kokt (beräknat)	Natrium	297
457 Champinjoner stekta (beräknat)	Aska	2,3
457 Champinjoner stekta (beräknat)	Vatten	83,7
457 Champinjoner stekta (beräknat)	Fosfor	134

457 Champinjoner stekta (beräknat)	Järn	0,53
457 Champinjoner stekta (beräknat)	Kalcium	16
457 Champinjoner stekta (beräknat)	Kalium	491
457 Champinjoner stekta (beräknat)	Natrium	445
460 Tomatsallad m vinägrettsås (beräknat)	Aska	0,8
460 Tomatsallad m vinägrettsås (beräknat)	Vatten	88,6
460 Tomatsallad m vinägrettsås (beräknat)	Fosfor	27
460 Tomatsallad m vinägrettsås (beräknat)	Järn	0,26
460 Tomatsallad m vinägrettsås (beräknat)	Kalcium	8
460 Tomatsallad m vinägrettsås (beräknat)	Kalium	191
460 Tomatsallad m vinägrettsås (beräknat)	Natrium	146
461 Tomatröra italiensk (beräknat)	Aska	1,5
461 Tomatröra italiensk (beräknat)	Vatten	86,4
461 Tomatröra italiensk (beräknat)	Fosfor	27
461 Tomatröra italiensk (beräknat)	Järn	0,6
461 Tomatröra italiensk (beräknat)	Kalcium	31
461 Tomatröra italiensk (beräknat)	Kalium	253
461 Tomatröra italiensk (beräknat)	Natrium	369
462 Tomatröra mexikansk salsa kall (beräknat)	Aska	2,8
462 Tomatröra mexikansk salsa kall (beräknat)	Vatten	84,7
462 Tomatröra mexikansk salsa kall (beräknat)	Fosfor	31
462 Tomatröra mexikansk salsa kall (beräknat)	Järn	0,39
462 Tomatröra mexikansk salsa kall (beräknat)	Kalcium	19
462 Tomatröra mexikansk salsa kall (beräknat)	Kalium	196
462 Tomatröra mexikansk salsa kall (beräknat)	Natrium	928
463 Vegetarisk gryta (beräknat)	Aska	1,4
463 Vegetarisk gryta (beräknat)	Vatten	87,3
463 Vegetarisk gryta (beräknat)	Fosfor	36
463 Vegetarisk gryta (beräknat)	Järn	0,57
463 Vegetarisk gryta (beräknat)	Kalcium	33
463 Vegetarisk gryta (beräknat)	Kalium	271
463 Vegetarisk gryta (beräknat)	Natrium	277
464 Vitkålssoppa vegetarisk (beräknat)	Aska	1
464 Vitkålssoppa vegetarisk (beräknat)	Vatten	95,3
464 Vitkålssoppa vegetarisk (beräknat)	Fosfor	15
464 Vitkålssoppa vegetarisk (beräknat)	Järn	0,24
464 Vitkålssoppa vegetarisk (beräknat)	Kalcium	21
464 Vitkålssoppa vegetarisk (beräknat)	Kalium	118
464 Vitkålssoppa vegetarisk (beräknat)	Natrium	179
465 Vitkål kokt (beräknat)	Aska	1,5
465 Vitkål kokt (beräknat)	Vatten	89,5
465 Vitkål kokt (beräknat)	Fosfor	37
465 Vitkål kokt (beräknat)	Järn	0,5
465 Vitkål kokt (beräknat)	Kalcium	57
465 Vitkål kokt (beräknat)	Kalium	334
465 Vitkål kokt (beräknat)	Natrium	262
466 Brunkål (beräknat)	Aska	2,5
466 Brunkål (beräknat)	Vatten	84,1
466 Brunkål (beräknat)	Fosfor	46
466 Brunkål (beräknat)	Järn	0,65

466 Brunkål (beräknat)	Kalcium	62
466 Brunkål (beräknat)	Kalium	368
466 Brunkål (beräknat)	Natrium	579
467 Vitkålssallad pizzasallad (beräknat)	Aska	1,3
467 Vitkålssallad pizzasallad (beräknat)	Vatten	78,4
467 Vitkålssallad pizzasallad (beräknat)	Fosfor	27
467 Vitkålssallad pizzasallad (beräknat)	Järn	0,36
467 Vitkålssallad pizzasallad (beräknat)	Kalcium	28
467 Vitkålssallad pizzasallad (beräknat)	Kalium	194
467 Vitkålssallad pizzasallad (beräknat)	Natrium	339
468 Vitkålssallad m lingonsylt (beräknat)	Aska	0,5
468 Vitkålssallad m lingonsylt (beräknat)	Vatten	81,8
468 Vitkålssallad m lingonsylt (beräknat)	Fosfor	24
468 Vitkålssallad m lingonsylt (beräknat)	Järn	0,37
468 Vitkålssallad m lingonsylt (beräknat)	Kalcium	35
468 Vitkålssallad m lingonsylt (beräknat)	Kalium	198
468 Vitkålssallad m lingonsylt (beräknat)	Natrium	16
471 Ärtter morötter kokta (beräknat)	Aska	1,1
471 Ärtter morötter kokta (beräknat)	Vatten	81,7
471 Ärtter morötter kokta (beräknat)	Fosfor	84
471 Ärtter morötter kokta (beräknat)	Järn	1,3
471 Ärtter morötter kokta (beräknat)	Kalcium	29
471 Ärtter morötter kokta (beräknat)	Kalium	308
471 Ärtter morötter kokta (beräknat)	Natrium	138
472 Ärtter morötter stuvade (beräknat)	Aska	1,2
472 Ärtter morötter stuvade (beräknat)	Vatten	81,5
472 Ärtter morötter stuvade (beräknat)	Fosfor	71
472 Ärtter morötter stuvade (beräknat)	Järn	0,76
472 Ärtter morötter stuvade (beräknat)	Kalcium	48
472 Ärtter morötter stuvade (beräknat)	Kalium	204
472 Ärtter morötter stuvade (beräknat)	Natrium	234
473 Ärtpuré (beräknat)	Aska	0,8
473 Ärtpuré (beräknat)	Vatten	90,2
473 Ärtpuré (beräknat)	Fosfor	42
473 Ärtpuré (beräknat)	Järn	0,58
473 Ärtpuré (beräknat)	Kalcium	15
473 Ärtpuré (beräknat)	Kalium	74
473 Ärtpuré (beräknat)	Natrium	236
478 Grönsaksgryta ospec. (beräknat)	Aska	1,3
478 Grönsaksgryta ospec. (beräknat)	Vatten	87,2
478 Grönsaksgryta ospec. (beräknat)	Fosfor	46
478 Grönsaksgryta ospec. (beräknat)	Järn	0,77
478 Grönsaksgryta ospec. (beräknat)	Kalcium	36
478 Grönsaksgryta ospec. (beräknat)	Kalium	308
478 Grönsaksgryta ospec. (beräknat)	Natrium	202
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Aska	1,9
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Vatten	79,2
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Fosfor	100
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Järn	0,9
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Kalcium	132

479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Kalium	286
479 Grönsaksgratäng ospec. (beräknat)	Natrium	330
506 Minestronesoppa (beräknat)	Aska	1,4
506 Minestronesoppa (beräknat)	Vatten	89
506 Minestronesoppa (beräknat)	Fosfor	36
506 Minestronesoppa (beräknat)	Järn	0,28
506 Minestronesoppa (beräknat)	Kalcium	15
506 Minestronesoppa (beräknat)	Kalium	161
506 Minestronesoppa (beräknat)	Natrium	245
508 Vitkålssoppa m frikadeller (beräknat)	Aska	0,9
508 Vitkålssoppa m frikadeller (beräknat)	Vatten	91,8
508 Vitkålssoppa m frikadeller (beräknat)	Fosfor	34
508 Vitkålssoppa m frikadeller (beräknat)	Järn	0,86
508 Vitkålssoppa m frikadeller (beräknat)	Kalcium	32
508 Vitkålssoppa m frikadeller (beräknat)	Kalium	188
508 Vitkålssoppa m frikadeller (beräknat)	Natrium	158
510 Får i kål (beräknat)	Aska	1,3
510 Får i kål (beräknat)	Vatten	84,9
510 Får i kål (beräknat)	Fosfor	70
510 Får i kål (beräknat)	Järn	0,71
510 Får i kål (beräknat)	Kalcium	31
510 Får i kål (beräknat)	Kalium	212
510 Får i kål (beräknat)	Natrium	275
511 Kåldolmar stekta (beräknat)	Aska	2,5
511 Kåldolmar stekta (beräknat)	Vatten	73,5
511 Kåldolmar stekta (beräknat)	Fosfor	91
511 Kåldolmar stekta (beräknat)	Järn	0,92
511 Kåldolmar stekta (beräknat)	Kalcium	58
511 Kåldolmar stekta (beräknat)	Kalium	338
511 Kåldolmar stekta (beräknat)	Natrium	637
512 Kålpudding (beräknat)	Aska	1,5
512 Kålpudding (beräknat)	Vatten	80,9
512 Kålpudding (beräknat)	Fosfor	83
512 Kålpudding (beräknat)	Järn	0,74
512 Kålpudding (beräknat)	Kalcium	55
512 Kålpudding (beräknat)	Kalium	262
512 Kålpudding (beräknat)	Natrium	299
513 Kycklingsallad m dressing (beräknat)	Aska	1,4
513 Kycklingsallad m dressing (beräknat)	Vatten	76,9
513 Kycklingsallad m dressing (beräknat)	Fosfor	113
513 Kycklingsallad m dressing (beräknat)	Järn	0,72
513 Kycklingsallad m dressing (beräknat)	Kalcium	14
513 Kycklingsallad m dressing (beräknat)	Kalium	227
513 Kycklingsallad m dressing (beräknat)	Natrium	299
514 Kycklingsallad u dressing (beräknat)	Aska	1,5
514 Kycklingsallad u dressing (beräknat)	Vatten	80,5
514 Kycklingsallad u dressing (beräknat)	Fosfor	106
514 Kycklingsallad u dressing (beräknat)	Järn	0,76
514 Kycklingsallad u dressing (beräknat)	Kalcium	23
514 Kycklingsallad u dressing (beräknat)	Kalium	274



514 Kycklingsallad u dressing (beräknat)	Natrium	221
515 Moussaka (beräknat)	Aska	1,8
515 Moussaka (beräknat)	Vatten	76,5
515 Moussaka (beräknat)	Fosfor	113
515 Moussaka (beräknat)	Järn	1,25
515 Moussaka (beräknat)	Kalcium	68
515 Moussaka (beräknat)	Kalium	357
515 Moussaka (beräknat)	Natrium	373
529 Grekisk sallad (beräknat)	Aska	2
529 Grekisk sallad (beräknat)	Vatten	82,7
529 Grekisk sallad (beräknat)	Fosfor	72
529 Grekisk sallad (beräknat)	Järn	0,42
529 Grekisk sallad (beräknat)	Kalcium	99
529 Grekisk sallad (beräknat)	Kalium	149
529 Grekisk sallad (beräknat)	Natrium	486
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Aska	1,5
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Vatten	78,9
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Fosfor	92
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Järn	0,95
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Kalcium	47
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Kalium	197
530 Grönsakssufflé (beräknat)	Natrium	309
540 Grönsaksblandning för wokning (beräknat)	Aska	0,7
540 Grönsaksblandning för wokning (beräknat)	Vatten	86,4
540 Grönsaksblandning för wokning (beräknat)	Fosfor	50
540 Grönsaksblandning för wokning (beräknat)	Järn	0,5
540 Grönsaksblandning för wokning (beräknat)	Kalcium	21
540 Grönsaksblandning för wokning (beräknat)	Kalium	190
540 Grönsaksblandning för wokning (beräknat)	Natrium	84
588 Äpple m skal	Aska	0,3
588 Äpple m skal	Vatten	85,2
588 Äpple m skal	Fosfor	12
588 Äpple m skal	Kalcium	4
588 Äpple m skal	Kalium	115
588 Äpple m skal	Natrium	1
589 Äpple u skal	Aska	0,2
589 Äpple u skal	Vatten	84
589 Äpple u skal	Fosfor	7
589 Äpple u skal	Kalcium	4
589 Äpple u skal	Kalium	113
589 Äpple u skal	Natrium	0
638 Fruksallad (beräknat)	Aska	0,6
638 Fruksallad (beräknat)	Vatten	78,1
638 Fruksallad (beräknat)	Fosfor	27
638 Fruksallad (beräknat)	Kalcium	21
638 Fruksallad (beräknat)	Kalium	216
638 Fruksallad (beräknat)	Natrium	1
756 Köttfärspaj (beräknat)	Aska	1,7
756 Köttfärspaj (beräknat)	Vatten	64,7
756 Köttfärspaj (beräknat)	Fosfor	96

756 Köttfärs <span>paj</span> (beräknat)	Järn	1,12
756 Köttfärs <span>paj</span> (beräknat)	Kalcium	16
756 Köttfärs <span>paj</span> (beräknat)	Kalium	193
756 Köttfärs <span>paj</span> (beräknat)	Natrium	490
757 Kyckling <span>paj</span> (beräknat)	Aska	1,5
757 Kyckling <span>paj</span> (beräknat)	Vatten	72,9
757 Kyckling <span>paj</span> (beräknat)	Fosfor	136
757 Kyckling <span>paj</span> (beräknat)	Järn	0,54
757 Kyckling <span>paj</span> (beräknat)	Kalcium	33
757 Kyckling <span>paj</span> (beräknat)	Kalium	266
757 Kyckling <span>paj</span> (beräknat)	Natrium	278
758 Pirog m köttfärs <span>fyllning</span> (beräknat)	Aska	1,9
758 Pirog m köttfärs <span>fyllning</span> (beräknat)	Vatten	37,4
758 Pirog m köttfärs <span>fyllning</span> (beräknat)	Fosfor	99
758 Pirog m köttfärs <span>fyllning</span> (beräknat)	Järn	1,09
758 Pirog m köttfärs <span>fyllning</span> (beräknat)	Kalcium	18
758 Pirog m köttfärs <span>fyllning</span> (beräknat)	Kalium	175
758 Pirog m köttfärs <span>fyllning</span> (beräknat)	Natrium	567
773 Pizza vegetarisk (beräknat)	Aska	1,6
773 Pizza vegetarisk (beräknat)	Vatten	64,1
773 Pizza vegetarisk (beräknat)	Fosfor	137
773 Pizza vegetarisk (beräknat)	Järn	0,59
773 Pizza vegetarisk (beräknat)	Kalcium	132
773 Pizza vegetarisk (beräknat)	Kalium	170
773 Pizza vegetarisk (beräknat)	Natrium	276
790 Paj <span>fyllning</span> förrätt (beräknat)	Aska	2,4
790 Paj <span>fyllning</span> förrätt (beräknat)	Vatten	71,6
790 Paj <span>fyllning</span> förrätt (beräknat)	Fosfor	177
790 Paj <span>fyllning</span> förrätt (beräknat)	Järn	0,62
790 Paj <span>fyllning</span> förrätt (beräknat)	Kalcium	182
790 Paj <span>fyllning</span> förrätt (beräknat)	Kalium	179
790 Paj <span>fyllning</span> förrätt (beräknat)	Natrium	501
791 Pirog <span>fyllning</span> förrätt (beräknat)	Aska	3,1
791 Pirog <span>fyllning</span> förrätt (beräknat)	Vatten	64,2
791 Pirog <span>fyllning</span> förrätt (beräknat)	Fosfor	119
791 Pirog <span>fyllning</span> förrätt (beräknat)	Järn	1,26
791 Pirog <span>fyllning</span> förrätt (beräknat)	Kalcium	41
791 Pirog <span>fyllning</span> förrätt (beräknat)	Kalium	222
791 Pirog <span>fyllning</span> förrätt (beräknat)	Natrium	1000
795 Pizzapå <span>lägg</span> skinka tomat hårdost (beräknat)	Aska	1,7
795 Pizzapå <span>lägg</span> skinka tomat hårdost (beräknat)	Vatten	78,3
795 Pizzapå <span>lägg</span> skinka tomat hårdost (beräknat)	Fosfor	152
795 Pizzapå <span>lägg</span> skinka tomat hårdost (beräknat)	Järn	0,33
795 Pizzapå <span>lägg</span> skinka tomat hårdost (beräknat)	Kalcium	173
795 Pizzapå <span>lägg</span> skinka tomat hårdost (beräknat)	Kalium	206
795 Pizzapå <span>lägg</span> skinka tomat hårdost (beräknat)	Natrium	259
797 Smörgå <span>stårta</span> landgång leverpastej Keso skinka ägg räkor (beräknat)	Aska	2,2
797 Smörgå <span>stårta</span> landgång leverpastej Keso skinka ägg räkor (beräknat)	Vatten	55,9
797 Smörgå <span>stårta</span> landgång leverpastej Keso skinka ägg räkor (beräknat)	Fosfor	138
797 Smörgå <span>stårta</span> landgång leverpastej Keso skinka ägg räkor (beräknat)	Järn	1,65

797 Smörgåstårta landgång leverpastej Keso skinka ägg räkor (beräknat)	Kalcium	43
797 Smörgåstårta landgång leverpastej Keso skinka ägg räkor (beräknat)	Kalium	149
797 Smörgåstårta landgång leverpastej Keso skinka ägg räkor (beräknat)	Natrium	602
821 Risotto fullkorn vegetarisk m råris sesamfrön (beräknat)	Aska	1,8
821 Risotto fullkorn vegetarisk m råris sesamfrön (beräknat)	Vatten	62,6
821 Risotto fullkorn vegetarisk m råris sesamfrön (beräknat)	Fosfor	123
821 Risotto fullkorn vegetarisk m råris sesamfrön (beräknat)	Järn	1,05
821 Risotto fullkorn vegetarisk m råris sesamfrön (beräknat)	Kalcium	18
821 Risotto fullkorn vegetarisk m råris sesamfrön (beräknat)	Kalium	247
821 Risotto fullkorn vegetarisk m råris sesamfrön (beräknat)	Natrium	334
822 Risotto fullkorn vegetarisk m råris cashewnötter (beräknat)	Aska	1,6
822 Risotto fullkorn vegetarisk m råris cashewnötter (beräknat)	Vatten	64,1
822 Risotto fullkorn vegetarisk m råris cashewnötter (beräknat)	Fosfor	129
822 Risotto fullkorn vegetarisk m råris cashewnötter (beräknat)	Järn	1,14
822 Risotto fullkorn vegetarisk m råris cashewnötter (beräknat)	Kalcium	16
822 Risotto fullkorn vegetarisk m råris cashewnötter (beräknat)	Kalium	268
822 Risotto fullkorn vegetarisk m råris cashewnötter (beräknat)	Natrium	229
843 Risotto falukorv el tonfisk (beräknat)	Aska	2,3
843 Risotto falukorv el tonfisk (beräknat)	Vatten	49,9
843 Risotto falukorv el tonfisk (beräknat)	Fosfor	150
843 Risotto falukorv el tonfisk (beräknat)	Järn	0,91
843 Risotto falukorv el tonfisk (beräknat)	Kalcium	13
843 Risotto falukorv el tonfisk (beräknat)	Kalium	153
843 Risotto falukorv el tonfisk (beräknat)	Natrium	607
856 Makaronipudding m skinka falukorv äggstanning (beräknat)	Aska	1,9
856 Makaronipudding m skinka falukorv äggstanning (beräknat)	Vatten	69,8
856 Makaronipudding m skinka falukorv äggstanning (beräknat)	Fosfor	128
856 Makaronipudding m skinka falukorv äggstanning (beräknat)	Järn	0,59
856 Makaronipudding m skinka falukorv äggstanning (beräknat)	Kalcium	100
856 Makaronipudding m skinka falukorv äggstanning (beräknat)	Kalium	130
856 Makaronipudding m skinka falukorv äggstanning (beräknat)	Natrium	520
858 Köttfärssås o spaghetti (beräknat)	Aska	1,2
858 Köttfärssås o spaghetti (beräknat)	Vatten	73,1
858 Köttfärssås o spaghetti (beräknat)	Fosfor	71
858 Köttfärssås o spaghetti (beräknat)	Järn	0,86
858 Köttfärssås o spaghetti (beräknat)	Kalcium	17
858 Köttfärssås o spaghetti (beräknat)	Kalium	162
858 Köttfärssås o spaghetti (beräknat)	Natrium	319
865 Pasta m tonfisk (beräknat)	Aska	0,8
865 Pasta m tonfisk (beräknat)	Vatten	69,9
865 Pasta m tonfisk (beräknat)	Fosfor	69
865 Pasta m tonfisk (beräknat)	Järn	0,6
865 Pasta m tonfisk (beräknat)	Kalcium	18
865 Pasta m tonfisk (beräknat)	Kalium	59
865 Pasta m tonfisk (beräknat)	Natrium	231
867 Makaronilåda vegetarisk (beräknat)	Aska	1,3
867 Makaronilåda vegetarisk (beräknat)	Vatten	74,2
867 Makaronilåda vegetarisk (beräknat)	Fosfor	107
867 Makaronilåda vegetarisk (beräknat)	Järn	0,58
867 Makaronilåda vegetarisk (beräknat)	Kalcium	100

867 Makaronilåda vegetarisk (beräknat)	Kalium	142
867 Makaronilåda vegetarisk (beräknat)	Natrium	269
898 Chili con carne (beräknat)	Aska	1,6
898 Chili con carne (beräknat)	Vatten	74,5
898 Chili con carne (beräknat)	Fosfor	110
898 Chili con carne (beräknat)	Järn	1,43
898 Chili con carne (beräknat)	Kalcium	33
898 Chili con carne (beräknat)	Kalium	385
898 Chili con carne (beräknat)	Natrium	272
903 Linsoppa (beräknat)	Aska	0,9
903 Linsoppa (beräknat)	Vatten	88,5
903 Linsoppa (beräknat)	Fosfor	42
903 Linsoppa (beräknat)	Järn	0,75
903 Linsoppa (beräknat)	Kalcium	19
903 Linsoppa (beräknat)	Kalium	145
903 Linsoppa (beräknat)	Natrium	213
904 Ärtsoppa vegetarisk (beräknat)	Aska	1,9
904 Ärtsoppa vegetarisk (beräknat)	Vatten	68,6
904 Ärtsoppa vegetarisk (beräknat)	Fosfor	136
904 Ärtsoppa vegetarisk (beräknat)	Järn	2,14
904 Ärtsoppa vegetarisk (beräknat)	Kalcium	25
904 Ärtsoppa vegetarisk (beräknat)	Kalium	399
904 Ärtsoppa vegetarisk (beräknat)	Natrium	309
915 Sojabiff stekt (beräknat)	Aska	2,4
915 Sojabiff stekt (beräknat)	Vatten	68,1
915 Sojabiff stekt (beräknat)	Fosfor	130
915 Sojabiff stekt (beräknat)	Järn	1,83
915 Sojabiff stekt (beräknat)	Kalcium	52
915 Sojabiff stekt (beräknat)	Kalium	439
915 Sojabiff stekt (beräknat)	Natrium	474
919 Kikärtsbiffar falafel friterade (beräknat)	Aska	2,3
919 Kikärtsbiffar falafel friterade (beräknat)	Vatten	55,6
919 Kikärtsbiffar falafel friterade (beräknat)	Fosfor	129
919 Kikärtsbiffar falafel friterade (beräknat)	Järn	1,92
919 Kikärtsbiffar falafel friterade (beräknat)	Kalcium	73
919 Kikärtsbiffar falafel friterade (beräknat)	Kalium	220
919 Kikärtsbiffar falafel friterade (beräknat)	Natrium	557
1029 Kokt fläskruld /rullsylta (beräknat)	Aska	3,4
1029 Kokt fläskruld /rullsylta (beräknat)	Vatten	55,5
1029 Kokt fläskruld /rullsylta (beräknat)	Fosfor	209
1029 Kokt fläskruld /rullsylta (beräknat)	Järn	1,18
1029 Kokt fläskruld /rullsylta (beräknat)	Kalcium	12
1029 Kokt fläskruld /rullsylta (beräknat)	Kalium	341
1029 Kokt fläskruld /rullsylta (beräknat)	Natrium	1003
1043 Oxrulad nöt stekt (beräknat)	Aska	3,3
1043 Oxrulad nöt stekt (beräknat)	Vatten	52
1043 Oxrulad nöt stekt (beräknat)	Fosfor	300
1043 Oxrulad nöt stekt (beräknat)	Järn	3,49
1043 Oxrulad nöt stekt (beräknat)	Kalcium	18
1043 Oxrulad nöt stekt (beräknat)	Kalium	539

1043 Oxrulad nöt stekt (beräknat)	Natrium	682
1062 Biff Stroganoff nötkött (beräknat)	Aska	2,3
1062 Biff Stroganoff nötkött (beräknat)	Vatten	66,5
1062 Biff Stroganoff nötkött (beräknat)	Fosfor	173
1062 Biff Stroganoff nötkött (beräknat)	Järn	1,85
1062 Biff Stroganoff nötkött (beräknat)	Kalcium	42
1062 Biff Stroganoff nötkött (beräknat)	Kalium	358
1062 Biff Stroganoff nötkött (beräknat)	Natrium	485
1063 Rimmat sidfläsk el stekfläsk gris m löksås (beräknat)	Aska	1,7
1063 Rimmat sidfläsk el stekfläsk gris m löksås (beräknat)	Vatten	76,2
1063 Rimmat sidfläsk el stekfläsk gris m löksås (beräknat)	Fosfor	114
1063 Rimmat sidfläsk el stekfläsk gris m löksås (beräknat)	Järn	0,32
1063 Rimmat sidfläsk el stekfläsk gris m löksås (beräknat)	Kalcium	71
1063 Rimmat sidfläsk el stekfläsk gris m löksås (beräknat)	Kalium	197
1063 Rimmat sidfläsk el stekfläsk gris m löksås (beräknat)	Natrium	426
1068 Gulasch nötkött (beräknat)	Aska	1,8
1068 Gulasch nötkött (beräknat)	Vatten	77
1068 Gulasch nötkött (beräknat)	Fosfor	93
1068 Gulasch nötkött (beräknat)	Järn	1,39
1068 Gulasch nötkött (beräknat)	Kalcium	25
1068 Gulasch nötkött (beräknat)	Kalium	291
1068 Gulasch nötkött (beräknat)	Natrium	429
1069 Hargryta (beräknat)	Aska	1,5
1069 Hargryta (beräknat)	Vatten	74,7
1069 Hargryta (beräknat)	Fosfor	172
1069 Hargryta (beräknat)	Järn	3,23
1069 Hargryta (beräknat)	Kalcium	29
1069 Hargryta (beräknat)	Kalium	336
1069 Hargryta (beräknat)	Natrium	395
1070 Kalvköttgryta lök tomat morötter rotselleri (beräknat)	Aska	1,1
1070 Kalvköttgryta lök tomat morötter rotselleri (beräknat)	Vatten	80,6
1070 Kalvköttgryta lök tomat morötter rotselleri (beräknat)	Fosfor	94
1070 Kalvköttgryta lök tomat morötter rotselleri (beräknat)	Järn	0,96
1070 Kalvköttgryta lök tomat morötter rotselleri (beräknat)	Kalcium	20
1070 Kalvköttgryta lök tomat morötter rotselleri (beräknat)	Kalium	284
1070 Kalvköttgryta lök tomat morötter rotselleri (beräknat)	Natrium	150
1072 Kalvläggsgryta typ Osso buco (beräknat)	Aska	1,9
1072 Kalvläggsgryta typ Osso buco (beräknat)	Vatten	80,7
1072 Kalvläggsgryta typ Osso buco (beräknat)	Fosfor	110
1072 Kalvläggsgryta typ Osso buco (beräknat)	Järn	1,23
1072 Kalvläggsgryta typ Osso buco (beräknat)	Kalcium	23
1072 Kalvläggsgryta typ Osso buco (beräknat)	Kalium	312
1072 Kalvläggsgryta typ Osso buco (beräknat)	Natrium	430
1073 Köttssoppa nötkött (beräknat)	Aska	1,3
1073 Köttssoppa nötkött (beräknat)	Vatten	87,8
1073 Köttssoppa nötkött (beräknat)	Fosfor	56
1073 Köttssoppa nötkött (beräknat)	Järn	1,62
1073 Köttssoppa nötkött (beräknat)	Kalcium	14
1073 Köttssoppa nötkött (beräknat)	Kalium	152
1073 Köttssoppa nötkött (beräknat)	Natrium	311

1075 Lammköttgryta lök tomat (beräknat)	Aska	1,8
1075 Lammköttgryta lök tomat (beräknat)	Vatten	68
1075 Lammköttgryta lök tomat (beräknat)	Fosfor	165
1075 Lammköttgryta lök tomat (beräknat)	Järn	1,65
1075 Lammköttgryta lök tomat (beräknat)	Kalcium	28
1075 Lammköttgryta lök tomat (beräknat)	Kalium	267
1075 Lammköttgryta lök tomat (beräknat)	Natrium	346
1076 Lammköttgryta lök kålrot i lergryta (beräknat)	Aska	2,1
1076 Lammköttgryta lök kålrot i lergryta (beräknat)	Vatten	71
1076 Lammköttgryta lök kålrot i lergryta (beräknat)	Fosfor	131
1076 Lammköttgryta lök kålrot i lergryta (beräknat)	Järn	1,35
1076 Lammköttgryta lök kålrot i lergryta (beräknat)	Kalcium	28
1076 Lammköttgryta lök kålrot i lergryta (beräknat)	Kalium	233
1076 Lammköttgryta lök kålrot i lergryta (beräknat)	Natrium	520
1077 Nötköttgryta lök purjolök morötter (beräknat)	Aska	1,5
1077 Nötköttgryta lök purjolök morötter (beräknat)	Vatten	78,6
1077 Nötköttgryta lök purjolök morötter (beräknat)	Fosfor	83
1077 Nötköttgryta lök purjolök morötter (beräknat)	Järn	1,61
1077 Nötköttgryta lök purjolök morötter (beräknat)	Kalcium	27
1077 Nötköttgryta lök purjolök morötter (beräknat)	Kalium	277
1077 Nötköttgryta lök purjolök morötter (beräknat)	Natrium	286
1078 Pepparrotskött nötkött lök morötter sås (beräknat)	Aska	1,5
1078 Pepparrotskött nötkött lök morötter sås (beräknat)	Vatten	73,4
1078 Pepparrotskött nötkött lök morötter sås (beräknat)	Fosfor	123
1078 Pepparrotskött nötkött lök morötter sås (beräknat)	Järn	2,16
1078 Pepparrotskött nötkött lök morötter sås (beräknat)	Kalcium	20
1078 Pepparrotskött nötkött lök morötter sås (beräknat)	Kalium	261
1078 Pepparrotskött nötkött lök morötter sås (beräknat)	Natrium	295
1079 Nötköttgryta lök tomat morötter rotselleri i lergryta (beräknat)	Aska	1,2
1079 Nötköttgryta lök tomat morötter rotselleri i lergryta (beräknat)	Vatten	80,2
1079 Nötköttgryta lök tomat morötter rotselleri i lergryta (beräknat)	Fosfor	116
1079 Nötköttgryta lök tomat morötter rotselleri i lergryta (beräknat)	Järn	1,99
1079 Nötköttgryta lök tomat morötter rotselleri i lergryta (beräknat)	Kalcium	21
1079 Nötköttgryta lök tomat morötter rotselleri i lergryta (beräknat)	Kalium	314
1079 Nötköttgryta lök tomat morötter rotselleri i lergryta (beräknat)	Natrium	128
1081 Renskavsgryta (beräknat)	Aska	2,1
1081 Renskavsgryta (beräknat)	Vatten	67,7
1081 Renskavsgryta (beräknat)	Fosfor	161
1081 Renskavsgryta (beräknat)	Järn	2,3
1081 Renskavsgryta (beräknat)	Kalcium	22
1081 Renskavsgryta (beräknat)	Kalium	377
1081 Renskavsgryta (beräknat)	Natrium	488
1083 Kalops (beräknat)	Aska	1,3
1083 Kalops (beräknat)	Vatten	72,7
1083 Kalops (beräknat)	Fosfor	119
1083 Kalops (beräknat)	Järn	1,74
1083 Kalops (beräknat)	Kalcium	11
1083 Kalops (beräknat)	Kalium	249
1083 Kalops (beräknat)	Natrium	245
1085 Fläskköttgryta gris grönsaker (beräknat)	Aska	1,5

1085 Fläskköttgryta gris grönsaker (beräknat)	Vatten	79,9
1085 Fläskköttgryta gris grönsaker (beräknat)	Fosfor	92
1085 Fläskköttgryta gris grönsaker (beräknat)	Järn	0,88
1085 Fläskköttgryta gris grönsaker (beräknat)	Kalcium	30
1085 Fläskköttgryta gris grönsaker (beräknat)	Kalium	343
1085 Fläskköttgryta gris grönsaker (beräknat)	Natrium	290
1109 Pannbiff gris stekt (beräknat)	Aska	2,5
1109 Pannbiff gris stekt (beräknat)	Vatten	61,3
1109 Pannbiff gris stekt (beräknat)	Fosfor	187
1109 Pannbiff gris stekt (beräknat)	Järn	0,95
1109 Pannbiff gris stekt (beräknat)	Kalcium	34
1109 Pannbiff gris stekt (beräknat)	Kalium	314
1109 Pannbiff gris stekt (beräknat)	Natrium	628
1115 Köttfärssås på nötfärs (beräknat)	Aska	1,8
1115 Köttfärssås på nötfärs (beräknat)	Vatten	79,8
1115 Köttfärssås på nötfärs (beräknat)	Fosfor	85
1115 Köttfärssås på nötfärs (beräknat)	Järn	1,32
1115 Köttfärssås på nötfärs (beräknat)	Kalcium	22
1115 Köttfärssås på nötfärs (beräknat)	Kalium	268
1115 Köttfärssås på nötfärs (beräknat)	Natrium	481
1116 Köttfärssoppa (beräknat)	Aska	1,3
1116 Köttfärssoppa (beräknat)	Vatten	87,5
1116 Köttfärssoppa (beräknat)	Fosfor	57
1116 Köttfärssoppa (beräknat)	Järn	1,48
1116 Köttfärssoppa (beräknat)	Kalcium	14
1116 Köttfärssoppa (beräknat)	Kalium	149
1116 Köttfärssoppa (beräknat)	Natrium	309
1117 Köttfärsgulasch m gräddfil (beräknat)	Aska	1,6
1117 Köttfärsgulasch m gräddfil (beräknat)	Vatten	75
1117 Köttfärsgulasch m gräddfil (beräknat)	Fosfor	97
1117 Köttfärsgulasch m gräddfil (beräknat)	Järn	1,2
1117 Köttfärsgulasch m gräddfil (beräknat)	Kalcium	32
1117 Köttfärsgulasch m gräddfil (beräknat)	Kalium	257
1117 Köttfärsgulasch m gräddfil (beräknat)	Natrium	374
1118 Köttfärsgulasch u gräddfil (beräknat)	Aska	1,7
1118 Köttfärsgulasch u gräddfil (beräknat)	Vatten	75,1
1118 Köttfärsgulasch u gräddfil (beräknat)	Fosfor	96
1118 Köttfärsgulasch u gräddfil (beräknat)	Järn	1,32
1118 Köttfärsgulasch u gräddfil (beräknat)	Kalcium	22
1118 Köttfärsgulasch u gräddfil (beräknat)	Kalium	264
1118 Köttfärsgulasch u gräddfil (beräknat)	Natrium	407
1119 Köttbullar nötfärs stekta (beräknat)	Aska	2,5
1119 Köttbullar nötfärs stekta (beräknat)	Vatten	64,2
1119 Köttbullar nötfärs stekta (beräknat)	Fosfor	187
1119 Köttbullar nötfärs stekta (beräknat)	Järn	2,23
1119 Köttbullar nötfärs stekta (beräknat)	Kalcium	52
1119 Köttbullar nötfärs stekta (beräknat)	Kalium	318
1119 Köttbullar nötfärs stekta (beräknat)	Natrium	659
1120 Köttbullar grisfärs stekta (beräknat)	Aska	3
1120 Köttbullar grisfärs stekta (beräknat)	Vatten	52,4

1120 Köttbullar grisfärs stekta (beräknat)	Fosfor	224
1120 Köttbullar grisfärs stekta (beräknat)	Järn	1,22
1120 Köttbullar grisfärs stekta (beräknat)	Kalcium	21
1120 Köttbullar grisfärs stekta (beräknat)	Kalium	372
1120 Köttbullar grisfärs stekta (beräknat)	Natrium	804
1121 Köttfärssås grisfärs (beräknat)	Aska	1,9
1121 Köttfärssås grisfärs (beräknat)	Vatten	75,1
1121 Köttfärssås grisfärs (beräknat)	Fosfor	104
1121 Köttfärssås grisfärs (beräknat)	Järn	0,69
1121 Köttfärssås grisfärs (beräknat)	Kalcium	20
1121 Köttfärssås grisfärs (beräknat)	Kalium	281
1121 Köttfärssås grisfärs (beräknat)	Natrium	466
1122 Köttbullsgryta m lök äpple banan (beräknat)	Aska	3,1
1122 Köttbullsgryta m lök äpple banan (beräknat)	Vatten	68,8
1122 Köttbullsgryta m lök äpple banan (beräknat)	Fosfor	89
1122 Köttbullsgryta m lök äpple banan (beräknat)	Järn	1,03
1122 Köttbullsgryta m lök äpple banan (beräknat)	Kalcium	35
1122 Köttbullsgryta m lök äpple banan (beräknat)	Kalium	326
1122 Köttbullsgryta m lök äpple banan (beräknat)	Natrium	754
1123 Köttfärssås till moussaka (beräknat)	Aska	1,9
1123 Köttfärssås till moussaka (beräknat)	Vatten	76,3
1123 Köttfärssås till moussaka (beräknat)	Fosfor	98
1123 Köttfärssås till moussaka (beräknat)	Järn	1,55
1123 Köttfärssås till moussaka (beräknat)	Kalcium	25
1123 Köttfärssås till moussaka (beräknat)	Kalium	310
1123 Köttfärssås till moussaka (beräknat)	Natrium	476
1124 Köttfärslimpa till tacobröd (beräknat)	Aska	1,9
1124 Köttfärslimpa till tacobröd (beräknat)	Vatten	62,6
1124 Köttfärslimpa till tacobröd (beräknat)	Fosfor	146
1124 Köttfärslimpa till tacobröd (beräknat)	Järn	1,7
1124 Köttfärslimpa till tacobröd (beräknat)	Kalcium	10
1124 Köttfärslimpa till tacobröd (beräknat)	Kalium	266
1124 Köttfärslimpa till tacobröd (beräknat)	Natrium	489
1125 Lammfärsbiffar stekta (beräknat)	Aska	3,5
1125 Lammfärsbiffar stekta (beräknat)	Vatten	53,7
1125 Lammfärsbiffar stekta (beräknat)	Fosfor	207
1125 Lammfärsbiffar stekta (beräknat)	Järn	1,99
1125 Lammfärsbiffar stekta (beräknat)	Kalcium	30
1125 Lammfärsbiffar stekta (beräknat)	Kalium	265
1125 Lammfärsbiffar stekta (beräknat)	Natrium	1008
1126 Köttfärslimpa grisfärs (beräknat)	Aska	2,3
1126 Köttfärslimpa grisfärs (beräknat)	Vatten	64,1
1126 Köttfärslimpa grisfärs (beräknat)	Fosfor	175
1126 Köttfärslimpa grisfärs (beräknat)	Järn	0,87
1126 Köttfärslimpa grisfärs (beräknat)	Kalcium	36
1126 Köttfärslimpa grisfärs (beräknat)	Kalium	293
1126 Köttfärslimpa grisfärs (beräknat)	Natrium	578
1127 Köttfärslimpa blandfärs (beräknat)	Aska	2,3
1127 Köttfärslimpa blandfärs (beräknat)	Vatten	62,7
1127 Köttfärslimpa blandfärs (beräknat)	Fosfor	169



1127 Köttfärslimpa blandfärs (beräknat)	Järn	1,76
1127 Köttfärslimpa blandfärs (beräknat)	Kalcium	33
1127 Köttfärslimpa blandfärs (beräknat)	Kalium	285
1127 Köttfärslimpa blandfärs (beräknat)	Natrium	616
1128 Pannbiff nötfärs stekt (beräknat)	Aska	2,5
1128 Pannbiff nötfärs stekt (beräknat)	Vatten	63
1128 Pannbiff nötfärs stekt (beräknat)	Fosfor	183
1128 Pannbiff nötfärs stekt (beräknat)	Järn	2,19
1128 Pannbiff nötfärs stekt (beräknat)	Kalcium	51
1128 Pannbiff nötfärs stekt (beräknat)	Kalium	312
1128 Pannbiff nötfärs stekt (beräknat)	Natrium	644
1129 Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Aska	2,5
1129 Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Vatten	58,4
1129 Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Fosfor	180
1129 Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Järn	1,73
1129 Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Kalcium	48
1129 Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Kalium	305
1129 Pannbiff blandfärs stekt (beräknat)	Natrium	647
1130 Parisersmörgås u stekt ägg (beräknat)	Aska	2
1130 Parisersmörgås u stekt ägg (beräknat)	Vatten	57,8
1130 Parisersmörgås u stekt ägg (beräknat)	Fosfor	146
1130 Parisersmörgås u stekt ägg (beräknat)	Järn	1,65
1130 Parisersmörgås u stekt ägg (beräknat)	Kalcium	41
1130 Parisersmörgås u stekt ägg (beräknat)	Kalium	241
1130 Parisersmörgås u stekt ägg (beräknat)	Natrium	547
1131 Älgfärsbiffar stekta (beräknat)	Aska	1,5
1131 Älgfärsbiffar stekta (beräknat)	Vatten	66,2
1131 Älgfärsbiffar stekta (beräknat)	Fosfor	203
1131 Älgfärsbiffar stekta (beräknat)	Järn	2,95
1131 Älgfärsbiffar stekta (beräknat)	Kalcium	27
1131 Älgfärsbiffar stekta (beräknat)	Kalium	360
1131 Älgfärsbiffar stekta (beräknat)	Natrium	212
1132 Köttfärssås älgfärs (beräknat)	Aska	1,9
1132 Köttfärssås älgfärs (beräknat)	Vatten	79,6
1132 Köttfärssås älgfärs (beräknat)	Fosfor	104
1132 Köttfärssås älgfärs (beräknat)	Järn	1,66
1132 Köttfärssås älgfärs (beräknat)	Kalcium	22
1132 Köttfärssås älgfärs (beräknat)	Kalium	302
1132 Köttfärssås älgfärs (beräknat)	Natrium	447
1135 Taco m köttfärsfyllning m.m. (beräknat)	Aska	1,9
1135 Taco m köttfärsfyllning m.m. (beräknat)	Vatten	57,5
1135 Taco m köttfärsfyllning m.m. (beräknat)	Fosfor	142
1135 Taco m köttfärsfyllning m.m. (beräknat)	Järn	1,13
1135 Taco m köttfärsfyllning m.m. (beräknat)	Kalcium	79
1135 Taco m köttfärsfyllning m.m. (beräknat)	Kalium	212
1135 Taco m köttfärsfyllning m.m. (beräknat)	Natrium	432
1184 Gås stekt (beräknat)	Aska	1,6
1184 Gås stekt (beräknat)	Vatten	28,3
1184 Gås stekt (beräknat)	Fosfor	308
1184 Gås stekt (beräknat)	Kalcium	18

1184 Gås stekt (beräknat)	Kalium	456
1184 Gås stekt (beräknat)	Natrium	214
1195 Kalkongryta m grönsaker (beräknat)	Aska	1,9
1195 Kalkongryta m grönsaker (beräknat)	Vatten	73,8
1195 Kalkongryta m grönsaker (beräknat)	Fosfor	168
1195 Kalkongryta m grönsaker (beräknat)	Järn	0,96
1195 Kalkongryta m grönsaker (beräknat)	Kalcium	14
1195 Kalkongryta m grönsaker (beräknat)	Kalium	316
1195 Kalkongryta m grönsaker (beräknat)	Natrium	414
1196 Kycklingfrikassé (beräknat)	Aska	1,8
1196 Kycklingfrikassé (beräknat)	Vatten	71,9
1196 Kycklingfrikassé (beräknat)	Fosfor	155
1196 Kycklingfrikassé (beräknat)	Järn	1,64
1196 Kycklingfrikassé (beräknat)	Kalcium	18
1196 Kycklingfrikassé (beräknat)	Kalium	234
1196 Kycklingfrikassé (beräknat)	Natrium	345
1197 Kycklinggryta m lök tomat champinjoner (beräknat)	Aska	1,5
1197 Kycklinggryta m lök tomat champinjoner (beräknat)	Vatten	78,4
1197 Kycklinggryta m lök tomat champinjoner (beräknat)	Fosfor	116
1197 Kycklinggryta m lök tomat champinjoner (beräknat)	Järn	1,13
1197 Kycklinggryta m lök tomat champinjoner (beräknat)	Kalcium	20
1197 Kycklinggryta m lök tomat champinjoner (beräknat)	Kalium	273
1197 Kycklinggryta m lök tomat champinjoner (beräknat)	Natrium	300
1199 Bondomelett (beräknat)	Aska	1,8
1199 Bondomelett (beräknat)	Vatten	76,6
1199 Bondomelett (beräknat)	Fosfor	119
1199 Bondomelett (beräknat)	Järn	0,8
1199 Bondomelett (beräknat)	Kalcium	25
1199 Bondomelett (beräknat)	Kalium	263
1199 Bondomelett (beräknat)	Natrium	449
1204 Kyckling m grönsaker sås mandel kinesisk rätt (beräknat)	Aska	1,3
1204 Kyckling m grönsaker sås mandel kinesisk rätt (beräknat)	Vatten	65,6
1204 Kyckling m grönsaker sås mandel kinesisk rätt (beräknat)	Fosfor	190
1204 Kyckling m grönsaker sås mandel kinesisk rätt (beräknat)	Järn	1,34
1204 Kyckling m grönsaker sås mandel kinesisk rätt (beräknat)	Kalcium	28
1204 Kyckling m grönsaker sås mandel kinesisk rätt (beräknat)	Kalium	325
1204 Kyckling m grönsaker sås mandel kinesisk rätt (beräknat)	Natrium	115
1205 Kycklinggryta m lök tomat champinjoner paprika i lergryta (t	Aska	1,2
1205 Kycklinggryta m lök tomat champinjoner paprika i lergryta (t	Vatten	79,3
1205 Kycklinggryta m lök tomat champinjoner paprika i lergryta (t	Fosfor	106
1205 Kycklinggryta m lök tomat champinjoner paprika i lergryta (t	Järn	0,84
1205 Kycklinggryta m lök tomat champinjoner paprika i lergryta (t	Kalcium	16
1205 Kycklinggryta m lök tomat champinjoner paprika i lergryta (t	Kalium	254
1205 Kycklinggryta m lök tomat champinjoner paprika i lergryta (t	Natrium	217
1235 Skinklåda (beräknat)	Aska	1,8
1235 Skinklåda (beräknat)	Vatten	76,5
1235 Skinklåda (beräknat)	Fosfor	131
1235 Skinklåda (beräknat)	Järn	0,43
1235 Skinklåda (beräknat)	Kalcium	92
1235 Skinklåda (beräknat)	Kalium	292

1235 Skinklåda (beräknat)	Natrium	359
1331 Ättikströmming (beräknat)	Aska	2
1331 Ättikströmming (beräknat)	Vatten	71,5
1331 Ättikströmming (beräknat)	Fosfor	122
1331 Ättikströmming (beräknat)	Järn	0,65
1331 Ättikströmming (beräknat)	Kalcium	26
1331 Ättikströmming (beräknat)	Kalium	206
1331 Ättikströmming (beräknat)	Natrium	565
1350 Böcklinglåda m äggstanning (beräknat)	Aska	2,9
1350 Böcklinglåda m äggstanning (beräknat)	Vatten	68,5
1350 Böcklinglåda m äggstanning (beräknat)	Fosfor	171
1350 Böcklinglåda m äggstanning (beräknat)	Järn	1,04
1350 Böcklinglåda m äggstanning (beräknat)	Kalcium	70
1350 Böcklinglåda m äggstanning (beräknat)	Kalium	318
1350 Böcklinglåda m äggstanning (beräknat)	Natrium	754
1354 Fisksoppa (beräknat)	Aska	1,8
1354 Fisksoppa (beräknat)	Vatten	87,6
1354 Fisksoppa (beräknat)	Fosfor	79
1354 Fisksoppa (beräknat)	Järn	0,88
1354 Fisksoppa (beräknat)	Kalcium	22
1354 Fisksoppa (beräknat)	Kalium	152
1354 Fisksoppa (beräknat)	Natrium	414
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräknat)	Summa mä	0,9
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräknat)	Summa flei	0,5
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräknat)	Fettsyra 16	0,4
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräknat)	Fettsyra 18	0,3
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräknat)	Fettsyra 18	0,1
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräknat)	Disackaride	1
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräknat)	Sackaros	0,1
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräknat)	Energi (kJ)	451
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräknat)	Energi (kca	108
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräknat)	Aska	2,2
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräknat)	Vatten	74
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräknat)	Avfall (skal	8
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräknat)	Kolhydrate	11,1
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräknat)	Protein	9,5
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräknat)	Fibrer	0,5
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräknat)	Fosfor	127
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräknat)	Jod	58
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräknat)	Järn	0,97
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräknat)	Kalcium	67
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräknat)	Kalium	319
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräknat)	Magnesium	25
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräknat)	Natrium	518
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräknat)	Selen	11,9
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräknat)	Zink	0,65
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräknat)	Retinolekvi	31
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräknat)	Vitamin E	0,61
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräknat)	β-Karoten	47
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräknat)	Vitamin K	0

1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräknat)	Tiamin	0,04
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräknat)	Riboflavin	0,06
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräknat)	Vitamin C	1
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräknat)	Niacin	1,5
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräknat)	Niacinekviv	3,3
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräknat)	Vitamin B6	0,11
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräknat)	Folat	7
1359 Fiskgratäng m skaldjurssås o potatismos (beräknat)	Salt	1,3
1361 Sillbullar (beräknat)	Aska	1,5
1361 Sillbullar (beräknat)	Vatten	67,5
1361 Sillbullar (beräknat)	Fosfor	87
1361 Sillbullar (beräknat)	Järn	0,88
1361 Sillbullar (beräknat)	Kalcium	20
1361 Sillbullar (beräknat)	Kalium	269
1361 Sillbullar (beräknat)	Natrium	317
1362 Sillsallad (beräknat)	Aska	1
1362 Sillsallad (beräknat)	Vatten	79,6
1362 Sillsallad (beräknat)	Fosfor	32
1362 Sillsallad (beräknat)	Järn	0,49
1362 Sillsallad (beräknat)	Kalcium	13
1362 Sillsallad (beräknat)	Kalium	163
1362 Sillsallad (beräknat)	Natrium	360
1367 Tonfisksallad u dressing (beräknat)	Aska	1,1
1367 Tonfisksallad u dressing (beräknat)	Vatten	82,8
1367 Tonfisksallad u dressing (beräknat)	Fosfor	72
1367 Tonfisksallad u dressing (beräknat)	Järn	0,8
1367 Tonfisksallad u dressing (beräknat)	Kalcium	28
1367 Tonfisksallad u dressing (beräknat)	Kalium	262
1367 Tonfisksallad u dressing (beräknat)	Natrium	128
1370 Fiskgryta m purjolök morötter fänkål örter (beräknat)	Aska	2
1370 Fiskgryta m purjolök morötter fänkål örter (beräknat)	Vatten	76,5
1370 Fiskgryta m purjolök morötter fänkål örter (beräknat)	Fosfor	147
1370 Fiskgryta m purjolök morötter fänkål örter (beräknat)	Järn	0,69
1370 Fiskgryta m purjolök morötter fänkål örter (beräknat)	Kalcium	34
1370 Fiskgryta m purjolök morötter fänkål örter (beräknat)	Kalium	331
1370 Fiskgryta m purjolök morötter fänkål örter (beräknat)	Natrium	392
1382 Ljörom saltad	Fosfor	230
1382 Ljörom saltad	Jod	
1382 Ljörom saltad	Järn	1,1
1382 Ljörom saltad	Kalium	78
1382 Ljörom saltad	Magnesium	27
1382 Ljörom saltad	Natrium	170
1382 Ljörom saltad	Selen	20
1382 Ljörom saltad	Zink	2,1
1382 Ljörom saltad	Salt	0,4
1412 Räksoppa (beräknat)	Aska	1,9
1412 Räksoppa (beräknat)	Vatten	86,2
1412 Räksoppa (beräknat)	Fosfor	78
1412 Räksoppa (beräknat)	Järn	0,94
1412 Räksoppa (beräknat)	Kalcium	42

1412 Räksoppa (beräknat)	Kalium	79
1412 Räksoppa (beräknat)	Natrium	428
1413 Skaldjurssallad västkust m vinägrettsås (beräknat)	Aska	1,6
1413 Skaldjurssallad västkust m vinägrettsås (beräknat)	Vatten	81,4
1413 Skaldjurssallad västkust m vinägrettsås (beräknat)	Fosfor	120
1413 Skaldjurssallad västkust m vinägrettsås (beräknat)	Järn	1,59
1413 Skaldjurssallad västkust m vinägrettsås (beräknat)	Kalcium	48
1413 Skaldjurssallad västkust m vinägrettsås (beräknat)	Kalium	178
1413 Skaldjurssallad västkust m vinägrettsås (beräknat)	Natrium	354
1414 Skaldjurssallad västkust u dressing (beräknat)	Aska	1,7
1414 Skaldjurssallad västkust u dressing (beräknat)	Vatten	84,7
1414 Skaldjurssallad västkust u dressing (beräknat)	Fosfor	124
1414 Skaldjurssallad västkust u dressing (beräknat)	Järn	1,64
1414 Skaldjurssallad västkust u dressing (beräknat)	Kalcium	49
1414 Skaldjurssallad västkust u dressing (beräknat)	Kalium	152
1414 Skaldjurssallad västkust u dressing (beräknat)	Natrium	390
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Aska	1,3
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Vatten	80,3
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Fosfor	91
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Järn	2,51
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Kalcium	21
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Kalium	230
1462 Hjärtgryta (beräknat)	Natrium	228
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Aska	1,5
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Vatten	79,5
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Fosfor	110
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Järn	2,43
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Kalcium	47
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Kalium	159
1463 Korvkaka leverkaka (beräknat)	Natrium	317
1465 Levergryta nöt (beräknat)	Aska	2,6
1465 Levergryta nöt (beräknat)	Vatten	69,2
1465 Levergryta nöt (beräknat)	Fosfor	233
1465 Levergryta nöt (beräknat)	Järn	5,57
1465 Levergryta nöt (beräknat)	Kalcium	41
1465 Levergryta nöt (beräknat)	Kalium	265
1465 Levergryta nöt (beräknat)	Natrium	624
1466 Njurstuvning (beräknat)	Aska	1,2
1466 Njurstuvning (beräknat)	Vatten	77,9
1466 Njurstuvning (beräknat)	Fosfor	163
1466 Njurstuvning (beräknat)	Järn	2,85
1466 Njurstuvning (beräknat)	Kalcium	21
1466 Njurstuvning (beräknat)	Kalium	238
1466 Njurstuvning (beräknat)	Natrium	177
1480 Paté på köttfärs kycklinglever (beräknat)	Aska	2,5
1480 Paté på köttfärs kycklinglever (beräknat)	Vatten	64,3
1480 Paté på köttfärs kycklinglever (beräknat)	Fosfor	209
1480 Paté på köttfärs kycklinglever (beräknat)	Järn	3,75
1480 Paté på köttfärs kycklinglever (beräknat)	Kalcium	20
1480 Paté på köttfärs kycklinglever (beräknat)	Kalium	262

1480 Paté på köttfärs kycklinglever (beräknat)	Natrium	647
1537 Falukorv m hårdost tomat lök äpple ugnstek (beräknat)	Aska	1,6
1537 Falukorv m hårdost tomat lök äpple ugnstek (beräknat)	Vatten	71,3
1537 Falukorv m hårdost tomat lök äpple ugnstek (beräknat)	Fosfor	98
1537 Falukorv m hårdost tomat lök äpple ugnstek (beräknat)	Järn	0,68
1537 Falukorv m hårdost tomat lök äpple ugnstek (beräknat)	Kalcium	83
1537 Falukorv m hårdost tomat lök äpple ugnstek (beräknat)	Kalium	152
1537 Falukorv m hårdost tomat lök äpple ugnstek (beräknat)	Natrium	386
1545 Korvgryta potatis o grönsaker (beräknat)	Aska	2
1545 Korvgryta potatis o grönsaker (beräknat)	Vatten	71,9
1545 Korvgryta potatis o grönsaker (beräknat)	Fosfor	63
1545 Korvgryta potatis o grönsaker (beräknat)	Järn	0,55
1545 Korvgryta potatis o grönsaker (beräknat)	Kalcium	16
1545 Korvgryta potatis o grönsaker (beräknat)	Kalium	291
1545 Korvgryta potatis o grönsaker (beräknat)	Natrium	513
1546 Korvgryta grönsaker ej rötter (beräknat)	Aska	1,4
1546 Korvgryta grönsaker ej rötter (beräknat)	Vatten	76,1
1546 Korvgryta grönsaker ej rötter (beräknat)	Fosfor	69
1546 Korvgryta grönsaker ej rötter (beräknat)	Järn	0,88
1546 Korvgryta grönsaker ej rötter (beräknat)	Kalcium	16
1546 Korvgryta grönsaker ej rötter (beräknat)	Kalium	188
1546 Korvgryta grönsaker ej rötter (beräknat)	Natrium	366
1548 Korvgryta vita bönor tomat oliver vitlök (beräknat)	Aska	2,2
1548 Korvgryta vita bönor tomat oliver vitlök (beräknat)	Vatten	72,6
1548 Korvgryta vita bönor tomat oliver vitlök (beräknat)	Fosfor	119
1548 Korvgryta vita bönor tomat oliver vitlök (beräknat)	Järn	1,32
1548 Korvgryta vita bönor tomat oliver vitlök (beräknat)	Kalcium	25
1548 Korvgryta vita bönor tomat oliver vitlök (beräknat)	Kalium	197
1548 Korvgryta vita bönor tomat oliver vitlök (beräknat)	Natrium	656
1660 Äppelkaka m ströbröd (beräknat)	Aska	0,5
1660 Äppelkaka m ströbröd (beräknat)	Vatten	59,8
1660 Äppelkaka m ströbröd (beräknat)	Fosfor	35
1660 Äppelkaka m ströbröd (beräknat)	Kalcium	9
1660 Äppelkaka m ströbröd (beräknat)	Kalium	127
1660 Äppelkaka m ströbröd (beräknat)	Natrium	84
1669 Fransk äppelkaka (beräknat)	Aska	0,3
1669 Fransk äppelkaka (beräknat)	Vatten	79,7
1669 Fransk äppelkaka (beräknat)	Fosfor	19
1669 Fransk äppelkaka (beräknat)	Kalcium	7
1669 Fransk äppelkaka (beräknat)	Kalium	136
1669 Fransk äppelkaka (beräknat)	Natrium	10
1727 Filmjölks- o gräddfilsås olika smaksättningar fett ca 9% (berä	Aska	1,5
1727 Filmjölks- o gräddfilsås olika smaksättningar fett ca 9% (berä	Vatten	80,3
1727 Filmjölks- o gräddfilsås olika smaksättningar fett ca 9% (berä	Fosfor	87
1727 Filmjölks- o gräddfilsås olika smaksättningar fett ca 9% (berä	Järn	0,31
1727 Filmjölks- o gräddfilsås olika smaksättningar fett ca 9% (berä	Kalcium	123
1727 Filmjölks- o gräddfilsås olika smaksättningar fett ca 9% (berä	Kalium	193
1727 Filmjölks- o gräddfilsås olika smaksättningar fett ca 9% (berä	Natrium	314
1728 Gräddfils- o crème fraichesås 15% fett (beräknat)	Aska	1,5
1728 Gräddfils- o crème fraichesås 15% fett (beräknat)	Vatten	74,4

1728 Gräddfils- o crème fraichesås 15% fett (beräknat)	Fosfor	83
1728 Gräddfils- o crème fraichesås 15% fett (beräknat)	Järn	0,32
1728 Gräddfils- o crème fraichesås 15% fett (beräknat)	Kalcium	116
1728 Gräddfils- o crème fraichesås 15% fett (beräknat)	Kalium	183
1728 Gräddfils- o crème fraichesås 15% fett (beräknat)	Natrium	290
1741 Äppelkompott (beräknat)	Aska	0,1
1741 Äppelkompott (beräknat)	Vatten	75,7
1741 Äppelkompott (beräknat)	Fosfor	4
1741 Äppelkompott (beräknat)	Kalcium	4
1741 Äppelkompott (beräknat)	Kalium	70
1741 Äppelkompott (beräknat)	Natrium	1
1742 Äppelkräm (beräknat)	Aska	0,2
1742 Äppelkräm (beräknat)	Vatten	83,4
1742 Äppelkräm (beräknat)	Fosfor	5
1742 Äppelkräm (beräknat)	Kalcium	5
1742 Äppelkräm (beräknat)	Kalium	77
1742 Äppelkräm (beräknat)	Natrium	1
1743 Äppelsoppa (beräknat)	Aska	0,1
1743 Äppelsoppa (beräknat)	Vatten	89,7
1743 Äppelsoppa (beräknat)	Fosfor	5
1743 Äppelsoppa (beräknat)	Kalcium	4
1743 Äppelsoppa (beräknat)	Kalium	47
1743 Äppelsoppa (beräknat)	Natrium	2
1744 Kräm bär o el frukt ospec. (beräknat)	Aska	0,2
1744 Kräm bär o el frukt ospec. (beräknat)	Vatten	82,8
1744 Kräm bär o el frukt ospec. (beräknat)	Fosfor	7
1744 Kräm bär o el frukt ospec. (beräknat)	Kalcium	9
1744 Kräm bär o el frukt ospec. (beräknat)	Kalium	45
1744 Kräm bär o el frukt ospec. (beräknat)	Natrium	2
1782 Äppelpaj (beräknat)	Aska	0,5
1782 Äppelpaj (beräknat)	Vatten	55,1
1782 Äppelpaj (beräknat)	Fosfor	32
1782 Äppelpaj (beräknat)	Kalcium	7
1782 Äppelpaj (beräknat)	Kalium	100
1782 Äppelpaj (beräknat)	Natrium	87
1786 Äppelsmulpaj (beräknat)	Aska	0,5
1786 Äppelsmulpaj (beräknat)	Vatten	51,9
1786 Äppelsmulpaj (beräknat)	Fosfor	49
1786 Äppelsmulpaj (beräknat)	Kalcium	9
1786 Äppelsmulpaj (beräknat)	Kalium	120
1786 Äppelsmulpaj (beräknat)	Natrium	81
1791 Ugnsstekt äpple (beräknat)	Aska	0,5
1791 Ugnsstekt äpple (beräknat)	Vatten	72,4
1791 Ugnsstekt äpple (beräknat)	Fosfor	48
1791 Ugnsstekt äpple (beräknat)	Kalcium	22
1791 Ugnsstekt äpple (beräknat)	Kalium	172
1791 Ugnsstekt äpple (beräknat)	Natrium	17
2000 Tomatsås tomatröra (beräknat)	Aska	1,6
2000 Tomatsås tomatröra (beräknat)	Vatten	87,3
2000 Tomatsås tomatröra (beräknat)	Fosfor	31

2000 Tomatsås tomatröra (beräknat)	Järn	0,57
2000 Tomatsås tomatröra (beräknat)	Kalcium	28
2000 Tomatsås tomatröra (beräknat)	Kalium	249
2000 Tomatsås tomatröra (beräknat)	Natrium	375
2075 Kall sås skola coleslaw (beräknat)	Aska	1,3
2075 Kall sås skola coleslaw (beräknat)	Vatten	79,3
2075 Kall sås skola coleslaw (beräknat)	Fosfor	78
2075 Kall sås skola coleslaw (beräknat)	Järn	0,1
2075 Kall sås skola coleslaw (beräknat)	Kalcium	96
2075 Kall sås skola coleslaw (beräknat)	Kalium	150
2075 Kall sås skola coleslaw (beräknat)	Natrium	281
2078 Löksås med grädde (beräknat)	Aska	1,9
2078 Löksås med grädde (beräknat)	Vatten	69,5
2078 Löksås med grädde (beräknat)	Fosfor	67
2078 Löksås med grädde (beräknat)	Järn	0,22
2078 Löksås med grädde (beräknat)	Kalcium	76
2078 Löksås med grädde (beräknat)	Kalium	158
2078 Löksås med grädde (beräknat)	Natrium	529
2083 Ratatouille (beräknat)	Aska	1,1
2083 Ratatouille (beräknat)	Vatten	87,4
2083 Ratatouille (beräknat)	Fosfor	34
2083 Ratatouille (beräknat)	Järn	0,5
2083 Ratatouille (beräknat)	Kalcium	22
2083 Ratatouille (beräknat)	Kalium	270
2083 Ratatouille (beräknat)	Natrium	197
2090 Kebabpanna (beräknat)	Aska	1,8
2090 Kebabpanna (beräknat)	Vatten	72,9
2090 Kebabpanna (beräknat)	Fosfor	106
2090 Kebabpanna (beräknat)	Järn	1,21
2090 Kebabpanna (beräknat)	Kalcium	33
2090 Kebabpanna (beräknat)	Kalium	342
2090 Kebabpanna (beräknat)	Natrium	375
2092 Dansk sjömansbiff (beräknat)	Aska	2,6
2092 Dansk sjömansbiff (beräknat)	Vatten	68,8
2092 Dansk sjömansbiff (beräknat)	Fosfor	99
2092 Dansk sjömansbiff (beräknat)	Järn	0,8
2092 Dansk sjömansbiff (beräknat)	Kalcium	28
2092 Dansk sjömansbiff (beräknat)	Kalium	387
2092 Dansk sjömansbiff (beräknat)	Natrium	624
2100 Köttfärssås blandfärs 70/30 (beräknat)	Aska	1,9
2100 Köttfärssås blandfärs 70/30 (beräknat)	Vatten	78,4
2100 Köttfärssås blandfärs 70/30 (beräknat)	Fosfor	91
2100 Köttfärssås blandfärs 70/30 (beräknat)	Järn	1,13
2100 Köttfärssås blandfärs 70/30 (beräknat)	Kalcium	22
2100 Köttfärssås blandfärs 70/30 (beräknat)	Kalium	272
2100 Köttfärssås blandfärs 70/30 (beräknat)	Natrium	476
2106 Thairgryta fisk och skaldjur (beräknat)	Aska	1,9
2106 Thairgryta fisk och skaldjur (beräknat)	Vatten	72,9
2106 Thairgryta fisk och skaldjur (beräknat)	Fosfor	141
2106 Thairgryta fisk och skaldjur (beräknat)	Järn	1,19



2106	Thaigryta fisk och skaldjur (beräknat)	Kalcium	37
2106	Thaigryta fisk och skaldjur (beräknat)	Kalium	299
2106	Thaigryta fisk och skaldjur (beräknat)	Natrium	351
2108	Fisksoppa, mager fisk (beräknat)	Aska	1,2
2108	Fisksoppa, mager fisk (beräknat)	Vatten	89,8
2108	Fisksoppa, mager fisk (beräknat)	Fosfor	58
2108	Fisksoppa, mager fisk (beräknat)	Järn	0,34
2108	Fisksoppa, mager fisk (beräknat)	Kalcium	13
2108	Fisksoppa, mager fisk (beräknat)	Kalium	133
2108	Fisksoppa, mager fisk (beräknat)	Natrium	215
2109	Tonfiskröra mager (beräknat)	Aska	0,9
2109	Tonfiskröra mager (beräknat)	Vatten	73,9
2109	Tonfiskröra mager (beräknat)	Fosfor	91
2109	Tonfiskröra mager (beräknat)	Järn	0,61
2109	Tonfiskröra mager (beräknat)	Kalcium	40
2109	Tonfiskröra mager (beräknat)	Kalium	150
2109	Tonfiskröra mager (beräknat)	Natrium	286
2138	Kebabpizza (beräknat)	Aska	1,7
2138	Kebabpizza (beräknat)	Vatten	61,4
2138	Kebabpizza (beräknat)	Fosfor	130
2138	Kebabpizza (beräknat)	Järn	0,78
2138	Kebabpizza (beräknat)	Kalcium	129
2138	Kebabpizza (beräknat)	Kalium	187
2138	Kebabpizza (beräknat)	Natrium	359
2160	Rödkål med äpple (beräknat)	Aska	2,2
2160	Rödkål med äpple (beräknat)	Vatten	77,6
2160	Rödkål med äpple (beräknat)	Fosfor	31
2160	Rödkål med äpple (beräknat)	Kalcium	38
2160	Rödkål med äpple (beräknat)	Kalium	299
2160	Rödkål med äpple (beräknat)	Natrium	599
2165	Kroppkakor (beräknat)	Aska	1,8
2165	Kroppkakor (beräknat)	Vatten	63,9
2165	Kroppkakor (beräknat)	Fosfor	96
2165	Kroppkakor (beräknat)	Järn	0,36
2165	Kroppkakor (beräknat)	Kalcium	12
2165	Kroppkakor (beräknat)	Kalium	340
2165	Kroppkakor (beräknat)	Natrium	384
2174	Korv stroganoff, mager korv (beräknat)	Aska	2
2174	Korv stroganoff, mager korv (beräknat)	Vatten	79,9
2174	Korv stroganoff, mager korv (beräknat)	Fosfor	49
2174	Korv stroganoff, mager korv (beräknat)	Järn	0,58
2174	Korv stroganoff, mager korv (beräknat)	Kalcium	11
2174	Korv stroganoff, mager korv (beräknat)	Kalium	110
2174	Korv stroganoff, mager korv (beräknat)	Natrium	674
2506	Döner kebab (beräknat)	Aska	1,5
2506	Döner kebab (beräknat)	Vatten	63,4
2506	Döner kebab (beräknat)	Fosfor	110
2506	Döner kebab (beräknat)	Järn	1,55
2506	Döner kebab (beräknat)	Kalcium	14
2506	Döner kebab (beräknat)	Kalium	202

2506 Döner kebab (beräknat)	Natrium	407
2507 Kebab special m pommes frites (beräknat)	Aska	1,3
2507 Kebab special m pommes frites (beräknat)	Vatten	65,7
2507 Kebab special m pommes frites (beräknat)	Fosfor	109
2507 Kebab special m pommes frites (beräknat)	Järn	1,43
2507 Kebab special m pommes frites (beräknat)	Kalcium	15
2507 Kebab special m pommes frites (beräknat)	Kalium	336
2507 Kebab special m pommes frites (beräknat)	Natrium	266
2548 Älgkalops (beräknat)	Aska	1,4
2548 Älgkalops (beräknat)	Vatten	77,2
2548 Älgkalops (beräknat)	Fosfor	147
2548 Älgkalops (beräknat)	Järn	2,24
2548 Älgkalops (beräknat)	Kalcium	8
2548 Älgkalops (beräknat)	Kalium	279
2548 Älgkalops (beräknat)	Natrium	235
4504 Grönkålssallad (beräknat)	Aska	1
4504 Grönkålssallad (beräknat)	Vatten	78,6
4504 Grönkålssallad (beräknat)	Fosfor	50
4504 Grönkålssallad (beräknat)	Kalcium	88
4504 Grönkålssallad (beräknat)	Kalium	362
4504 Grönkålssallad (beräknat)	Natrium	7

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

21 Majonnäs fett 90% (beräknat)
23 Gravlaxsås krabbsås (beräknat)
25 Remouladsås (beräknat)
52 Räkmajonäs el räksallad gatukök
59 Hollandaisesås (beräknat)
366 Trädgårdskrasse
421 Tomater gröna syltade
429 Pumpasallad m paprika inlagd sötad u lag
539 Broccolilåda rökt skinka hårdost (beräknat)
551 Apelsin
685 Vit stuvning (beräknat)
731 Pannkaka tunn hemlagad
732 Fattiga riddare (beräknat)
734 Ugnspannkaka m lättmjölk ugnsbakad (beräknat)
741 Räkcrêpe (crêpe 63 % fyllning 37%) fryst värmd
748 Pannkaka tunn fylld ospec. (beräknat)
774 Pizza Margherita ost tomatsås (beräknat)
842 Paella (beräknat)
902 Vita bönor i tomatsås (beräknat)
956 Bog märgpipa nöt
980 Fläskfärs gris fett 20%
1007 Skinka gris konserv gelé 8-11%
1064 Rimmat sidfläsk gris panerat stekt (beräknat)
1065 Fläskkotlett gris panerad stekt (beräknat)
1067 Fläskköttgryta m grönsaksblandning utan fett (beräknat)
1074 Lammfrikassé (beräknat)
1080 Renskav stekt m vispgrädde (beräknat)

1082 Skinksås gris mjölk (beräknat)  
1103 Pannbiff rå fryst  
1111 Hamburgare fett ca 17% stekt (beräknat)  
1114 Kalvfärsbiffar (beräknat)  
1214 Skinkbuljong konc storhushåll  
1222 Köttbuljong tärning ätf (beräknat)  
1227 Äggvita  
1228 Äggstanning hemlagad  
1229 Fransk omelett kaffebrädd (beräknat)  
1231 Sufflé u fyllning gräddad (beräknat)  
1232 Äggkakaka (beräknat)  
1234 Ägggröra m mjöl (beräknat)  
1255 Lax odlad norsk fjordlax  
1306 Friterad fisk (beräknat)  
1360 Laxmousse (beräknat)  
1410 Råksallad majonnäs vispbrädd sparris örter champinjoner (beräknat)  
1461 Leverstuvning hemlagad  
1478 Leverpastej bredbar fett 3-3,5%  
1482 Lantpaté  
1527 Falukorv mager stekt utan fett (beräknat)  
1551 Tunnbrödrulle korv tunnbröd potatismos räk- gurksallad (beräknat)  
1638 Mandelbiskvier (beräknat)  
1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)  
1671 Toscakaka (beräknat)  
1686 Digestivekex fullkorn 23%  
1690 Glass veg fett ca 8%  
1726 Gräddfilssås med kryddgrönt (beräknat)  
1729 Rabarberkräm (beräknat)  
1740 Svartvinbärskräm (beräknat)  
1745 Pajfyllning efterrätt (beräknat)  
1746 Saftkräm (beräknat)  
1747 Saftsoppa (beräknat)  
1761 Marängsviss hovdessert (beräknat)  
1763 Vaniljsås mellanmjölk matlagnings- o vispbrädd hemlagad  
1765 Chokladpudding m vispad grädd (beräknat)  
1766 Chokladmousse (beräknat)  
1770 Vaniljpudding (beräknat)  
1771 Vaniljsås mjölk kaffebrädd (beräknat)  
1777 Vaniljsås pulver tillagad m mjölk  
1788 Katrinplommonsufflé (beräknat)  
1846 Chokladdryck på vatten (beräknat)  
1919 Likör söt vol. % 24  
1920 Likör Kaptenlöjtnant vol. % 38  
1982 Vit sås béchamelsås på lättmjölk (beräknat)  
1985 Vit sås béchamelsås standardmjölk (beräknat)  
1986 Vit gratängsås (beräknat)  
1988 Ostsås (beräknat)  
1992 Sky (beräknat)  
1993 Brunsås vatten buljongtärning (beräknat)  
1994 Brunsås buljong (beräknat)

1995 Currysås (beräknat)  
2001 Dillsås (beräknat)  
2002 Äggsås m persilja (beräknat)  
2003 Pestosås basilika parmesan valnöt (beräknat)  
2004 Pestosås m basilika pinjenötter cashewnötter  
2011 Orientalisk sås Uncle Ben  
2050 Fettfri majonnäs fett < 0.5%  
2058 Rostad lök  
2059 Glasspinne hallon o mjölk fett 5,5% typ SIA  
2073 Jordnötssås (beräknat)  
2093 Kreolsk festgryta (beräknat)  
2103 Stekt kött nöt/gris ospec. (beräknat)  
2107 Skagenröra (beräknat)  
2141 Vit sås med grädde (beräknat)  
2144 Tzatziki (beräknat)  
2171 Ugnspannkaka m mellanmjölk (beräknat)  
2173 Currysås m Lätt Crème Fraiche (beräknat)  
2197 Äggröra u mjöl (Fin äggröra) (beräknat)  
2219 Toscaglasyr (beräknat)  
2510 Hamburgare dubbel bröd ost sallad dressing (beräknat)  
2512 Hamburgare enkel bröd inlagd gurka ost (beräknat)  
2552 Älghögre  
3828 Pasta >50% fullkorn kokt m salt  
4135 Ägg ekologiskt kokt (beräknat)

version 110214

1,2  
76  
70  
0,5  
89  
142  
250  
0,9  
69,8  
39  
23  
104  
263  
0,6  
74,2  
55  
31  
199  
45  
0,7  
82,9  
30  
0,42  
29  
147  
210  
1,6  
79,4  
118  
1,5  
51  
183  
343  
1,1  
50,8  
84  
0,59  
28  
46  
292  
2,6  
71,8  
75  
0,29  
47  
307  
536

2,1  
74,2  
114  
0,37  
49  
327  
456  
1,3  
73,7  
83  
0,45  
47  
260  
239  
1  
71,6  
48  
0,34  
18  
270  
115  
1,2  
90,3  
21  
0,18  
12  
141  
220  
0,9  
83,3  
54  
0,36  
23  
314  
80  
1,7  
76,7  
37  
0,39  
15  
260  
489  
1,7  
72,7  
95  
0,06  
96  
293  
292  
0,2

0,3  
0,1  
0,2  
0,1  
1,1  
0,2  
349  
83  
1,3  
78,5  
9  
15,3  
2,1  
1,7  
52  
30  
0,3  
25  
290  
18  
250  
0,3  
0,25  
14  
0,29  
4  
1  
0,04  
0,04  
6  
1,5  
1,9  
0,1  
11  
0,6  
0  
1,8  
77,9  
107  
0,06  
113  
303  
294  
0,6  
89,5  
23  
0,21  
24  
234  
26

1,7  
86,1  
30  
0,27  
30  
290  
400  
1,7  
83,9  
44  
0,23  
49  
200  
429  
1,7  
90,4  
23  
0,19  
21  
110  
470  
1,1  
89,8  
29  
0,28  
18  
112  
238  
2,1  
85,2  
54  
0,22  
64  
266  
556  
0,7  
88,5  
40  
0,34  
34  
279  
15  
2  
84,5  
51  
0,41  
41  
274  
473  
2



78,5  
104  
0,86  
49  
322  
462  
0,7  
93,8  
16  
0,18  
15  
110  
170  
0,5  
87,8  
35  
0,27  
21  
171  
2  
0,5  
93,9  
25  
0,24  
7  
229  
3  
0,6  
90,7  
30  
0,26  
42  
219  
8  
0,5  
94,9  
27  
0,3  
20  
198  
5  
0,6  
90,8  
26  
0,25  
28  
215  
13  
0,9  
90,5

44  
0,37  
45  
178  
146  
1,2  
73  
90  
0,78  
24  
346  
145  
1  
86,7  
26  
0,3  
19  
173  
233  
1,3  
86,8  
51  
0,31  
53  
185  
303  
0,5  
94,7  
26  
0,31  
18  
194  
4  
0,9  
84,5  
49  
0,18  
50  
121  
125  
1,6  
82,7  
37  
0,48  
42  
343  
297  
2,2  
82,4  
133

0,47  
13  
482  
445  
0,8  
88,9  
24  
0,24  
8  
207  
145  
1,5  
85,8  
27  
0,58  
30  
249  
369  
2,8  
84,4  
29  
0,35  
19  
204  
927  
1,4  
87,2  
36  
0,52  
32  
272  
278  
0,9  
94,8  
15  
0,18  
20  
97  
177  
1,4  
87,9  
37  
0,32  
53  
271  
254  
2,4  
82,4  
45  
0,46

58  
302  
571  
1,3  
77,2  
26  
0,27  
26  
168  
337  
0,4  
80,9  
23  
0,27  
33  
163  
12  
1,1  
82,8  
82  
1,19  
30  
324  
142  
1,3  
82  
70  
0,7  
48  
212  
236  
0,8  
90,1  
42  
0,58  
15  
73  
236  
1,3  
87,1  
46  
0,75  
36  
308  
203  
1,9  
79,4  
100  
0,88  
132

289  
330  
1,4  
89,2  
35  
0,24  
15  
162  
245  
0,9  
91,1  
34  
0,77  
30  
158  
154  
1,3  
84,2  
69  
0,64  
30  
185  
272  
2,5  
72,4  
90  
0,79  
56  
295  
632  
1,4  
80,1  
83  
0,66  
53  
234  
295  
1,4  
77  
113  
0,72  
14  
230  
299  
1,5  
80,6  
105  
0,76  
23  
276

221  
1,8  
76,1  
113  
1,24  
67  
355  
373  
2  
82,4  
71  
0,4  
98  
150  
486  
1,5  
79  
92  
0,94  
47  
199  
309  
0,7  
86,7  
50  
0,47  
21  
195  
85  
0,3  
85,1  
10  
4  
109  
1  
0,3  
85,1  
10  
4  
109  
1  
0,6  
78  
27  
21  
215  
2  
1,7  
64,5  
96

1,12  
15  
192  
490  
1,5  
72,1  
136  
0,5  
32  
261  
278  
1,9  
37,3  
99  
1,05  
17  
176  
567  
1,6  
63,9  
136  
0,58  
132  
174  
276  
2,4  
70,7  
177  
0,59  
180  
174  
501  
3,1  
64  
119  
1,22  
41  
222  
1001  
1,7  
78,6  
150  
0,32  
173  
217  
259  
2,2  
55,9  
138  
1,65

43  
150  
602  
1,8  
63  
123  
1,01  
19  
253  
335  
1,7  
64,1  
127  
1,12  
16  
277  
229  
2,3  
49,5  
150  
0,89  
12  
151  
607  
1,9  
69,6  
128  
0,58  
99  
128  
520  
1,2  
72,7  
71  
0,85  
17  
160  
319  
0,8  
69,7  
69  
0,6  
18  
58  
231  
1,3  
74  
107  
0,57  
99



141  
269  
1,6  
74,2  
110  
1,41  
32  
382  
272  
0,9  
88,1  
42  
0,74  
18  
142  
213  
1,9  
68,3  
136  
2,13  
25  
397  
309  
2,4  
67,4  
129  
1,81  
50  
435  
473  
2,3  
55,1  
129  
1,9  
72  
217  
556  
3,4  
55  
208  
1,16  
11  
338  
1003  
3,3  
51,9  
300  
3,48  
17  
538

682  
2,2  
65,6  
173  
1,81  
40  
352  
485  
1,7  
75,2  
114  
0,28  
69  
191  
426  
1,8  
75,7  
93  
1,34  
23  
282  
429  
1,5  
73,9  
171  
3,2  
28  
331  
395  
1,1  
80,6  
94  
0,93  
20  
286  
150  
1,9  
80,6  
109  
1,18  
22  
314  
431  
1,3  
87,9  
55  
1,61  
14  
153  
311

1,8  
67,1  
165  
1,62  
26  
261  
346  
2,1  
70,7  
130  
1,33  
27  
230  
520  
1,5  
77,8  
82  
1,52  
25  
267  
286  
1,5  
73,3  
123  
2,15  
20  
262  
296  
1,2  
80,2  
115  
1,95  
21  
317  
128  
2,1  
67,3  
161  
2,28  
22  
374  
488  
1,3  
72,2  
119  
1,72  
11  
247  
245  
1,5

78,9  
92  
0,82  
28  
328  
288  
2,5  
61,2  
187  
0,95  
34  
313  
628  
1,8  
79  
85  
1,28  
21  
263  
480  
1,3  
87,6  
57  
1,47  
14  
151  
309  
1,6  
73,4  
97  
1,14  
29  
247  
374  
1,7  
73,3  
96  
1,24  
19  
253  
406  
2,5  
64,1  
187  
2,22  
52  
318  
659  
3  
52,2

224  
1,21  
21  
371  
804  
1,9  
74,3  
104  
0,65  
19  
275  
466  
3,1  
68,2  
88  
0,97  
34  
323  
754  
1,9  
75,5  
98  
1,52  
23  
305  
476  
1,9  
62,6  
146  
1,69  
10  
266  
489  
3,5  
53,6  
207  
1,99  
30  
264  
1008  
2,3  
64  
175  
0,87  
36  
292  
578  
2,3  
62,6  
169

1,75  
33  
285  
616  
2,5  
62,9  
183  
2,18  
51  
311  
644  
2,5  
58,3  
180  
1,72  
48  
304  
647  
2  
57,8  
146  
1,64  
41  
241  
547  
1,5  
66,1  
203  
2,94  
27  
359  
212  
1,9  
78,8  
103  
1,63  
21  
297  
447  
1,9  
57,5  
141  
1,12  
79  
215  
432  
1,6  
28,3  
308  
18

454  
214  
1,8  
73,2  
167  
0,94  
13  
312  
414  
1,8  
72,1  
154  
1,62  
18  
237  
345  
1,5  
78,1  
116  
1,11  
19  
270  
300  
1,8  
75,9  
118  
0,77  
23  
258  
449  
1,3  
65  
190  
1,32  
27  
321  
115  
1,2  
79,2  
105  
0,83  
16  
256  
217  
1,8  
76,3  
131  
0,41  
92  
292

359  
2  
71,2  
122  
0,64  
25  
204  
565  
2,9  
68,2  
171  
1,03  
70  
316  
754  
1,8  
87,7  
79  
0,86  
22  
155  
414  
0,9  
0,5  
0,4  
0,3  
0,1  
1,1  
0,1  
443  
106  
2,3  
74,2  
13  
10,3  
9,6  
1  
133  
62  
0,81  
66  
311  
24  
496  
11,8  
0,61  
32  
0,64  
50  
1



0,04  
0,06  
2  
1,7  
3,6  
0,1  
9  
1,2  
1,5  
67,1  
87  
0,87  
19  
266  
317  
1  
79,3  
31  
0,48  
12  
160  
360  
1,1  
82,7  
72  
0,79  
28  
262  
128  
2  
76,7  
147  
0,67  
34  
334  
392  
320  
140  
0,85  
160  
41  
1700  
90  
2,5  
4,3  
1,9  
86  
78  
0,93  
42

78  
428  
1,6  
81,5  
120  
1,58  
48  
180  
354  
1,7  
84,8  
124  
1,64  
49  
154  
390  
1,3  
80,3  
90  
2,46  
20  
234  
229  
1,5  
79,1  
109  
2,42  
46  
156  
316  
2,6  
68,4  
233  
5,53  
40  
260  
624  
1,2  
77,6  
163  
2,84  
21  
236  
176  
2,5  
64,2  
209  
3,74  
19  
261

647  
1,6  
70,8  
97  
0,65  
82  
150  
386  
2  
72,2  
63  
0,52  
16  
295  
514  
1,4  
75,4  
69  
0,84  
15  
186  
366  
2,3  
72,6  
119  
1,32  
25  
200  
656  
0,5  
59,8  
34  
9  
123  
85  
0,4  
79,6  
17  
7  
130  
10  
1,5  
80,3  
87  
0,31  
123  
193  
314  
1,5  
74,4

83  
0,32  
116  
183  
290  
0,2  
76,4  
6  
4  
68  
1  
0,2  
84,1  
7  
5  
74  
2  
0,1  
89,7  
4  
5  
44  
2  
0,2  
82,8  
6  
9  
44  
2  
0,5  
55  
31  
7  
97  
88  
0,6  
52,6  
51  
9  
117  
82  
0,6  
72,3  
46  
22  
166  
18  
1,6  
86,5  
30

0,54  
27  
243  
374  
1,3  
79,3  
78  
0,08  
96  
150  
281  
1,9  
68,4  
67  
0,17  
74  
151  
529  
1,1  
86,7  
34  
0,47  
20  
266  
197  
1,8  
72,9  
106  
1,17  
33  
345  
376  
2,6  
68  
99  
0,77  
26  
382  
624  
1,9  
77,6  
91  
1,09  
20  
266  
476  
1,9  
73,2  
141  
1,16

37  
302  
352  
1,2  
89,6  
58  
0,34  
13  
131  
215  
0,9  
73,5  
91  
0,59  
39  
147  
286  
1,7  
61  
130  
0,77  
128  
185  
358  
2,2  
77,9  
32  
38  
298  
599  
1,8  
63,7  
96  
0,35  
11  
339  
384  
2  
79,7  
49  
0,57  
11  
108  
674  
1,5  
63,4  
109  
1,55  
14  
204

407  
1,3  
65,6  
108  
1,42  
15  
337  
266  
1,4  
76,7  
147  
2,23  
8  
276  
235  
1  
78,5  
49  
88  
361  
7