

**Version 20120126**

Livsmedelsdatabasen innehåller nu nya värden för fiskar, fiskprodukter, skaldjur och bröstmjök. Beräknade livsmedel är uppdaterade enligt internationella riktlinjer vilket innebär att näringsvärdena har ändrats litegrann för de flesta beräknade livsmedel som finns i livsmedelsdatabasen.

# Uppdatering av livsmedelsdatabasen 120126

## Nya livsmedel

- 2468 Tilapia
- 3035 Inlagd sill m gräddfilssås (beräknat)
- 3036 Senapssill m sås (beräknat)
- 3500 Inlagd sill
- 4226 Pangasiusmal
- 4586 Hoki
- 4600 Pilgrims musslor
- 4601 Laxbullar m sås tillagade
- 4602 Fiskpinnar ugnstekta
- 4607 Skarpsill
- 4608 Inlagd sill u lag
- 4609 Inlagd höstsill u lag
- 4610 Senapssill u sås
- 4611 Kapkummel
- 4612 Guldspärid
- 4613 Havsabborre
- 4615 Alaska pollock
- 4616 Guldspärid grillad (beräknat)
- 4617 Havsabborre grillad (beräknat)

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

- 4 Kokosfett
- 7 Bordsmargarin fett 60% berikad typ Milda
- 8 Bordsmargarin extrasaltat fett 60% berikad typ Milda
- 13 Hushållsmargarin fett 80% berikad typ Milda
- 17 Lättmargarin fett 38% berikad typ Becel
- 18 Lättmargarin m växtsterol 7,5% fett 35% berik typ Becel proactiv
- 70 Cottage cheese färskost fett 4%
- 196 Vitt bröd fullkorn typ fiberfranska mjölk fibrer ca 4%
- 197 Vitt bröd vatten typ franska fibrer ca 3%
- 229 Croissant fransk giffel (beräknat)
- 250 Sjömansbiff hemlagad
- 264 Potatissallad vinägrettsås (beräknat)
- 281 Schweizisk potatiskaka rösti fryst värmd
- 304 Jordärtskockspuré (beräknat)
- 481 Löksoppa fransk pulver tillagad m vatten
- 543 Wokgrönsaker m nudlar
- 579 Passionsfrukt
- 738 Pannkaksmet m havre 3% fett ostekt Oatly
- 740 Räkcrêpe mellanmjölk mjölk vispgräddad (crêpe 56 % fyllning 44 %) hemlagad
- 752 Pajskal gräddad (beräknat)
- 754 Pirog u fyllning gräddad (beräknat)
- 755 Smulpojdeg gräddad (beräknat)
- 758 Pirog m köttfärsfyllning (beräknat)

768 Fiskpaj (beräknat)  
 790 Pajfyllning förrätt (beräknat)  
 797 Smörgåstårta landgång leverpastej Cottage cheese skinka ägg räkor (beräknat)  
 827 Hirs fullkorn hela el krossade korn  
 856 Makaronipudding m skinka falukorv äggstanning (beräknat)  
 869 Lasagne portionsbit typ Billys  
 965 Renstek rå  
 966 Renbog  
 1162 Kalkon  
 1235 Skinklåda (beräknat)  
 1346 Laxpastej lättrokt  
 1389 Musslor konserv m lag  
 1455 Renlever  
 1470 Gåsleverpastej rökt konserv  
 1483 Grönpepparpaté  
 1524 Bacon lättbacon gris  
 1639 Mördeg gräddad (beräknat)  
 1640 Smördeg gräddad (beräknat)  
 1661 Drömtårta chokladrulltårta (beräknat)  
 1665 Punschrulle Dammsugare (beräknat)  
 1679 Sockerkaka lätt till tårtbotten (beräknat)  
 1683 Mjuk nötkaka (beräknat)  
 1788 Katrinplommonsufflé (beräknat)  
 1790 Friterad banan (beräknat)  
 1888 Chokladbollar (beräknat)  
 1990 Ostsås till moussaka (beräknat)  
 1999 Gräddsås pulver tillagad m mjölk vatten smör  
 2032 Frukostflingor fullkorn flingblandning frukt olja familjemüsli  
 2067 Gourmetbullar vegetariska djupfrysta typ Hälsans kök  
 2134 Skink- o broccolipaj (beräknat)  
 2229 Klassisk gräddsås fett 6% Kelda  
 2402 Bordsmargarin fett 60% berikad typ Carlshamn Runda Bords  
 2470 Flytande margarin fett 80% berikad typ Mjuka Milda  
 2490 Bordsmargarin fett 70% berikad typ Becel Gold  
 2506 Döner kebab (beräknat)  
 2561 Rucolasallat  
 3795 Vitt bröd fibrer ca 5% typ Pågenlimpan Skogaholmslimpa  
 3817 Svarta bönor konserv  
 3818 Hamburgerbröd  
 3820 Bruna bönor rullpack  
 4131 Palmolja  
 4520 King Edward kokt m salt

#### **Livsmedel med näringsvärdesförändring**

10 Flytande m Summa mä	8,1	9
10 Flytande m Summa enl	44,1	49
10 Flytande m Summa flel	21,6	24
10 Flytande m Fettsyra 16	3,4	3,8
10 Flytande m Fettsyra 18	1,8	2
10 Flytande m Fettsyra 18	43,6	48,5

10 Flytande m Fettsyra 18	14,3	15,9
10 Flytande m Fettsyra 18	6,3	7
10 Flytande m Energi (kJ)	2747	3043
10 Flytande m Energi (kca	656	727
10 Flytande m Fett	74	82
22 Sesamsås ( Summa mä	5,9	5,8
22 Sesamsås ( Summa enl	4,8	4,9
22 Sesamsås ( Summa flei	1,8	1,9
22 Sesamsås ( Fettsyra 4:(	0,8	0,8
22 Sesamsås ( Fettsyra 12	0,3	0,3
22 Sesamsås ( Fettsyra 14	0,8	0,8
22 Sesamsås ( Fettsyra 16	2,6	2,6
22 Sesamsås ( Fettsyra 18	1,1	1,1
22 Sesamsås ( Fettsyra 20	0	0
22 Sesamsås ( Fettsyra 16	0,1	0,1
22 Sesamsås ( Fettsyra 18	4,5	4,6
22 Sesamsås ( Fettsyra 18	1,4	1,4
22 Sesamsås ( Fettsyra 18	0,5	0,5
22 Sesamsås ( Summa tra	0,3	0,2
22 Sesamsås ( Kolesterol	23,5	23,3
22 Sesamsås ( Monosacke	0,9	0,9
22 Sesamsås ( Disackaride	2,9	2,9
22 Sesamsås ( Sackaros	0,6	0,6
22 Sesamsås ( Energi (kJ)	656	659
22 Sesamsås ( Energi (kca	157	157
22 Sesamsås ( Aska	1,2	1,2
22 Sesamsås ( Vatten	76	76,1
22 Sesamsås ( Avfall (skal	2	2
22 Sesamsås ( Kolhydrate	4,2	4,2
22 Sesamsås ( Protein	2,3	2,3
22 Sesamsås ( Alkohol	1,5	1,5
22 Sesamsås ( Fibrer	0,6	0,6
22 Sesamsås ( Fett	13,4	13,5
22 Sesamsås ( Fosfor	70	69
22 Sesamsås ( Jod	34	34
22 Sesamsås ( Järn	0,5	0,49
22 Sesamsås ( Kalcium	89	89
22 Sesamsås ( Kalium	142	134
22 Sesamsås ( Magnesium	17	17
22 Sesamsås ( Natrium	250	248
22 Sesamsås ( Selen	1	1
22 Sesamsås ( Zink	0,44	0,43
22 Sesamsås ( Retinolekvi	91	90
22 Sesamsås ( Retinol	68	67
22 Sesamsås ( Vitamin D	0,3	0,3
22 Sesamsås ( Vitamin E	1,25	1,24
22 Sesamsås ( $\beta$ -Karoten	39	39
22 Sesamsås ( Vitamin K	1	1
22 Sesamsås ( Tiamin	0,05	0,05
22 Sesamsås ( Riboflavin	0,07	0,07

22 Sesamsås ( Vitamin C	1	1
22 Sesamsås ( Niacin	0,2	0,2
22 Sesamsås ( Niacinekviv	0,7	0,7
22 Sesamsås ( Vitamin B1	0,18	0,17
22 Sesamsås ( Vitamin B6	0,06	0,06
22 Sesamsås ( Folat	8	7
22 Sesamsås ( Salt	0,6	0,6
29 Smör fett 8 Fullkorn totalt		0
30 Smör extra Fullkorn totalt		0
55 Mimosasal Protein	2,4	2,4
58 Bearnaises: Summa mä	5,3	5,8
58 Bearnaises: Summa enl	24,7	27,2
58 Bearnaises: Summa flei	11,9	13,1
58 Bearnaises: Fettsyra 16	2,6	2,8
58 Bearnaises: Fettsyra 18	1,2	1,3
58 Bearnaises: Fettsyra 18	24,3	26,8
58 Bearnaises: Fettsyra 18	7,9	8,8
58 Bearnaises: Fettsyra 18	3,3	3,7
58 Bearnaises: Energi (kJ)	1653	1807
58 Bearnaises: Energi (kca	395	432
58 Bearnaises: Fett	42,7	46,9
59 Hollandaise: Summa mä	6,4	7
59 Hollandaise: Summa enl	29,8	32,9
59 Hollandaise: Summa flei	14,3	15,9
59 Hollandaise: Fettsyra 16	3,1	3,4
59 Hollandaise: Fettsyra 18	1,5	1,6
59 Hollandaise: Fettsyra 18	29,3	32,4
59 Hollandaise: Fettsyra 18	9,6	10,6
59 Hollandaise: Fettsyra 18	4	4,5
59 Hollandaise: Energi (kJ)	1970	2156
59 Hollandaise: Energi (kca	471	515
59 Hollandaise: Fett	51,6	56,6
110 Camember Summa tra	0	0
110 Camember Energi (kJ)	1309	1307
110 Camember Energi (kca	313	312
110 Camember Kolhydrate	11	11,1
110 Camember Protein	18,4	18,4
110 Camember Fett	21,8	21,7
110 Camember Vitamin K	6	6
110 Camember Niacinekviv	6	6
113 Bröstmjök Summa mä	2	1,8
113 Bröstmjök Summa enl	1,8	1,9
113 Bröstmjök Summa flei	0,6	0,7
113 Bröstmjök Fettsyra 4:(	0,1	0,1
113 Bröstmjök Fettsyra 12	0,3	0,2
113 Bröstmjök Fettsyra 14	0,3	0,3
113 Bröstmjök Fettsyra 16	1	1
113 Bröstmjök Fettsyra 18	0,3	0,3
113 Bröstmjök Fettsyra 18	1,5	1,7
113 Bröstmjök Fettsyra 18	0,4	0,5

113 Bröstmjök Fettsyra 18	0,1	0,1
113 Bröstmjök Fettsyra 20	0	0
113 Bröstmjök EPA (Fettsy	0	0
113 Bröstmjök DPA (Fettsy	0	0
113 Bröstmjök Summa n-3 fettsyror		0,1
113 Bröstmjök Summa n-6 fettsyror		0,5
113 Bröstmjök Summa långa n-3 fetts		0,1
127 Gammalda, Summa enl	1	1
127 Gammalda, Summa flei	0,1	0,1
127 Gammalda, Fettsyra 18	0	0
127 Gammalda, Summa tra	2,7	0,1
127 Gammalda, Summa n-3 fettsyror		0
127 Gammalda, Summa n-6 fettsyror		0
127 Gammalda, Summa långa n-3 fetts		0
160 Smoothie r Salt	0,1	0,1
171 Hårt bröd f Summa flei	1,2	1,2
171 Hårt bröd f Fettsyra 18	1	1
171 Hårt bröd f Summa tra	0,1	0
171 Hårt bröd f Energi (kJ)	1490	1489
171 Hårt bröd f Energi (kca	356	356
171 Hårt bröd f Protein	10	10
171 Hårt bröd f Retinolekvi	0	
171 Hårt bröd f Niacinekviv	2,7	2,7
171 Hårt bröd f Summa långa n-3 fetts		0
185 Kornbröd f Summa mä	0,5	0,5
185 Kornbröd f Summa enl	1,7	1,9
185 Kornbröd f Summa flei	1,4	1,5
185 Kornbröd f Fettsyra 12	0	0
185 Kornbröd f Fettsyra 14	0	0
185 Kornbröd f Fettsyra 16	0,3	0,3
185 Kornbröd f Fettsyra 18	0,1	0,1
185 Kornbröd f Fettsyra 16	0	0
185 Kornbröd f Fettsyra 18	1,7	1,8
185 Kornbröd f Fettsyra 18	1,1	1,1
185 Kornbröd f Fettsyra 18	0,3	0,3
185 Kornbröd f Summa tra	0	0
185 Kornbröd f Monosacke	2,4	2,4
185 Kornbröd f Disackaride	2,3	2,2
185 Kornbröd f Sackaros	2	2
185 Kornbröd f Energi (kJ)	991	997
185 Kornbröd f Energi (kca	237	238
185 Kornbröd f Aska	1,6	1,5
185 Kornbröd f Vatten	43,2	43,5
185 Kornbröd f Kolhydrate	42,4	42,2
185 Kornbröd f Protein	5,8	5,7
185 Kornbröd f Fibrer	3	3
185 Kornbröd f Fett	4	4,3
185 Kornbröd f Fosfor	122	121
185 Kornbröd f Jod	38	38
185 Kornbröd f Järn	1,59	1,58

185 Kornbröd f Kalcium	16	16
185 Kornbröd f Kalium	165	164
185 Kornbröd f Magnesium	37	37
185 Kornbröd f Natrium	343	342
185 Kornbröd f Selen	1	1
185 Kornbröd f Zink	1,11	1,11
185 Kornbröd f Retinolekvi	26	26
185 Kornbröd f Vitamin D	0,32	0,32
185 Kornbröd f Vitamin E	0,76	0,76
185 Kornbröd f Vitamin K	0	0
185 Kornbröd f Tiamin	0,2	0,2
185 Kornbröd f Riboflavin	0,12	0,12
185 Kornbröd f Vitamin C	0	0
185 Kornbröd f Niacin	3,1	3,1
185 Kornbröd f Niacinekviv	4,1	4,1
185 Kornbröd f Vitamin B6	0,16	0,16
185 Kornbröd f Folat	45	45
185 Kornbröd f Fullkorn to	32	32
185 Kornbröd f Salt	0,9	0,9
186 Grahamssc Summa mä	2,1	2,2
186 Grahamssc Summa enl	7,5	8,3
186 Grahamssc Summa flei	4	4,4
186 Grahamssc Fettsyra 4:(	0,1	0,1
186 Grahamssc Fettsyra 12	0	0
186 Grahamssc Fettsyra 14	0,1	0,1
186 Grahamssc Fettsyra 16	1	1
186 Grahamssc Fettsyra 18	0,4	0,4
186 Grahamssc Fettsyra 20	0	0
186 Grahamssc Fettsyra 16	0	0
186 Grahamssc Fettsyra 18	7,4	8,2
186 Grahamssc Fettsyra 18	2,8	3
186 Grahamssc Fettsyra 18	1,1	1,2
186 Grahamssc Summa tra	0,1	0,1
186 Grahamssc Kolesterol	3,3	3,3
186 Grahamssc Monosacke	0,1	0,1
186 Grahamssc Disackaride	1,9	1,9
186 Grahamssc Sackaros	0,2	0,2
186 Grahamssc Energi (kJ)	1295	1337
186 Grahamssc Energi (kca	310	320
186 Grahamssc Aska	2,8	2,8
186 Grahamssc Vatten	35,6	35,9
186 Grahamssc Kolhydrate	37,4	37,3
186 Grahamssc Protein	6,4	6,3
186 Grahamssc Fibrer	3,6	3,6
186 Grahamssc Fett	14,1	15,3
186 Grahamssc Fosfor	334	333
186 Grahamssc Jod	41	41
186 Grahamssc Järn	1,63	1,62
186 Grahamssc Kalcium	298	297
186 Grahamssc Kalium	185	185

186 Grahamssc Magnesium	45	45
186 Grahamssc Natrium	658	655
186 Grahamssc Selen	2,1	2,1
186 Grahamssc Zink	1,01	1,01
186 Grahamssc Retinolekvi	126	125
186 Grahamssc Retinol	8	8
186 Grahamssc Vitamin D	1,47	1,47
186 Grahamssc Vitamin E	3,1	3,09
186 Grahamssc $\beta$ -Karoten	5	5
186 Grahamssc Vitamin K	0	0
186 Grahamssc Tiamin	0,19	0,19
186 Grahamssc Riboflavin	0,1	0,1
186 Grahamssc Vitamin C	0	0
186 Grahamssc Niacin	2,1	2,1
186 Grahamssc Niacinekviv	3,2	3,2
186 Grahamssc Vitamin B1	0,1	0,1
186 Grahamssc Vitamin B6	0,14	0,14
186 Grahamssc Folat	15	15
186 Grahamssc Fullkorn to	26	26
186 Grahamssc Salt	1,6	1,6
188 Ströbröd m Summa tra	0,3	
188 Ströbröd m Energi (kJ)	1695	1655
188 Ströbröd m Energi (kca	405	396
188 Ströbröd m Kolhydrate	69,7	72,6
188 Ströbröd m Protein	10,3	9,4
188 Ströbröd m Fett	8	6
188 Ströbröd m Vitamin K	3	
188 Ströbröd m Niacinekviv	3,6	3,4
205 Vitt bröd v Summa mä	1,7	1,8
205 Vitt bröd v Summa enl	5,4	5,9
205 Vitt bröd v Summa flei	2,9	3,1
205 Vitt bröd v Fettsyra 4:(	0,1	0,1
205 Vitt bröd v Fettsyra 12	0	0
205 Vitt bröd v Fettsyra 14	0,1	0,1
205 Vitt bröd v Fettsyra 16	0,8	0,8
205 Vitt bröd v Fettsyra 18	0,3	0,4
205 Vitt bröd v Fettsyra 20	0	0
205 Vitt bröd v Fettsyra 16	0	0
205 Vitt bröd v Fettsyra 18	5,3	5,8
205 Vitt bröd v Fettsyra 18	2	2,2
205 Vitt bröd v Fettsyra 18	0,8	0,8
205 Vitt bröd v Summa tra	0,1	0,1
205 Vitt bröd v Kolesterol	3,5	3,5
205 Vitt bröd v Monosacke	0	0
205 Vitt bröd v Disackaride	2,3	2,2
205 Vitt bröd v Sackaros	0,1	0,1
205 Vitt bröd v Energi (kJ)	1242	1270
205 Vitt bröd v Energi (kca	297	303
205 Vitt bröd v Aska	2,6	2,6
205 Vitt bröd v Vatten	35,8	36,1



205 Vitt bröd v	Kolhydrat	43	42,8
205 Vitt bröd v	Protein	6,8	6,8
205 Vitt bröd v	Fibrer	1,4	1,4
205 Vitt bröd v	Fett	10,4	11,3
205 Vitt bröd v	Fosfor	289	288
205 Vitt bröd v	Jod	44	43
205 Vitt bröd v	Järn	0,68	0,67
205 Vitt bröd v	Kalcium	311	309
205 Vitt bröd v	Kalium	126	125
205 Vitt bröd v	Magnesium	18	18
205 Vitt bröd v	Natrium	665	662
205 Vitt bröd v	Selen	2	2
205 Vitt bröd v	Zink	0,66	0,65
205 Vitt bröd v	Retinolekvi	92	91
205 Vitt bröd v	Retinol	9	9
205 Vitt bröd v	Vitamin D	1,04	1,04
205 Vitt bröd v	Vitamin E	2,09	2,08
205 Vitt bröd v	$\beta$ -Karoten	5	5
205 Vitt bröd v	Vitamin K	0	0
205 Vitt bröd v	Tiamin	0,22	0,22
205 Vitt bröd v	Riboflavin	0,1	0,1
205 Vitt bröd v	Vitamin C	1	1
205 Vitt bröd v	Niacin	2,2	2,2
205 Vitt bröd v	Niacinekviv	3,4	3,4
205 Vitt bröd v	Vitamin B1	0,1	0,1
205 Vitt bröd v	Vitamin B6	0,15	0,15
205 Vitt bröd v	Folat	12	12
205 Vitt bröd v	Salt	1,7	1,7
207 Rågsiktsbrö	$\beta$ -Karoten		0
240 Potatis stel	Summa mä	0,3	0,4
240 Potatis stel	Summa enl	1,8	1,9
240 Potatis stel	Summa flel	0,9	0,9
240 Potatis stel	Fettsyra 12	0	0
240 Potatis stel	Fettsyra 14	0	0
240 Potatis stel	Fettsyra 16	0,1	0,1
240 Potatis stel	Fettsyra 18	0,1	0,1
240 Potatis stel	Fettsyra 18	1,8	1,9
240 Potatis stel	Fettsyra 18	0,6	0,6
240 Potatis stel	Fettsyra 18	0,3	0,3
240 Potatis stel	Summa tra	0	0
240 Potatis stel	Monosacke	0,3	0,3
240 Potatis stel	Disackaride	0,3	0,3
240 Potatis stel	Sackaros	0,3	0,3
240 Potatis stel	Energi (kJ)	496	494
240 Potatis stel	Energi (kca)	119	118
240 Potatis stel	Aska	1,6	1,5
240 Potatis stel	Vatten	71,7	72,5
240 Potatis stel	Avfall (skal)	12	12
240 Potatis stel	Kolhydrat	19,3	18,8
240 Potatis stel	Protein	2	2

240 Potatis stel Fibrer	2,3	2,2
240 Potatis stel Fett	3,1	3,3
240 Potatis stel Fosfor	47	45
240 Potatis stel Jod	34	33
240 Potatis stel Järn	0,39	0,38
240 Potatis stel Kalcium	5	5
240 Potatis stel Kalium	350	340
240 Potatis stel Magnesium	21	20
240 Potatis stel Natrium	314	305
240 Potatis stel Zink	0,22	0,21
240 Potatis stel Retinolekvi	30	29
240 Potatis stel Vitamin D	0,36	0,35
240 Potatis stel Vitamin E	0,77	0,75
240 Potatis stel $\beta$ -Karoten	5	5
240 Potatis stel Vitamin K	2	1
240 Potatis stel Tiamin	0,04	0,04
240 Potatis stel Riboflavin	0,02	0,02
240 Potatis stel Vitamin C	8	8
240 Potatis stel Niacin	2	2
240 Potatis stel Niacinekviv	2,3	2,3
240 Potatis stel Vitamin B6	0,13	0,12
240 Potatis stel Folat	14	14
240 Potatis stel Salt	0,8	0,8
241 Potatis råst Summa mä	0,3	0,3
241 Potatis råst Summa enl	1,6	1,7
241 Potatis råst Summa flei	0,8	0,8
241 Potatis råst Fettsyra 12	0	0
241 Potatis råst Fettsyra 14	0	0
241 Potatis råst Fettsyra 16	0,1	0,1
241 Potatis råst Fettsyra 18	0,1	0,1
241 Potatis råst Fettsyra 18	1,6	1,7
241 Potatis råst Fettsyra 18	0,5	0,6
241 Potatis råst Fettsyra 18	0,2	0,2
241 Potatis råst Summa tra	0	0
241 Potatis råst Monosacke	0	0
241 Potatis råst Disackaride	0,3	0,3
241 Potatis råst Sackaros	0,3	0,3
241 Potatis råst Energi (kJ)	468	465
241 Potatis råst Energi (kca)	112	111
241 Potatis råst Aska	1,5	1,5
241 Potatis råst Vatten	73	73,7
241 Potatis råst Avfall (skal	24	23
241 Potatis råst Kolhydrate	18,4	17,9
241 Potatis råst Protein	2	1,9
241 Potatis råst Fibrer	2,4	2,3
241 Potatis råst Fett	2,8	3
241 Potatis råst Fosfor	49	47
241 Potatis råst Jod	26	25
241 Potatis råst Järn	0,01	0,01
241 Potatis råst Kalcium	6	6

241 Potatis råst Kalium	419	407
241 Potatis råst Magnesium	24	23
241 Potatis råst Natrium	225	218
241 Potatis råst Selen	0,1	0,1
241 Potatis råst Zink	0,25	0,25
241 Potatis råst Retinolekvi	26	25
241 Potatis råst Vitamin D	0,32	0,31
241 Potatis råst Vitamin E	0,65	0,63
241 Potatis råst $\beta$ -Karoten	5	5
241 Potatis råst Vitamin K	1	1
241 Potatis råst Tiamin	0,05	0,05
241 Potatis råst Riboflavin	0,01	0,01
241 Potatis råst Vitamin C	12	11
241 Potatis råst Niacin	2,3	2,2
241 Potatis råst Niacinekviv	2,6	2,5
241 Potatis råst Vitamin B6	0,14	0,14
241 Potatis råst Folat	14	13
241 Potatis råst Salt	0,6	0,5
242 Potatis kok Summa mä	0,3	0,4
242 Potatis kok Summa enl	1,9	2
242 Potatis kok Summa flei	0,9	1
242 Potatis kok Fettsyra 12	0	0
242 Potatis kok Fettsyra 14	0	0
242 Potatis kok Fettsyra 16	0,1	0,2
242 Potatis kok Fettsyra 18	0,1	0,1
242 Potatis kok Fettsyra 18	1,9	2
242 Potatis kok Fettsyra 18	0,6	0,7
242 Potatis kok Fettsyra 18	0,3	0,3
242 Potatis kok Summa tra	0	0
242 Potatis kok Monosacke	0,3	0,3
242 Potatis kok Disackaride	0,3	0,3
242 Potatis kok Sackaros	0,3	0,3
242 Potatis kok Energi (kJ)	500	498
242 Potatis kok Energi (kca)	119	119
242 Potatis kok Aska	2,1	2,1
242 Potatis kok Vatten	71,1	72
242 Potatis kok Avfall (skal	12	11
242 Potatis kok Kolhydrate	19,2	18,6
242 Potatis kok Protein	2	1,9
242 Potatis kok Fibrer	2,3	2,2
242 Potatis kok Fett	3,3	3,5
242 Potatis kok Fosfor	47	45
242 Potatis kok Jod	62	61
242 Potatis kok Järn	0,39	0,38
242 Potatis kok Kalcium	6	6
242 Potatis kok Kalium	347	337
242 Potatis kok Magnesium	21	20
242 Potatis kok Natrium	540	524
242 Potatis kok Zink	0,22	0,21
242 Potatis kok Retinolekvi	31	31

242 Potatis kok Vitamin D	0,39	0,38
242 Potatis kok Vitamin E	0,81	0,79
242 Potatis kok $\beta$ -Karoten	5	5
242 Potatis kok Vitamin K	2	1
242 Potatis kok Tiamin	0,04	0,04
242 Potatis kok Riboflavin	0,02	0,02
242 Potatis kok Vitamin C	8	8
242 Potatis kok Niacin	2	1,9
242 Potatis kok Niacinekviv	2,3	2,3
242 Potatis kok Vitamin B6	0,13	0,12
242 Potatis kok Folat	14	14
242 Potatis kok Salt	1,3	1,3
253 Pitepalt (b $\epsilon$ Summa m $\epsilon$	2	1,9
253 Pitepalt (b $\epsilon$ Summa enl	1,8	1,8
253 Pitepalt (b $\epsilon$ Summa flel	0,7	0,7
253 Pitepalt (b $\epsilon$ Fettsyra 4:(	0	0
253 Pitepalt (b $\epsilon$ Fettsyra 12	0	0
253 Pitepalt (b $\epsilon$ Fettsyra 14	0,1	0,1
253 Pitepalt (b $\epsilon$ Fettsyra 16	1,2	1,2
253 Pitepalt (b $\epsilon$ Fettsyra 18	0,7	0,6
253 Pitepalt (b $\epsilon$ Fettsyra 20	0	0
253 Pitepalt (b $\epsilon$ Fettsyra 16	0,1	0,1
253 Pitepalt (b $\epsilon$ Fettsyra 18	1,6	1,6
253 Pitepalt (b $\epsilon$ Fettsyra 18	0,6	0,5
253 Pitepalt (b $\epsilon$ Fettsyra 18	0	0
253 Pitepalt (b $\epsilon$ Fettsyra 20	0	0
253 Pitepalt (b $\epsilon$ EPA (Fettsy	0	0
253 Pitepalt (b $\epsilon$ DPA (Fettsy	0	0
253 Pitepalt (b $\epsilon$ DHA (Fettsy	0	0
253 Pitepalt (b $\epsilon$ Kolesterol	9,2	8,8
253 Pitepalt (b $\epsilon$ Monosack $\epsilon$	0,1	0
253 Pitepalt (b $\epsilon$ Disackaride	0,4	0,4
253 Pitepalt (b $\epsilon$ Sackaros	0,3	0,3
253 Pitepalt (b $\epsilon$ Energi (kJ)	703	674
253 Pitepalt (b $\epsilon$ Energi (kca	168	161
253 Pitepalt (b $\epsilon$ Aska	1,6	1,6
253 Pitepalt (b $\epsilon$ Vatten	61,5	63
253 Pitepalt (b $\epsilon$ Avfall (skal	16	15
253 Pitepalt (b $\epsilon$ Kolhydrate	24,8	23,7
253 Pitepalt (b $\epsilon$ Protein	4,6	4,4
253 Pitepalt (b $\epsilon$ Fibrer	2,7	2,6
253 Pitepalt (b $\epsilon$ Fett	4,9	4,7
253 Pitepalt (b $\epsilon$ Fosfor	96	92
253 Pitepalt (b $\epsilon$ Jod	17	16
253 Pitepalt (b $\epsilon$ J $\ddot{a}$ rn	0,56	0,54
253 Pitepalt (b $\epsilon$ Kalcium	8	8
253 Pitepalt (b $\epsilon$ Kalium	354	290
253 Pitepalt (b $\epsilon$ Magnesium	30	29
253 Pitepalt (b $\epsilon$ Natrium	285	273
253 Pitepalt (b $\epsilon$ Selen	1,2	1,1

253 Pitepalt (bē Zink	0,96	0,93
253 Pitepalt (bē Retinolekvi	1	1
253 Pitepalt (bē Retinol	1	1
253 Pitepalt (bē Vitamin D	0,06	0,06
253 Pitepalt (bē Vitamin E	0,16	0,15
253 Pitepalt (bē β-Karoten	4	3
253 Pitepalt (bē Vitamin K	1	1
253 Pitepalt (bē Tiamin	0,13	0,12
253 Pitepalt (bē Riboflavin	0,04	0,04
253 Pitepalt (bē Vitamin C	8	8
253 Pitepalt (bē Niacin	2,8	2,6
253 Pitepalt (bē Niacinekviv	3,5	3,4
253 Pitepalt (bē Vitamin B1	0,03	0,03
253 Pitepalt (bē Vitamin B6	0,15	0,14
253 Pitepalt (bē Folat	12	11
253 Pitepalt (bē Fullkorn to	12	12
253 Pitepalt (bē Salt	0,7	0,7
253 Pitepalt (bē Summa lån	0	0
257 Janssons fr Summa mä	2,2	2,2
257 Janssons fr Summa enl	2	2
257 Janssons fr Summa flei	0,9	0,9
257 Janssons fr Fettsyra 4:(	0,2	0,2
257 Janssons fr Fettsyra 12	0,1	0,1
257 Janssons fr Fettsyra 14	0,4	0,4
257 Janssons fr Fettsyra 16	1,1	1
257 Janssons fr Fettsyra 18	0,3	0,3
257 Janssons fr Fettsyra 20	0	0
257 Janssons fr Fettsyra 16	0,2	0,2
257 Janssons fr Fettsyra 18	1,3	1,3
257 Janssons fr Fettsyra 18	0,2	0,3
257 Janssons fr Fettsyra 18	0,1	0,1
257 Janssons fr Fettsyra 20	0	0
257 Janssons fr EPA (Fettsy	0,1	0,1
257 Janssons fr DPA (Fettsy	0	0
257 Janssons fr DHA (Fettsy	0,2	0,2
257 Janssons fr Summa tra	0,1	0,1
257 Janssons fr Kolesterol	24,1	23,3
257 Janssons fr Monosackä	0,5	0,5
257 Janssons fr Disackaride	1,9	1,8
257 Janssons fr Sackaros	0,9	0,9
257 Janssons fr Energi (kJ)	530	516
257 Janssons fr Energi (kca	127	123
257 Janssons fr Aska	2,6	2,5
257 Janssons fr Vatten	71,8	72,7
257 Janssons fr Avfall (skal	19	18
257 Janssons fr Kolhydrate	13,8	13,4
257 Janssons fr Protein	4,3	4,1
257 Janssons fr Fibrer	1,4	1,4
257 Janssons fr Fett	5,7	5,6
257 Janssons fr Fosfor	75	73

257 Janssons fr Jod	11	11
257 Janssons fr Järn	0,29	0,28
257 Janssons fr Kalcium	47	46
257 Janssons fr Kalium	307	297
257 Janssons fr Magnesium	19	18
257 Janssons fr Natrium	536	518
257 Janssons fr Selen	4,2	4
257 Janssons fr Zink	0,59	0,57
257 Janssons fr Retinolekvi	39	38
257 Janssons fr Retinol	30	29
257 Janssons fr Vitamin D	0,15	0,14
257 Janssons fr Vitamin E	0,42	0,41
257 Janssons fr $\beta$ -Karoten	15	14
257 Janssons fr Vitamin K	1	1
257 Janssons fr Tiamin	0,04	0,04
257 Janssons fr Riboflavin	0,06	0,06
257 Janssons fr Vitamin C	7	6
257 Janssons fr Niacin	1,7	1,6
257 Janssons fr Niacinekviv	2,5	2,4
257 Janssons fr Vitamin B1	1,68	1,62
257 Janssons fr Vitamin B6	0,17	0,17
257 Janssons fr Folat	11	11
257 Janssons fr Salt	1,3	1,3
258 Laxpudding Summa mä	1,2	1,2
258 Laxpudding Summa enl	1,8	1,8
258 Laxpudding Summa flei	0,9	0,9
258 Laxpudding Fettsyra 16	0,7	0,7
258 Laxpudding Fettsyra 18	0,2	0,2
258 Laxpudding Fettsyra 18	1,5	1,6
258 Laxpudding Fettsyra 18	0,3	0,4
258 Laxpudding Fettsyra 18	0,1	0,1
258 Laxpudding Energi (kJ)	463	466
258 Laxpudding Energi (kca	111	111
258 Laxpudding Fett	4,4	4,5
259 Sillpudding Summa mä	1,7	1,7
259 Sillpudding Summa enl	2,8	2,9
259 Sillpudding Summa flei	1,4	1,4
259 Sillpudding Fettsyra 16	1	1
259 Sillpudding Fettsyra 18	0,2	0,2
259 Sillpudding Fettsyra 18	1,8	1,9
259 Sillpudding Fettsyra 18	0,5	0,5
259 Sillpudding Fettsyra 18	0,2	0,2
259 Sillpudding Summa tra	0	0
259 Sillpudding Energi (kJ)	522	527
259 Sillpudding Energi (kca	125	126
259 Sillpudding Kolhydrate	9,3	9,4
259 Sillpudding Protein	6,6	6,6
259 Sillpudding Fett	6,6	6,7
259 Sillpudding Vitamin K	4	4
259 Sillpudding Niacinekviv	2,7	2,7

261	Potatissallå	Summa mä	1,5	1,5
261	Potatissallå	Summa enl	1,8	1,8
261	Potatissallå	Summa flel	4,9	4,9
261	Potatissallå	Fettsyra 4:(	0,1	0,1
261	Potatissallå	Fettsyra 12	0	0
261	Potatissallå	Fettsyra 14	0,1	0,1
261	Potatissallå	Fettsyra 16	0,9	0,9
261	Potatissallå	Fettsyra 18	0,3	0,3
261	Potatissallå	Fettsyra 20	0	0
261	Potatissallå	Fettsyra 16	0	0
261	Potatissallå	Fettsyra 18	1,7	1,7
261	Potatissallå	Fettsyra 18	4,3	4,3
261	Potatissallå	Fettsyra 18	0,6	0,6
261	Potatissallå	Summa tra	0	0
261	Potatissallå	Kolesterol	15,1	15,1
261	Potatissallå	Monosackå	0,4	0,4
261	Potatissallå	Disackaride	0,9	0,9
261	Potatissallå	Sackaros	0,6	0,6
261	Potatissallå	Energi (kJ)	632	631
261	Potatissallå	Energi (kca	151	151
261	Potatissallå	Aska	1	1,2
261	Potatissallå	Vatten	71,6	71,5
261	Potatissallå	Avfall (skal	9	8
261	Potatissallå	Kolhydrate	14,6	14,6
261	Potatissallå	Protein	2	2
261	Potatissallå	Fibrer	1,7	1,7
261	Potatissallå	Fett	9,1	9,1
261	Potatissallå	Fosfor	48	48
261	Potatissallå	Jod	6	16
261	Potatissallå	Järn	0,34	0,34
261	Potatissallå	Kalcium	18	18
261	Potatissallå	Kalium	270	270
261	Potatissallå	Magnesium	19	19
261	Potatissallå	Natrium	115	195
261	Potatissallå	Selen	0,4	0,4
261	Potatissallå	Zink	0,24	0,24
261	Potatissallå	Retinolekvi	27	27
261	Potatissallå	Retinol	25	25
261	Potatissallå	Vitamin D	0,01	0,01
261	Potatissallå	Vitamin E	0,64	0,63
261	Potatissallå	β-Karoten	31	31
261	Potatissallå	Vitamin K	1	1
261	Potatissallå	Tiamin	0,05	0,05
261	Potatissallå	Riboflavin	0,04	0,04
261	Potatissallå	Vitamin C	10	10
261	Potatissallå	Niacin	1,4	1,4
261	Potatissallå	Niacinekviv	1,8	1,8
261	Potatissallå	Vitamin B1	0,12	0,12
261	Potatissallå	Vitamin B6	0,17	0,17
261	Potatissallå	Folat	18	18

261 Potatissallå Salt	0,3	0,5
262 Potatis- o ꝑ Summa mä	0,3	0,4
262 Potatis- o ꝑ Summa enl	0,5	0,6
262 Potatis- o ꝑ Summa flei	0,2	0,2
262 Potatis- o ꝑ Fettsyra 4:(	0	0
262 Potatis- o ꝑ Fettsyra 12	0	0
262 Potatis- o ꝑ Fettsyra 14	0	0
262 Potatis- o ꝑ Fettsyra 16	0,2	0,2
262 Potatis- o ꝑ Fettsyra 18	0,1	0,1
262 Potatis- o ꝑ Fettsyra 20	0	0
262 Potatis- o ꝑ Fettsyra 16	0	0
262 Potatis- o ꝑ Fettsyra 18	0,5	0,6
262 Potatis- o ꝑ Fettsyra 18	0,2	0,2
262 Potatis- o ꝑ Fettsyra 18	0,1	0,1
262 Potatis- o ꝑ Summa tra	0	0
262 Potatis- o ꝑ Kolesterol	0,9	0,9
262 Potatis- o ꝑ Monosackå	0,8	0,8
262 Potatis- o ꝑ Disackaride	0,4	0,3
262 Potatis- o ꝑ Sackaros	0,3	0,3
262 Potatis- o ꝑ Energi (kJ)	157	158
262 Potatis- o ꝑ Energi (kca	38	38
262 Potatis- o ꝑ Aska	1,2	1,1
262 Potatis- o ꝑ Vatten	90,3	90,4
262 Potatis- o ꝑ Avfall (skal	8	8
262 Potatis- o ꝑ Kolhydrate	5,1	5,1
262 Potatis- o ꝑ Protein	1,1	1,1
262 Potatis- o ꝑ Fibrer	1	1
262 Potatis- o ꝑ Fett	1,2	1,2
262 Potatis- o ꝑ Fosfor	21	21
262 Potatis- o ꝑ Jod	7	7
262 Potatis- o ꝑ Järn	0,18	0,18
262 Potatis- o ꝑ Kalcium	12	12
262 Potatis- o ꝑ Kalium	141	118
262 Potatis- o ꝑ Magnesium	9	9
262 Potatis- o ꝑ Natrium	220	217
262 Potatis- o ꝑ Selen	0,1	0,1
262 Potatis- o ꝑ Zink	0,13	0,13
262 Potatis- o ꝑ Retinolekvi	15	15
262 Potatis- o ꝑ Retinol	3	2
262 Potatis- o ꝑ Vitamin D	0,09	0,09
262 Potatis- o ꝑ Vitamin E	0,35	0,34
262 Potatis- o ꝑ $\beta$ -Karoten	69	68
262 Potatis- o ꝑ Vitamin K	0	0
262 Potatis- o ꝑ Tiamin	0,06	0,06
262 Potatis- o ꝑ Riboflavin	0,04	0,04
262 Potatis- o ꝑ Vitamin C	12	12
262 Potatis- o ꝑ Niacin	1	1
262 Potatis- o ꝑ Niacinekviv	1,2	1,1
262 Potatis- o ꝑ Vitamin B1	0,01	0,01
262 Potatis- o ꝑ Vitamin B6	0,07	0,07



262	Potatis- o � Folat	19	19
262	Potatis- o � Salt	0,6	0,5
263	Pytt i pann: Summa m�	0,2	0,2
263	Pytt i pann: Summa enl	1	1,1
263	Pytt i pann: Summa flei	0,6	0,6
263	Pytt i pann: Fettsyra 12	0	0
263	Pytt i pann: Fettsyra 14	0	0
263	Pytt i pann: Fettsyra 16	0,1	0,1
263	Pytt i pann: Fettsyra 18	0	0
263	Pytt i pann: Fettsyra 16	0	0
263	Pytt i pann: Fettsyra 18	1	1,1
263	Pytt i pann: Fettsyra 18	0,4	0,4
263	Pytt i pann: Fettsyra 18	0,2	0,2
263	Pytt i pann: Summa tra	0	0
263	Pytt i pann: Monosacke	2,6	2,5
263	Pytt i pann: Disackaride	1,3	1,3
263	Pytt i pann: Sackaros	1,3	1,3
263	Pytt i pann: Energi (kJ)	283	285
263	Pytt i pann: Energi (kca	68	68
263	Pytt i pann: Aska	0,9	1,2
263	Pytt i pann: Vatten	83,3	83,4
263	Pytt i pann: Avfall (skal	12	12
263	Pytt i pann: Kolhydrate	9,9	9,7
263	Pytt i pann: Protein	1,6	1,5
263	Pytt i pann: Fibrer	2,3	2,2
263	Pytt i pann: Fett	1,9	2,1
263	Pytt i pann: Fosfor	54	54
263	Pytt i pann: Jod	8	21
263	Pytt i pann: J�rn	0,36	0,35
263	Pytt i pann: Kalcium	23	23
263	Pytt i pann: Kalium	314	308
263	Pytt i pann: Magnesiur	16	16
263	Pytt i pann: Natrium	80	184
263	Pytt i pann: Selen	0,7	0,7
263	Pytt i pann: Zink	0,35	0,34
263	Pytt i pann: Retinolekvi	155	152
263	Pytt i pann: Vitamin D	0,21	0,21
263	Pytt i pann: Vitamin E	0,62	0,61
263	Pytt i pann: �-Karoten	1440	1411
263	Pytt i pann: Vitamin K	0	0
263	Pytt i pann: Tiamin	0,04	0,04
263	Pytt i pann: Riboflavin	0,07	0,07
263	Pytt i pann: Vitamin C	8	8
263	Pytt i pann: Niacin	1,6	1,6
263	Pytt i pann: Niacinekviv	1,9	1,8
263	Pytt i pann: Vitamin B6	0,11	0,11
263	Pytt i pann: Folat	28	27
263	Pytt i pann: Salt	0,2	0,5
272	Potatisstuv Summa m�	0,7	0,7
272	Potatisstuv Summa enl	0,7	0,8

272	Potatisstuv Summa flei	0,3	0,3
272	Potatisstuv Fettsyra 4:(	0,1	0,1
272	Potatisstuv Fettsyra 12	0	0
272	Potatisstuv Fettsyra 14	0,1	0,1
272	Potatisstuv Fettsyra 16	0,3	0,3
272	Potatisstuv Fettsyra 18	0,1	0,1
272	Potatisstuv Fettsyra 20	0	0
272	Potatisstuv Fettsyra 16	0	0
272	Potatisstuv Fettsyra 18	0,7	0,7
272	Potatisstuv Fettsyra 18	0,2	0,2
272	Potatisstuv Fettsyra 18	0,1	0,1
272	Potatisstuv Summa tra	0	0
272	Potatisstuv Kolesterol	3,2	3,2
272	Potatisstuv Monosackæ	0	0
272	Potatisstuv Disackaride	1,8	1,8
272	Potatisstuv Sackaros	0,2	0,2
272	Potatisstuv Energi (kJ)	358	359
272	Potatisstuv Energi (kca	86	86
272	Potatisstuv Aska	1,2	1,6
272	Potatisstuv Vatten	79,2	78,9
272	Potatisstuv Avfall (skal	15	15
272	Potatisstuv Kolhydrate	13,8	13,7
272	Potatisstuv Protein	2,4	2,4
272	Potatisstuv Fibrer	1,5	1,5
272	Potatisstuv Fett	1,9	1,9
272	Potatisstuv Fosfor	61	60
272	Potatisstuv Jod	20	40
272	Potatisstuv Järn	0,06	0,06
272	Potatisstuv Kalcium	42	43
272	Potatisstuv Kalium	314	270
272	Potatisstuv Magnesium	19	19
272	Potatisstuv Natrium	147	302
272	Potatisstuv Selen	0,6	0,6
272	Potatisstuv Zink	0,31	0,31
272	Potatisstuv Retinolekvi	20	19
272	Potatisstuv Retinol	8	8
272	Potatisstuv Vitamin D	0,11	0,11
272	Potatisstuv Vitamin E	0,27	0,27
272	Potatisstuv $\beta$ -Karoten	43	43
272	Potatisstuv Vitamin K	1	1
272	Potatisstuv Tiamin	0,05	0,05
272	Potatisstuv Riboflavin	0,05	0,05
272	Potatisstuv Vitamin C	8	8
272	Potatisstuv Niacin	1,5	1,5
272	Potatisstuv Niacinekviv	2	2
272	Potatisstuv Vitamin B1	0,12	0,12
272	Potatisstuv Vitamin B6	0,1	0,1
272	Potatisstuv Folat	11	10
272	Potatisstuv Salt	0,4	0,8
273	Potatisbull: Summa mä	0,4	0,4

273 Potatisbull: Summa enl	1,1	1,2
273 Potatisbull: Summa flei	0,5	0,5
273 Potatisbull: Fettsyra 16	0,3	0,3
273 Potatisbull: Fettsyra 18	0,1	0,1
273 Potatisbull: Fettsyra 18	1	1,1
273 Potatisbull: Fettsyra 18	0,3	0,4
273 Potatisbull: Fettsyra 18	0,1	0,1
273 Potatisbull: Summa tra	0	0
273 Potatisbull: Energi (kJ)	459	462
273 Potatisbull: Energi (kca	110	111
273 Potatisbull: Kolhydrate	17,6	17,7
273 Potatisbull: Protein	3,2	3,2
273 Potatisbull: Fett	2,4	2,4
273 Potatisbull: Vitamin K	4	4
273 Potatisbull: Niacinekviv	2,6	2,6
274 Potatismos Summa mä	0,3	0,3
274 Potatismos Summa enl	0,6	0,7
274 Potatismos Summa flei	0,3	0,3
274 Potatismos Fettsyra 4:(	0	0
274 Potatismos Fettsyra 12	0	0
274 Potatismos Fettsyra 14	0	0
274 Potatismos Fettsyra 16	0,1	0,1
274 Potatismos Fettsyra 18	0,1	0,1
274 Potatismos Fettsyra 16	0	0
274 Potatismos Fettsyra 18	0,6	0,7
274 Potatismos Fettsyra 18	0,2	0,2
274 Potatismos Fettsyra 18	0,1	0,1
274 Potatismos Summa tra	0	0
274 Potatismos Kolesterol	1,4	1,4
274 Potatismos Disackaride	1,4	1,4
274 Potatismos Sackaros	0,2	0,2
274 Potatismos Energi (kJ)	341	343
274 Potatismos Energi (kca	82	82
274 Potatismos Aska	1,5	1,5
274 Potatismos Vatten	79,2	79,3
274 Potatismos Avfall (skal	17	17
274 Potatismos Kolhydrate	14	14
274 Potatismos Protein	2,2	2,2
274 Potatismos Fibrer	1,7	1,7
274 Potatismos Fett	1,4	1,5
274 Potatismos Fosfor	56	56
274 Potatismos Jod	35	35
274 Potatismos Järn	0,01	0,01
274 Potatismos Kalcium	31	31
274 Potatismos Kalium	333	285
274 Potatismos Magnesiur	20	20
274 Potatismos Natrium	271	270
274 Potatismos Selen	0,4	0,4
274 Potatismos Zink	0,28	0,28
274 Potatismos Retinolekvi	16	15

274 Potatismos Retinol	11	11
274 Potatismos Vitamin D	0,23	0,22
274 Potatismos Vitamin E	0,27	0,27
274 Potatismos $\beta$ -Karoten	5	5
274 Potatismos Vitamin K	1	1
274 Potatismos Tiamin	0,05	0,05
274 Potatismos Riboflavin	0,04	0,04
274 Potatismos Vitamin C	8	8
274 Potatismos Niacin	1,6	1,6
274 Potatismos Niacinekviv	2	2
274 Potatismos Vitamin B1	0,09	0,09
274 Potatismos Vitamin B6	0,11	0,11
274 Potatismos Folat	10	10
274 Potatismos Salt	0,7	0,7
275 Potatisgrat Summa mä	1,6	1,6
275 Potatisgrat Summa enl	0,6	0,6
275 Potatisgrat Summa flei	0	0
275 Potatisgrat Fettsyra 4:(	0,3	0,3
275 Potatisgrat Fettsyra 12	0,1	0,1
275 Potatisgrat Fettsyra 14	0,3	0,3
275 Potatisgrat Fettsyra 16	0,7	0,7
275 Potatisgrat Fettsyra 18	0,3	0,3
275 Potatisgrat Fettsyra 20	0	0
275 Potatisgrat Fettsyra 16	0	0
275 Potatisgrat Fettsyra 18	0,5	0,5
275 Potatisgrat Fettsyra 18	0	0
275 Potatisgrat Fettsyra 18	0	0
275 Potatisgrat Summa tra	0,1	0,1
275 Potatisgrat Kolesterol	7,3	7,2
275 Potatisgrat Monosacke	0,4	0,4
275 Potatisgrat Disackaride	1,2	1,2
275 Potatisgrat Sackaros	0,3	0,3
275 Potatisgrat Energi (kJ)	403	396
275 Potatisgrat Energi (kca	96	95
275 Potatisgrat Aska	1,8	1,7
275 Potatisgrat Vatten	76,6	77
275 Potatisgrat Avfall (skal	17	17
275 Potatisgrat Kolhydrate	13,3	13
275 Potatisgrat Protein	3,9	3,9
275 Potatisgrat Fibrer	1,8	1,8
275 Potatisgrat Fett	2,6	2,5
275 Potatisgrat Fosfor	87	85
275 Potatisgrat Jod	38	37
275 Potatisgrat Järn	0,09	0,09
275 Potatisgrat Kalcium	81	79
275 Potatisgrat Kalium	331	325
275 Potatisgrat Magnesium	21	21
275 Potatisgrat Natrium	311	305
275 Potatisgrat Selen	1,1	1,1
275 Potatisgrat Zink	0,51	0,5

275 Potatisgrat Retinolekvi	23	23
275 Potatisgrat Retinol	21	20
275 Potatisgrat Vitamin D	0,02	0,02
275 Potatisgrat Vitamin E	0,17	0,17
275 Potatisgrat $\beta$ -Karoten	33	32
275 Potatisgrat Vitamin K	1	1
275 Potatisgrat Tiamin	0,05	0,05
275 Potatisgrat Riboflavin	0,06	0,06
275 Potatisgrat Vitamin C	10	10
275 Potatisgrat Niacin	1,5	1,5
275 Potatisgrat Niacinekviv	2,3	2,3
275 Potatisgrat Vitamin B1	0,15	0,15
275 Potatisgrat Vitamin B6	0,12	0,12
275 Potatisgrat Folat	21	21
275 Potatisgrat Salt	0,8	0,8
278 Potatismos Summa mä	0,2	0,2
278 Potatismos Summa enl	0,6	0,6
278 Potatismos Summa flei	0,3	0,3
278 Potatismos Fettsyra 4:(	0	0
278 Potatismos Fettsyra 12	0	0
278 Potatismos Fettsyra 14	0	0
278 Potatismos Fettsyra 16	0,1	0,1
278 Potatismos Fettsyra 18	0	0
278 Potatismos Fettsyra 18	0,5	0,6
278 Potatismos Fettsyra 18	0,2	0,2
278 Potatismos Fettsyra 18	0,1	0,1
278 Potatismos Summa tra	0	0
278 Potatismos Kolesterol	0,5	0,5
278 Potatismos Monosacke	0,2	0,2
278 Potatismos Disackaride	1,1	1,1
278 Potatismos Sackaros	0,2	0,2
278 Potatismos Energi (kJ)	349	352
278 Potatismos Energi (kca	83	84
278 Potatismos Aska	1,3	1,3
278 Potatismos Vatten	78,5	78,5
278 Potatismos Avfall (skal	9	9
278 Potatismos Kolhydrate	15,3	15,3
278 Potatismos Protein	2,1	2,1
278 Potatismos Fibrer	1,7	1,7
278 Potatismos Fett	1,1	1,2
278 Potatismos Fosfor	52	52
278 Potatismos Jod	30	30
278 Potatismos Järn	0,3	0,3
278 Potatismos Kalcium	25	25
278 Potatismos Kalium	290	249
278 Potatismos Magnesiur	18	18
278 Potatismos Natrium	250	250
278 Potatismos Selen	0,3	0,3
278 Potatismos Zink	0,25	0,25
278 Potatismos Retinolekvi	14	14

278 Potatismos Retinol	7	7
278 Potatismos Vitamin D	0,19	0,19
278 Potatismos Vitamin E	0,29	0,29
278 Potatismos $\beta$ -Karoten	4	4
278 Potatismos Vitamin K	1	1
278 Potatismos Tiamin	0,04	0,04
278 Potatismos Riboflavin	0,04	0,04
278 Potatismos Vitamin C	6	6
278 Potatismos Niacin	1,5	1,5
278 Potatismos Niacinekviv	1,9	1,9
278 Potatismos Vitamin B1	0,07	0,07
278 Potatismos Vitamin B6	0,1	0,1
278 Potatismos Folat	11	11
278 Potatismos Salt	0,6	0,6
306 Morötter s Summa mä	0,8	0,8
306 Morötter s Summa enl	1,4	1,5
306 Morötter s Summa flei	0,7	0,8
306 Morötter s Fettsyra 4:(	0,1	0,1
306 Morötter s Fettsyra 12	0	0
306 Morötter s Fettsyra 14	0,1	0,1
306 Morötter s Fettsyra 16	0,4	0,4
306 Morötter s Fettsyra 18	0,1	0,2
306 Morötter s Fettsyra 20	0	0
306 Morötter s Fettsyra 16	0	0
306 Morötter s Fettsyra 18	1,4	1,5
306 Morötter s Fettsyra 18	0,5	0,5
306 Morötter s Fettsyra 18	0,2	0,2
306 Morötter s Summa tra	0	0
306 Morötter s Kolesterol	2,6	2,6
306 Morötter s Monosacke	2,5	2,5
306 Morötter s Disackaride	3,7	3,7
306 Morötter s Sackaros	2,4	2,4
306 Morötter s Energi (kJ)	313	320
306 Morötter s Energi (kca	75	77
306 Morötter s Aska	1,7	1,7
306 Morötter s Vatten	83,9	83,9
306 Morötter s Avfall (skal	10	10
306 Morötter s Kolhydrate	9,4	9,4
306 Morötter s Protein	1,7	1,7
306 Morötter s Fibrer	1,6	1,6
306 Morötter s Fett	3	3,2
306 Morötter s Fosfor	44	44
306 Morötter s Jod	49	49
306 Morötter s Järn	0,23	0,23
306 Morötter s Kalcium	49	49
306 Morötter s Kalium	200	175
306 Morötter s Magnesium	14	14
306 Morötter s Natrium	429	428
306 Morötter s Selen	0,9	0,9
306 Morötter s Zink	0,34	0,34

306 Morötter s Retinolekvi	447	446
306 Morötter s Retinol	6	6
306 Morötter s Vitamin D	0,25	0,25
306 Morötter s Vitamin E	0,79	0,79
306 Morötter s $\beta$ -Karoten	4361	4350
306 Morötter s Vitamin K	0	0
306 Morötter s Tiamin	0,05	0,05
306 Morötter s Riboflavin	0,06	0,06
306 Morötter s Vitamin C	3	3
306 Morötter s Niacin	0,8	0,8
306 Morötter s Niacinekviv	1,1	1,1
306 Morötter s Vitamin B1	0,1	0,1
306 Morötter s Vitamin B6	0,05	0,05
306 Morötter s Folat	7	7
306 Morötter s Salt	1,1	1,1
307 Morotssop Summa mä	0,9	0,9
307 Morotssop Summa enl	0,8	0,8
307 Morotssop Summa flei	0,3	0,3
307 Morotssop Fettsyra 16	0,4	0,4
307 Morotssop Fettsyra 18	0,2	0,2
307 Morotssop Fettsyra 18	0,7	0,8
307 Morotssop Fettsyra 18	0,2	0,2
307 Morotssop Fettsyra 18	0,1	0,1
307 Morotssop Energi (kJ)	180	183
307 Morotssop Energi (kca)	43	44
307 Morotssop Fett	2,1	2,2
308 Morots- o $\dot{\text{z}}$ Summa mä	0,3	0,3
308 Morots- o $\dot{\text{z}}$ Summa enl	0,5	0,6
308 Morots- o $\dot{\text{z}}$ Summa flei	0,3	0,3
308 Morots- o $\dot{\text{z}}$ Fettsyra 4:(	0	0
308 Morots- o $\dot{\text{z}}$ Fettsyra 12	0	0
308 Morots- o $\dot{\text{z}}$ Fettsyra 14	0	0
308 Morots- o $\dot{\text{z}}$ Fettsyra 16	0,1	0,1
308 Morots- o $\dot{\text{z}}$ Fettsyra 18	0,1	0,1
308 Morots- o $\dot{\text{z}}$ Fettsyra 20	0	0
308 Morots- o $\dot{\text{z}}$ Fettsyra 16	0	0
308 Morots- o $\dot{\text{z}}$ Fettsyra 18	0,5	0,5
308 Morots- o $\dot{\text{z}}$ Fettsyra 18	0,2	0,2
308 Morots- o $\dot{\text{z}}$ Fettsyra 18	0,1	0,1
308 Morots- o $\dot{\text{z}}$ Summa tra	0	0
308 Morots- o $\dot{\text{z}}$ Kolesterol	0,6	0,6
308 Morots- o $\dot{\text{z}}$ Monosacke	0,9	0,9
308 Morots- o $\dot{\text{z}}$ Disackaride	1,6	1,6
308 Morots- o $\dot{\text{z}}$ Sackaros	1,4	1,3
308 Morots- o $\dot{\text{z}}$ Energi (kJ)	166	168
308 Morots- o $\dot{\text{z}}$ Energi (kca)	40	40
308 Morots- o $\dot{\text{z}}$ Aska	1,1	1,1
308 Morots- o $\dot{\text{z}}$ Vatten	89,8	89,9
308 Morots- o $\dot{\text{z}}$ Avfall (skal	5	5
308 Morots- o $\dot{\text{z}}$ Kolhydrate	5,1	5,1

308 Morots- o ð Protein	1,5	1,5
308 Morots- o ð Fibrer	1,5	1,5
308 Morots- o ð Fett	1,1	1,2
308 Morots- o ð Fosfor	29	29
308 Morots- o ð Jod	10	10
308 Morots- o ð Järn	0,28	0,28
308 Morots- o ð Kalcium	18	18
308 Morots- o ð Kalium	112	95
308 Morots- o ð Magnesium	10	10
308 Morots- o ð Natrium	238	236
308 Morots- o ð Selen	0,3	0,3
308 Morots- o ð Zink	0,23	0,23
308 Morots- o ð Retinolekvi	130	129
308 Morots- o ð Retinol	1	1
308 Morots- o ð Vitamin D	0,09	0,09
308 Morots- o ð Vitamin E	0,32	0,32
308 Morots- o ð $\beta$ -Karoten	1272	1264
308 Morots- o ð Vitamin K	0	0
308 Morots- o ð Tiamin	0,06	0,06
308 Morots- o ð Riboflavin	0,04	0,04
308 Morots- o ð Vitamin C	7	7
308 Morots- o ð Niacin	0,8	0,8
308 Morots- o ð Niacinekviv	1,1	1,1
308 Morots- o ð Vitamin B1	0,02	0,02
308 Morots- o ð Vitamin B6	0,04	0,04
308 Morots- o ð Folat	11	11
308 Morots- o ð Salt	0,6	0,6
312 Rotselleri k Summa mä	0,1	0,1
312 Rotselleri k Summa enl	0	0
312 Rotselleri k Summa flei	0,3	0,3
312 Rotselleri k Fettsyra 16	0,1	0,1
312 Rotselleri k Fettsyra 18	0	0
312 Rotselleri k Fettsyra 18	0	0
312 Rotselleri k Fettsyra 18	0,3	0,3
312 Rotselleri k Fettsyra 18	0	0
312 Rotselleri k Monosackæ	0,9	0,9
312 Rotselleri k Disackaride	3,1	3
312 Rotselleri k Sackaros	3,1	3
312 Rotselleri k Energi (kJ)	166	164
312 Rotselleri k Energi (kca	40	39
312 Rotselleri k Aska	1,5	1,6
312 Rotselleri k Vatten	87,5	87,6
312 Rotselleri k Avfall (skal	27	27
312 Rotselleri k Kolhydrate	5,4	5,3
312 Rotselleri k Protein	1,6	1,6
312 Rotselleri k Fibrer	3,4	3,4
312 Rotselleri k Fett	0,5	0,5
312 Rotselleri k Fosfor	76	75
312 Rotselleri k Jod	24	29
312 Rotselleri k Järn	0,44	0,44



312 Rotselleri k Kalcium	40	40
312 Rotselleri k Kalium	514	427
312 Rotselleri k Magnesium	18	17
312 Rotselleri k Natrium	184	222
312 Rotselleri k Selen	0,8	0,8
312 Rotselleri k Zink	0,44	0,43
312 Rotselleri k Vitamin E	0,88	0,86
312 Rotselleri k $\beta$ -Karoten	1	1
312 Rotselleri k Tiamin	0,04	0,04
312 Rotselleri k Riboflavin	0,1	0,1
312 Rotselleri k Vitamin C	5	5
312 Rotselleri k Niacin	1,1	1,1
312 Rotselleri k Niacinekviv	1,4	1,4
312 Rotselleri k Vitamin B6	0,13	0,13
312 Rotselleri k Folat	9	9
312 Rotselleri k Salt	0,5	0,6
314 Rotsaksgry Summa mä	0,3	0,4
314 Rotsaksgry Summa enl	1,5	1,6
314 Rotsaksgry Summa flei	0,9	0,9
314 Rotsaksgry Fettsyra 12	0	0
314 Rotsaksgry Fettsyra 14	0	0
314 Rotsaksgry Fettsyra 16	0,2	0,2
314 Rotsaksgry Fettsyra 18	0,1	0,1
314 Rotsaksgry Fettsyra 16	0	0
314 Rotsaksgry Fettsyra 18	1,4	1,6
314 Rotsaksgry Fettsyra 18	0,6	0,6
314 Rotsaksgry Fettsyra 18	0,2	0,2
314 Rotsaksgry Summa tra	0	0
314 Rotsaksgry Kolesterol	0,1	0,1
314 Rotsaksgry Monosacke	2,9	2,8
314 Rotsaksgry Disackaride	1,8	1,8
314 Rotsaksgry Sackaros	1,8	1,8
314 Rotsaksgry Energi (kJ)	269	276
314 Rotsaksgry Energi (kca)	64	66
314 Rotsaksgry Aska	2	2
314 Rotsaksgry Vatten	84,5	84,6
314 Rotsaksgry Avfall (skal	16	15
314 Rotsaksgry Kolhydrate	7,4	7,4
314 Rotsaksgry Protein	1,2	1,2
314 Rotsaksgry Fibrer	2,7	2,7
314 Rotsaksgry Fett	2,7	2,9
314 Rotsaksgry Fosfor	51	51
314 Rotsaksgry Jod	1	1
314 Rotsaksgry Järn	0,41	0,4
314 Rotsaksgry Kalcium	41	41
314 Rotsaksgry Kalium	274	271
314 Rotsaksgry Magnesium	17	17
314 Rotsaksgry Natrium	473	469
314 Rotsaksgry Selen	0,2	0,2
314 Rotsaksgry Zink	0,36	0,35

314 Rotsaksgry Retinolekvi	212	210
314 Rotsaksgry Vitamin D	0,29	0,29
314 Rotsaksgry Vitamin E	0,91	0,9
314 Rotsaksgry $\beta$ -Karoten	1960	1943
314 Rotsaksgry Tiamin	0,04	0,04
314 Rotsaksgry Riboflavin	0,05	0,05
314 Rotsaksgry Vitamin C	7	7
314 Rotsaksgry Niacin	0,9	0,9
314 Rotsaksgry Niacinekviv	1,1	1,1
314 Rotsaksgry Vitamin B6	0,08	0,08
314 Rotsaksgry Folat	37	36
314 Rotsaksgry Salt	1,2	1,2
315 Rotsaksbiff Summa mä	1,3	1,3
315 Rotsaksbiff Summa enl	3,2	3,5
315 Rotsaksbiff Summa flei	1,6	1,7
315 Rotsaksbiff Fettsyra 16	0,8	0,8
315 Rotsaksbiff Fettsyra 18	0,3	0,3
315 Rotsaksbiff Fettsyra 18	3,1	3,4
315 Rotsaksbiff Fettsyra 18	1,1	1,2
315 Rotsaksbiff Fettsyra 18	0,3	0,4
315 Rotsaksbiff Energi (kJ)	446	459
315 Rotsaksbiff Energi (kca	107	110
315 Rotsaksbiff Fett	6,7	7,1
317 Rödbetssoj Summa mä	0,1	0,1
317 Rödbetssoj Summa enl	0,3	0,3
317 Rödbetssoj Summa flei	0,1	0,2
317 Rödbetssoj Fettsyra 12	0	0
317 Rödbetssoj Fettsyra 14	0	0
317 Rödbetssoj Fettsyra 16	0	0
317 Rödbetssoj Fettsyra 18	0	0
317 Rödbetssoj Fettsyra 16	0	0
317 Rödbetssoj Fettsyra 18	0,3	0,3
317 Rödbetssoj Fettsyra 18	0,1	0,1
317 Rödbetssoj Fettsyra 18	0	0
317 Rödbetssoj Summa tra	0	0
317 Rödbetssoj Kolesterol	0	0
317 Rödbetssoj Monosacke	0,8	0,8
317 Rödbetssoj Disackaride	1,8	1,7
317 Rödbetssoj Sackaros	1,8	1,7
317 Rödbetssoj Energi (kJ)	90	91
317 Rödbetssoj Energi (kca	22	22
317 Rödbetssoj Aska	0,7	0,7
317 Rödbetssoj Vatten	93,8	93,8
317 Rödbetssoj Avfall (skal	8	7
317 Rödbetssoj Kolhydrate	3,1	3,1
317 Rödbetssoj Protein	0,7	0,7
317 Rödbetssoj Fibrer	0,9	0,9
317 Rödbetssoj Fett	0,5	0,5
317 Rödbetssoj Fosfor	16	15
317 Rödbetssoj Jod	0	0

317 Rödbetssoj Järn	0,18	0,18
317 Rödbetssoj Kalcium	15	15
317 Rödbetssoj Kalium	110	92
317 Rödbetssoj Magnesium	8	8
317 Rödbetssoj Natrium	170	169
317 Rödbetssoj Selen	0,5	0,5
317 Rödbetssoj Zink	0,21	0,21
317 Rödbetssoj Retinolekvi	35	35
317 Rödbetssoj Vitamin D	0,05	0,05
317 Rödbetssoj Vitamin E	0,15	0,15
317 Rödbetssoj $\beta$ -Karoten	321	320
317 Rödbetssoj Tiamin	0,01	0,01
317 Rödbetssoj Riboflavin	0,01	0,01
317 Rödbetssoj Vitamin C	3	3
317 Rödbetssoj Niacin	0,2	0,2
317 Rödbetssoj Niacinekviv	0,3	0,3
317 Rödbetssoj Vitamin B6	0,03	0,03
317 Rödbetssoj Folat	19	19
317 Rödbetssoj Salt	0,4	0,4
433 Blomkål gr: Summa mä	1,5	1,5
433 Blomkål gr: Summa enl	1,4	1,5
433 Blomkål gr: Summa flei	0,6	0,6
433 Blomkål gr: Fettsyra 16	0,7	0,7
433 Blomkål gr: Fettsyra 18	0,3	0,3
433 Blomkål gr: Fettsyra 18	1,4	1,5
433 Blomkål gr: Fettsyra 18	0,4	0,4
433 Blomkål gr: Fettsyra 18	0,2	0,2
433 Blomkål gr: Energi (kJ)	290	296
433 Blomkål gr: Energi (kca	69	71
433 Blomkål gr: Fett	3,7	3,9
435 Blomkålst Summa mä	0,9	0,9
435 Blomkålst Summa enl	0,8	0,9
435 Blomkålst Summa flei	0,4	0,4
435 Blomkålst Fettsyra 4:(	0,1	0,1
435 Blomkålst Fettsyra 12	0	0
435 Blomkålst Fettsyra 14	0,1	0,1
435 Blomkålst Fettsyra 16	0,4	0,4
435 Blomkålst Fettsyra 18	0,2	0,2
435 Blomkålst Fettsyra 20	0	0
435 Blomkålst Fettsyra 16	0	0
435 Blomkålst Fettsyra 18	0,8	0,9
435 Blomkålst Fettsyra 18	0,2	0,3
435 Blomkålst Fettsyra 18	0,1	0,1
435 Blomkålst Summa tra	0	0
435 Blomkålst Kolesterol	3,8	3,8
435 Blomkålst Monosacke	1	1
435 Blomkålst Disackaride	2	2
435 Blomkålst Sackaros	0,1	0,1
435 Blomkålst Energi (kJ)	236	240
435 Blomkålst Energi (kca	56	57

435 Blomkålsst Aska	1	1
435 Blomkålsst Vatten	86,9	86,9
435 Blomkålsst Avfall (skal	12	12
435 Blomkålsst Kolhydrater	5,9	5,9
435 Blomkålsst Protein	2,4	2,4
435 Blomkålsst Fibrer	1,5	1,5
435 Blomkålsst Fett	2,2	2,3
435 Blomkålsst Fosfor	62	62
435 Blomkålsst Jod	20	20
435 Blomkålsst Järn	0,27	0,27
435 Blomkålsst Kalcium	55	55
435 Blomkålsst Kalium	241	212
435 Blomkålsst Magnesium	12	12
435 Blomkålsst Natrium	138	137
435 Blomkålsst Selen	1	1
435 Blomkålsst Zink	0,42	0,42
435 Blomkålsst Retinolekvi	21	21
435 Blomkålsst Retinol	9	9
435 Blomkålsst Vitamin D	0,13	0,12
435 Blomkålsst Vitamin E	0,28	0,28
435 Blomkålsst $\beta$ -Karoten	33	33
435 Blomkålsst Vitamin K	0	0
435 Blomkålsst Tiamin	0,06	0,06
435 Blomkålsst Riboflavin	0,07	0,07
435 Blomkålsst Vitamin C	19	19
435 Blomkålsst Niacin	0,5	0,5
435 Blomkålsst Niacinekviv	1	1
435 Blomkålsst Vitamin B1	0,14	0,14
435 Blomkålsst Vitamin B6	0,09	0,09
435 Blomkålsst Folat	21	21
435 Blomkålsst Salt	0,3	0,3
436 Gröna bönor Summa mä	0,8	0,8
436 Gröna bönor Summa enl	1,9	2,1
436 Gröna bönor Summa flei	0,9	1
436 Gröna bönor Fettsyra 4:(	0,1	0,1
436 Gröna bönor Fettsyra 12	0	0
436 Gröna bönor Fettsyra 14	0,1	0,1
436 Gröna bönor Fettsyra 16	0,3	0,4
436 Gröna bönor Fettsyra 18	0,2	0,2
436 Gröna bönor Fettsyra 20	0	0
436 Gröna bönor Fettsyra 16	0	0
436 Gröna bönor Fettsyra 18	1,9	2
436 Gröna bönor Fettsyra 18	0,6	0,7
436 Gröna bönor Fettsyra 18	0,3	0,3
436 Gröna bönor Summa tra	0	0
436 Gröna bönor Kolesterol	1,9	1,9
436 Gröna bönor Monosacke	0,7	0,7
436 Gröna bönor Disackaride	1,3	1,3
436 Gröna bönor Sackaros	0,3	0,3
436 Gröna bönor Energi (kJ)	275	285

436 Gröna bönor	Energi (kcal)	66	68
436 Gröna bönor	Aska	1	1
436 Gröna bönor	Vatten	85,9	86
436 Gröna bönor	Kolhydrater	5	5
436 Gröna bönor	Protein	2	2
436 Gröna bönor	Fibrer	2,3	2,3
436 Gröna bönor	Fett	3,7	4
436 Gröna bönor	Fosfor	42	42
436 Gröna bönor	Jod	17	17
436 Gröna bönor	Järn	0,54	0,53
436 Gröna bönor	Kalcium	55	54
436 Gröna bönor	Kalium	185	159
436 Gröna bönor	Magnesium	18	18
436 Gröna bönor	Natrium	188	186
436 Gröna bönor	Selen	0,7	0,7
436 Gröna bönor	Zink	0,37	0,37
436 Gröna bönor	Retinolekval	53	52
436 Gröna bönor	Retinol	5	5
436 Gröna bönor	Vitamin D	0,36	0,36
436 Gröna bönor	Vitamin E	0,73	0,72
436 Gröna bönor	$\beta$ -Karoten	234	232
436 Gröna bönor	Vitamin K	0	0
436 Gröna bönor	Tiamin	0,07	0,07
436 Gröna bönor	Riboflavin	0,07	0,07
436 Gröna bönor	Vitamin C	6	6
436 Gröna bönor	Niacin	0,6	0,5
436 Gröna bönor	Niacinekvival	0,9	0,9
436 Gröna bönor	Vitamin B1	0,07	0,07
436 Gröna bönor	Vitamin B6	0,03	0,03
436 Gröna bönor	Folat	10	10
436 Gröna bönor	Salt	0,5	0,5
437 Grönkålsso	Summa mä	0,2	0,2
437 Grönkålsso	Summa enl	0,8	0,8
437 Grönkålsso	Summa flei	0,5	0,5
437 Grönkålsso	Fettsyra 12	0	0
437 Grönkålsso	Fettsyra 14	0	0
437 Grönkålsso	Fettsyra 16	0,1	0,1
437 Grönkålsso	Fettsyra 18	0,1	0,1
437 Grönkålsso	Fettsyra 16	0	0
437 Grönkålsso	Fettsyra 18	0,7	0,8
437 Grönkålsso	Fettsyra 18	0,3	0,3
437 Grönkålsso	Fettsyra 18	0,2	0,2
437 Grönkålsso	Summa tra	0	0
437 Grönkålsso	Monosackarid	0,2	0,2
437 Grönkålsso	Disackarid	0,1	0,1
437 Grönkålsso	Sackaros	0,1	0,1
437 Grönkålsso	Energi (kJ)	117	121
437 Grönkålsso	Energi (kcal)	28	29
437 Grönkålsso	Aska	1,1	1
437 Grönkålsso	Vatten	93,4	93,4

437 Grönkålsso Kolhydrat	2	2
437 Grönkålsso Protein	1,3	1,2
437 Grönkålsso Fibrer	0,8	0,8
437 Grönkålsso Fett	1,5	1,6
437 Grönkålsso Fosfor	13	13
437 Grönkålsso Jod	0	0
437 Grönkålsso Järn	0,21	0,21
437 Grönkålsso Kalcium	44	44
437 Grönkålsso Kalium	107	91
437 Grönkålsso Magnesium	8	8
437 Grönkålsso Natrium	194	193
437 Grönkålsso Selen	0,7	0,7
437 Grönkålsso Zink	0,07	0,07
437 Grönkålsso Retinolekvi	68	68
437 Grönkålsso Vitamin D	0,14	0,14
437 Grönkålsso Vitamin E	1,06	1,05
437 Grönkålsso $\beta$ -Karoten	678	676
437 Grönkålsso Vitamin K	0	0
437 Grönkålsso Tiamin	0,06	0,06
437 Grönkålsso Riboflavin	0,05	0,05
437 Grönkålsso Vitamin C	11	11
437 Grönkålsso Niacin	0,8	0,8
437 Grönkålsso Niacinekviv	1	1
437 Grönkålsso Vitamin B6	0,03	0,03
437 Grönkålsso Folat	7	7
437 Grönkålsso Salt	0,5	0,5
439 Grönsaksbi Summa mä	0,7	0,7
439 Grönsaksbi Summa enl	2,7	2,9
439 Grönsaksbi Summa flei	2,1	2,2
439 Grönsaksbi Fettsyra 12	0	0
439 Grönsaksbi Fettsyra 14	0	0
439 Grönsaksbi Fettsyra 16	0,4	0,4
439 Grönsaksbi Fettsyra 18	0,2	0,2
439 Grönsaksbi Fettsyra 20	0	0
439 Grönsaksbi Fettsyra 16	0	0
439 Grönsaksbi Fettsyra 18	2,7	2,9
439 Grönsaksbi Fettsyra 18	1,6	1,7
439 Grönsaksbi Fettsyra 18	0,5	0,5
439 Grönsaksbi Summa tra	0	0
439 Grönsaksbi Monosacke	1,3	1,3
439 Grönsaksbi Disackaride	0,9	0,8
439 Grönsaksbi Sackaros	0,9	0,8
439 Grönsaksbi Energi (kJ)	523	532
439 Grönsaksbi Energi (kca)	125	127
439 Grönsaksbi Aska	1,2	1,2
439 Grönsaksbi Vatten	73	73,4
439 Grönsaksbi Avfall (skal	5	5
439 Grönsaksbi Kolhydrat	12,3	12,1
439 Grönsaksbi Protein	4,7	4,6
439 Grönsaksbi Fibrer	2,9	2,9

439 Grönsaksbi Fett	5,7	6,1
439 Grönsaksbi Fosfor	90	89
439 Grönsaksbi Jod	3	3
439 Grönsaksbi Järn	0,78	0,77
439 Grönsaksbi Kalcium	24	24
439 Grönsaksbi Kalium	346	342
439 Grönsaksbi Magnesium	32	31
439 Grönsaksbi Natrium	145	143
439 Grönsaksbi Selen	0,8	0,8
439 Grönsaksbi Zink	0,66	0,65
439 Grönsaksbi Retinolekvi	47	46
439 Grönsaksbi Vitamin D	0,47	0,46
439 Grönsaksbi Vitamin E	1,07	1,06
439 Grönsaksbi $\beta$ -Karoten	113	112
439 Grönsaksbi Vitamin K	0	0
439 Grönsaksbi Tiamin	0,11	0,11
439 Grönsaksbi Riboflavin	0,08	0,08
439 Grönsaksbi Vitamin C	8	8
439 Grönsaksbi Niacin	1,4	1,4
439 Grönsaksbi Niacinekviv	2,2	2,2
439 Grönsaksbi Vitamin B6	0,13	0,12
439 Grönsaksbi Folat	25	25
439 Grönsaksbi Salt	0,4	0,4
447 Löksås (ber Summa mä	1,1	1,2
447 Löksås (ber Summa enl	2,4	2,6
447 Löksås (ber Summa flei	1,1	1,2
447 Löksås (ber Fettsyra 4:(	0,1	0,1
447 Löksås (ber Fettsyra 12	0	0
447 Löksås (ber Fettsyra 14	0,1	0,1
447 Löksås (ber Fettsyra 16	0,5	0,5
447 Löksås (ber Fettsyra 18	0,2	0,2
447 Löksås (ber Fettsyra 20	0	0
447 Löksås (ber Fettsyra 16	0	0
447 Löksås (ber Fettsyra 18	2,4	2,6
447 Löksås (ber Fettsyra 18	0,8	0,8
447 Löksås (ber Fettsyra 18	0,3	0,3
447 Löksås (ber Summa tra	0,1	0,1
447 Löksås (ber Kolesterol	3,6	3,5
447 Löksås (ber Monosacke	1	1
447 Löksås (ber Disackaride	2,3	2,3
447 Löksås (ber Sackaros	0,6	0,6
447 Löksås (ber Energi (kJ)	323	333
447 Löksås (ber Energi (kca	77	80
447 Löksås (ber Aska	0,9	1,2
447 Löksås (ber Vatten	84,5	84,4
447 Löksås (ber Avfall (skal	2	2
447 Löksås (ber Kolhydrate	6,2	6,1
447 Löksås (ber Protein	2,1	2,1
447 Löksås (ber Fibrer	0,5	0,5
447 Löksås (ber Fett	4,8	5,1

447 Löksås (ber Fosfor	49	49
447 Löksås (ber Jod	5	14
447 Löksås (ber Järn	0,18	0,2
447 Löksås (ber Kalcium	50	49
447 Löksås (ber Kalium	121	113
447 Löksås (ber Magnesium	9	10
447 Löksås (ber Natrium	125	252
447 Löksås (ber Selen	0,7	0,7
447 Löksås (ber Zink	0,25	0,25
447 Löksås (ber Retinolekvi	47	46
447 Löksås (ber Retinol	9	9
447 Löksås (ber Vitamin D	0,45	0,44
447 Löksås (ber Vitamin E	0,96	0,94
447 Löksås (ber $\beta$ -Karoten	28	28
447 Löksås (ber Vitamin K	0	0
447 Löksås (ber Tiamin	0,06	0,06
447 Löksås (ber Riboflavin	0,07	0,07
447 Löksås (ber Vitamin C	4	4
447 Löksås (ber Niacin	0,5	0,5
447 Löksås (ber Niacinekviv	0,9	0,9
447 Löksås (ber Vitamin B1	0,13	0,13
447 Löksås (ber Vitamin B6	0,06	0,06
447 Löksås (ber Folat	8	8
447 Löksås (ber Salt	0,3	0,6
450 Nässelsopp Summa mä	0,3	0,3
450 Nässelsopp Summa enl	1,1	1,2
450 Nässelsopp Summa flei	0,6	0,6
450 Nässelsopp Fettsyra 12	0	0
450 Nässelsopp Fettsyra 14	0	0
450 Nässelsopp Fettsyra 16	0,1	0,1
450 Nässelsopp Fettsyra 18	0,1	0,1
450 Nässelsopp Fettsyra 16	0	0
450 Nässelsopp Fettsyra 18	1,1	1,2
450 Nässelsopp Fettsyra 18	0,4	0,4
450 Nässelsopp Fettsyra 18	0,2	0,2
450 Nässelsopp Summa tra	0	0
450 Nässelsopp Monosacke	0,2	0,2
450 Nässelsopp Disackaride	0,1	0,1
450 Nässelsopp Sackaros	0	0
450 Nässelsopp Energi (kJ)	136	142
450 Nässelsopp Energi (kca	32	34
450 Nässelsopp Aska	1,4	1,4
450 Nässelsopp Vatten	92,6	92,6
450 Nässelsopp Avfall (skal	2	2
450 Nässelsopp Kolhydrate	1,9	1,9
450 Nässelsopp Protein	1,4	1,4
450 Nässelsopp Fibrer	0,7	0,7
450 Nässelsopp Fett	2	2,2
450 Nässelsopp Fosfor	25	25
450 Nässelsopp Jod	0	0



450 Nässelsopp Järn	1,73	1,72
450 Nässelsopp Kalcium	83	83
450 Nässelsopp Kalium	113	95
450 Nässelsopp Magnesium	16	16
450 Nässelsopp Natrium	226	226
450 Nässelsopp Selen	0,1	0,1
450 Nässelsopp Zink	0,29	0,29
450 Nässelsopp Retinolekvi	53	53
450 Nässelsopp Vitamin D	0,21	0,2
450 Nässelsopp Vitamin E	0,72	0,72
450 Nässelsopp $\beta$ -Karoten	440	438
450 Nässelsopp Vitamin K	0	0
450 Nässelsopp Tiamin	0,08	0,08
450 Nässelsopp Riboflavin	0,05	0,05
450 Nässelsopp Vitamin C	20	20
450 Nässelsopp Niacin	0,8	0,8
450 Nässelsopp Niacinekviv	1	1
450 Nässelsopp Vitamin B6	0,04	0,04
450 Nässelsopp Folat	26	26
450 Nässelsopp Salt	0,6	0,6
453 Rödkål bryi Summa mä	0,3	0,3
453 Rödkål bryi Summa enl	1,2	1,3
453 Rödkål bryi Summa flei	0,8	0,8
453 Rödkål bryi Fettsyra 12	0	0
453 Rödkål bryi Fettsyra 14	0	0
453 Rödkål bryi Fettsyra 16	0,2	0,2
453 Rödkål bryi Fettsyra 18	0	0,1
453 Rödkål bryi Fettsyra 16	0	0
453 Rödkål bryi Fettsyra 18	1,2	1,3
453 Rödkål bryi Fettsyra 18	0,5	0,5
453 Rödkål bryi Fettsyra 18	0,2	0,2
453 Rödkål bryi Summa tra	0	0
453 Rödkål bryi Monosackarid	5,7	5,4
453 Rödkål bryi Disackarid	2,2	2,1
453 Rödkål bryi Sackaros	2,2	2,1
453 Rödkål bryi Energi (kJ)	286	282
453 Rödkål bryi Energi (kcal)	68	67
453 Rödkål bryi Aska	1,6	1,5
453 Rödkål bryi Vatten	82,7	83,4
453 Rödkål bryi Avfall (skal)	23	22
453 Rödkål bryi Kolhydrat	8,8	8,4
453 Rödkål bryi Protein	1,6	1,6
453 Rödkål bryi Fiber	2,5	2,4
453 Rödkål bryi Fett	2,4	2,5
453 Rödkål bryi Fosfor	37	35
453 Rödkål bryi Jod	36	35
453 Rödkål bryi Järn	0,48	0,46
453 Rödkål bryi Kalcium	42	41
453 Rödkål bryi Kalium	343	328
453 Rödkål bryi Magnesium	17	16

453 Rödkål bryi Natrium	297	284
453 Rödkål bryi Selen	1	1
453 Rödkål bryi Zink	0,33	0,32
453 Rödkål bryi Retinolekvi	22	21
453 Rödkål bryi Vitamin D	0,25	0,24
453 Rödkål bryi Vitamin E	0,6	0,57
453 Rödkål bryi $\beta$ -Karoten	19	18
453 Rödkål bryi Tiamin	0,04	0,04
453 Rödkål bryi Riboflavin	0,02	0,02
453 Rödkål bryi Vitamin C	28	27
453 Rödkål bryi Niacin	0,4	0,3
453 Rödkål bryi Niacinekviv	0,6	0,6
453 Rödkål bryi Vitamin B6	0,14	0,14
453 Rödkål bryi Folat	17	16
453 Rödkål bryi Salt	0,7	0,7
454 Sparrisstuv Summa mä	1,1	1,1
454 Sparrisstuv Summa enl	1,1	1,1
454 Sparrisstuv Summa flei	0,5	0,5
454 Sparrisstuv Fettsyra 4:(	0,1	0,1
454 Sparrisstuv Fettsyra 12	0	0
454 Sparrisstuv Fettsyra 14	0,1	0,1
454 Sparrisstuv Fettsyra 16	0,5	0,5
454 Sparrisstuv Fettsyra 18	0,2	0,2
454 Sparrisstuv Fettsyra 20	0	0
454 Sparrisstuv Fettsyra 16	0	0
454 Sparrisstuv Fettsyra 18	1	1,1
454 Sparrisstuv Fettsyra 18	0,3	0,4
454 Sparrisstuv Fettsyra 18	0,1	0,1
454 Sparrisstuv Summa tra	0,1	0
454 Sparrisstuv Kolesterol	4,8	4,7
454 Sparrisstuv Monosackæ	0,6	0,6
454 Sparrisstuv Disackaride	2,5	2,4
454 Sparrisstuv Sackaros	0,1	0,1
454 Sparrisstuv Energi (kJ)	277	279
454 Sparrisstuv Energi (kca	66	67
454 Sparrisstuv Aska	1	1
454 Sparrisstuv Vatten	85,5	85,6
454 Sparrisstuv Avfall (skal	28	27
454 Sparrisstuv Kolhydrate	6	5,9
454 Sparrisstuv Protein	3,7	3,7
454 Sparrisstuv Fibrer	1	1
454 Sparrisstuv Fett	2,8	2,9
454 Sparrisstuv Fosfor	77	76
454 Sparrisstuv Jod	18	18
454 Sparrisstuv Järn	0,47	0,46
454 Sparrisstuv Kalcium	68	67
454 Sparrisstuv Kalium	256	225
454 Sparrisstuv Magnesiur	17	17
454 Sparrisstuv Natrium	99	98
454 Sparrisstuv Selen	1	1

454 Sparrisstuv Zink	0,76	0,75
454 Sparrisstuv Retinolekvi	40	39
454 Sparrisstuv Retinol	12	12
454 Sparrisstuv Vitamin D	0,16	0,16
454 Sparrisstuv Vitamin E	1,47	1,45
454 Sparrisstuv $\beta$ -Karoten	194	192
454 Sparrisstuv Vitamin K	0	0
454 Sparrisstuv Tiamin	0,08	0,08
454 Sparrisstuv Riboflavin	0,11	0,11
454 Sparrisstuv Vitamin C	9	9
454 Sparrisstuv Niacin	0,8	0,8
454 Sparrisstuv Niacinekviv	1,5	1,5
454 Sparrisstuv Vitamin B1	0,18	0,18
454 Sparrisstuv Vitamin B6	0,08	0,08
454 Sparrisstuv Folat	51	51
454 Sparrisstuv Salt	0,2	0,2
455 Spenat fräs Summa mä	0,4	0,4
455 Spenat fräs Summa enl	1,9	2
455 Spenat fräs Summa flei	1,3	1,4
455 Spenat fräs Fettsyra 12	0	0
455 Spenat fräs Fettsyra 14	0	0
455 Spenat fräs Fettsyra 16	0,2	0,2
455 Spenat fräs Fettsyra 18	0,1	0,1
455 Spenat fräs Fettsyra 16	0	0
455 Spenat fräs Fettsyra 18	1,9	2
455 Spenat fräs Fettsyra 18	0,7	0,7
455 Spenat fräs Fettsyra 18	0,6	0,6
455 Spenat fräs Summa tra	0	0
455 Spenat fräs Monosacke	0,3	0,3
455 Spenat fräs Disackaride	0,1	0,1
455 Spenat fräs Sackaros	0,1	0,1
455 Spenat fräs Energi (kJ)	243	248
455 Spenat fräs Energi (kca	58	59
455 Spenat fräs Aska	2,5	2,4
455 Spenat fräs Vatten	86,1	86,6
455 Spenat fräs Kolhydrate	0,7	0,7
455 Spenat fräs Protein	4	3,8
455 Spenat fräs Fibrer	2,8	2,7
455 Spenat fräs Fett	3,8	4
455 Spenat fräs Fosfor	63	61
455 Spenat fräs Jod	41	40
455 Spenat fräs Järn	1,42	1,38
455 Spenat fräs Kalcium	242	235
455 Spenat fräs Kalium	461	447
455 Spenat fräs Magnesium	83	80
455 Spenat fräs Natrium	332	321
455 Spenat fräs Selen	0,7	0,7
455 Spenat fräs Zink	0,85	0,82
455 Spenat fräs Retinolekvi	409	396
455 Spenat fräs Vitamin D	0,38	0,36

455 Spenat fräs Vitamin E	3,93	3,81
455 Spenat fräs $\beta$ -Karoten	4540	4396
455 Spenat fräs Tiamin	0,08	0,08
455 Spenat fräs Riboflavin	0,14	0,13
455 Spenat fräs Vitamin C	15	15
455 Spenat fräs Niacin	0,6	0,6
455 Spenat fräs Niacinekviv	1,3	1,3
455 Spenat fräs Vitamin B6	0,12	0,12
455 Spenat fräs Folat	119	115
455 Spenat fräs Salt	0,8	0,8
456 Spenatstuv Summa mä	0,5	0,5
456 Spenatstuv Summa enl	0,2	0,2
456 Spenatstuv Summa flei	0,3	0,3
456 Spenatstuv Fettsyra 4:(	0,1	0,1
456 Spenatstuv Fettsyra 12	0	0
456 Spenatstuv Fettsyra 14	0,1	0,1
456 Spenatstuv Fettsyra 16	0,2	0,2
456 Spenatstuv Fettsyra 18	0,1	0,1
456 Spenatstuv Fettsyra 20	0	0
456 Spenatstuv Fettsyra 16	0	0
456 Spenatstuv Fettsyra 18	0,2	0,2
456 Spenatstuv Fettsyra 18	0,1	0,1
456 Spenatstuv Fettsyra 18	0,2	0,2
456 Spenatstuv Summa tra	0	0
456 Spenatstuv Kolesterol	2,2	2,2
456 Spenatstuv Monosacke	0,2	0,2
456 Spenatstuv Disackaride	1,2	1,2
456 Spenatstuv Sackaros	0,1	0,1
456 Spenatstuv Energi (kJ)	177	175
456 Spenatstuv Energi (kca	42	42
456 Spenatstuv Aska	1,6	1,6
456 Spenatstuv Vatten	88,3	88,4
456 Spenatstuv Kolhydrate	3,6	3,6
456 Spenatstuv Protein	3,5	3,4
456 Spenatstuv Fibrer	1,8	1,8
456 Spenatstuv Fett	1,1	1,1
456 Spenatstuv Fosfor	62	61
456 Spenatstuv Jod	26	26
456 Spenatstuv Järn	0,91	0,9
456 Spenatstuv Kalcium	174	172
456 Spenatstuv Kalium	320	272
456 Spenatstuv Magnesium	54	53
456 Spenatstuv Natrium	186	184
456 Spenatstuv Selen	0,9	0,9
456 Spenatstuv Zink	0,64	0,63
456 Spenatstuv Retinolekvi	237	234
456 Spenatstuv Retinol	5	5
456 Spenatstuv Vitamin D	0	0
456 Spenatstuv Vitamin E	2,02	2
456 Spenatstuv $\beta$ -Karoten	2775	2749

456 Spenatstuv Vitamin K	0	0
456 Spenatstuv Tiamin	0,07	0,07
456 Spenatstuv Riboflavin	0,12	0,11
456 Spenatstuv Vitamin C	9	9
456 Spenatstuv Niacin	0,5	0,5
456 Spenatstuv Niacinekviv	1,1	1,1
456 Spenatstuv Vitamin B1	0,08	0,08
456 Spenatstuv Vitamin B6	0,09	0,09
456 Spenatstuv Folat	74	73
456 Spenatstuv Salt	0,5	0,5
457 Champinjo Summa mä	0,4	0,4
457 Champinjo Summa enl	1,9	2
457 Champinjo Summa flei	1,1	1,1
457 Champinjo Fettsyra 12	0	0
457 Champinjo Fettsyra 14	0	0
457 Champinjo Fettsyra 16	0,2	0,2
457 Champinjo Fettsyra 18	0,1	0,1
457 Champinjo Fettsyra 18	1,8	1,9
457 Champinjo Fettsyra 18	0,8	0,8
457 Champinjo Fettsyra 18	0,3	0,3
457 Champinjo Summa tra	0	0
457 Champinjo Monosacke	1,6	1,6
457 Champinjo Disackaride	0,7	0,7
457 Champinjo Sackaros	0,7	0,7
457 Champinjo Energi (kJ)	290	288
457 Champinjo Energi (kca	69	69
457 Champinjo Aska	2,2	2,1
457 Champinjo Vatten	82,4	83,2
457 Champinjo Avfall (skal	7	7
457 Champinjo Kolhydrate	5,6	5,4
457 Champinjo Protein	3,1	3
457 Champinjo Fibrer	1,9	1,8
457 Champinjo Fett	3,4	3,6
457 Champinjo Fosfor	133	127
457 Champinjo Jod	53	50
457 Champinjo Järn	0,47	0,45
457 Champinjo Kalcium	13	13
457 Champinjo Kalium	482	460
457 Champinjo Magnesium	17	16
457 Champinjo Natrium	445	424
457 Champinjo Selen	3,2	3
457 Champinjo Zink	0,61	0,58
457 Champinjo Retinolekvi	31	30
457 Champinjo Vitamin D	0,38	0,36
457 Champinjo Vitamin E	0,8	0,77
457 Champinjo β-Karoten	13	13
457 Champinjo Tiamin	0,08	0,07
457 Champinjo Riboflavin	0,28	0,27
457 Champinjo Vitamin C	4	3
457 Champinjo Niacin	3,7	3,5

457 Champinjo Niacinekviv	4,2	4
457 Champinjo Vitamin B6	0,15	0,15
457 Champinjo Folat	28	27
457 Champinjo Salt	1,1	1,1
458 Champinjo Summa mä	1,9	1,9
458 Champinjo Summa enl	3,7	4
458 Champinjo Summa flei	1,7	1,9
458 Champinjo Fettsyra 4:(	0,2	0,2
458 Champinjo Fettsyra 12	0,1	0,1
458 Champinjo Fettsyra 14	0,2	0,2
458 Champinjo Fettsyra 16	0,8	0,8
458 Champinjo Fettsyra 18	0,4	0,4
458 Champinjo Fettsyra 20	0	0
458 Champinjo Fettsyra 16	0	0
458 Champinjo Fettsyra 18	3,6	4
458 Champinjo Fettsyra 18	1,2	1,3
458 Champinjo Fettsyra 18	0,5	0,5
458 Champinjo Summa tra	0,1	0,1
458 Champinjo Kolesterol	6,5	6,4
458 Champinjo Monosacke	0,1	0,1
458 Champinjo Disackaride	3,2	3,2
458 Champinjo Sackaros	0	0
458 Champinjo Energi (kJ)	498	516
458 Champinjo Energi (kca	119	123
458 Champinjo Aska	1,6	1,6
458 Champinjo Vatten	77,7	77,8
458 Champinjo Avfall (skal	2	2
458 Champinjo Kolhydrate	8,7	8,6
458 Champinjo Protein	3,8	3,8
458 Champinjo Fibrer	0,7	0,7
458 Champinjo Fett	7,6	8,1
458 Champinjo Fosfor	112	112
458 Champinjo Jod	41	40
458 Champinjo Järn	0,24	0,24
458 Champinjo Kalcium	77	76
458 Champinjo Kalium	275	246
458 Champinjo Magnesium	14	14
458 Champinjo Natrium	319	316
458 Champinjo Selen	2,6	2,5
458 Champinjo Zink	0,54	0,53
458 Champinjo Retinolekvi	70	70
458 Champinjo Retinol	16	16
458 Champinjo Vitamin D	0,68	0,67
458 Champinjo Vitamin E	1,25	1,24
458 Champinjo $\beta$ -Karoten	13	13
458 Champinjo Vitamin K	0	0
458 Champinjo Tiamin	0,07	0,07
458 Champinjo Riboflavin	0,16	0,16
458 Champinjo Vitamin C	0	0
458 Champinjo Niacin	1,7	1,7

458 Champinjo Niacinekviv	2,5	2,5
458 Champinjo Vitamin B1	0,24	0,24
458 Champinjo Vitamin B6	0,06	0,06
458 Champinjo Folat	10	10
458 Champinjo Salt	0,8	0,8
459 Champinjo Summa mä	3	3
459 Champinjo Summa enl	3,6	3,8
459 Champinjo Summa flei	1,5	1,6
459 Champinjo Fettsyra 4:(	0,4	0,4
459 Champinjo Fettsyra 12	0,1	0,1
459 Champinjo Fettsyra 14	0,4	0,4
459 Champinjo Fettsyra 16	1,3	1,3
459 Champinjo Fettsyra 18	0,5	0,5
459 Champinjo Fettsyra 20	0	0
459 Champinjo Fettsyra 16	0	0
459 Champinjo Fettsyra 18	3,5	3,7
459 Champinjo Fettsyra 18	1	1,1
459 Champinjo Fettsyra 18	0,4	0,4
459 Champinjo Summa tra	0,1	0,1
459 Champinjo Kolesterol	11,6	11,3
459 Champinjo Monosacke	0,2	0,2
459 Champinjo Disackaride	3,4	3,4
459 Champinjo Sackaros	0	0
459 Champinjo Energi (kJ)	512	519
459 Champinjo Energi (kca	122	124
459 Champinjo Aska	1,8	1,7
459 Champinjo Vatten	77,6	78,1
459 Champinjo Avfall (skal	2	2
459 Champinjo Kolhydrate	7,3	7,1
459 Champinjo Protein	4,1	4
459 Champinjo Fibrer	0,8	0,7
459 Champinjo Fett	8,4	8,8
459 Champinjo Fosfor	128	125
459 Champinjo Jod	36	35
459 Champinjo Järn	0,27	0,27
459 Champinjo Kalcium	83	81
459 Champinjo Kalium	326	286
459 Champinjo Magnesium	16	16
459 Champinjo Natrium	336	329
459 Champinjo Selen	2,9	2,9
459 Champinjo Zink	0,6	0,59
459 Champinjo Retinolekvi	77	76
459 Champinjo Retinol	31	30
459 Champinjo Vitamin D	0,58	0,57
459 Champinjo Vitamin E	1,09	1,06
459 Champinjo $\beta$ -Karoten	22	22
459 Champinjo Vitamin K	0	0
459 Champinjo Tiamin	0,06	0,06
459 Champinjo Riboflavin	0,18	0,18
459 Champinjo Vitamin C	1	1

459 Champinjo Niacin	2	1,9
459 Champinjo Niacinekviv	2,8	2,8
459 Champinjo Vitamin B1	0,26	0,25
459 Champinjo Vitamin B6	0,07	0,07
459 Champinjo Folat	11	11
459 Champinjo Salt	0,8	0,8
462 Tomatröra Summa mä	0,8	0,8
462 Tomatröra Summa enl	3,9	4
462 Tomatröra Summa flei	0,5	0,6
462 Tomatröra Fettsyra 16	0,6	0,6
462 Tomatröra Fettsyra 18	0,1	0,1
462 Tomatröra Fettsyra 20	0	0
462 Tomatröra Fettsyra 16	0	0
462 Tomatröra Fettsyra 18	3,9	3,9
462 Tomatröra Fettsyra 18	0,5	0,5
462 Tomatröra Fettsyra 18	0	0
462 Tomatröra Monosacke	2,7	2,7
462 Tomatröra Disackaride	0,4	0,4
462 Tomatröra Sackaros	0,4	0,4
462 Tomatröra Energi (kJ)	313	318
462 Tomatröra Energi (kca	75	76
462 Tomatröra Aska	2,8	1,3
462 Tomatröra Vatten	84,4	85,7
462 Tomatröra Avfall (skal	2	2
462 Tomatröra Kolhydrate	4,8	4,9
462 Tomatröra Protein	1	1
462 Tomatröra Fibrer	1,2	1,2
462 Tomatröra Fett	5,6	5,7
462 Tomatröra Fosfor	29	28
462 Tomatröra Jod	117	40
462 Tomatröra Järn	0,35	0,34
462 Tomatröra Kalcium	19	17
462 Tomatröra Kalium	204	206
462 Tomatröra Magnesium	11	10
462 Tomatröra Natrium	927	316
462 Tomatröra Selen	0,8	0,8
462 Tomatröra Zink	0,21	0,22
462 Tomatröra Retinolekvi	34	35
462 Tomatröra Vitamin E	1,23	1,25
462 Tomatröra $\beta$ -Karoten	413	419
462 Tomatröra Tiamin	0,04	0,04
462 Tomatröra Riboflavin	0,03	0,03
462 Tomatröra Vitamin C	17	18
462 Tomatröra Niacin	0,5	0,5
462 Tomatröra Niacinekviv	0,7	0,7
462 Tomatröra Vitamin B6	0,11	0,11
462 Tomatröra Folat	19	20
462 Tomatröra Salt	2,3	0,8
463 Vegetarisk Summa mä	0,2	0,3
463 Vegetarisk Summa enl	1,1	1,2



463 Vegetarisk Summa flei	0,6	0,7
463 Vegetarisk Fettsyra 12	0	0
463 Vegetarisk Fettsyra 14	0	0
463 Vegetarisk Fettsyra 16	0,1	0,1
463 Vegetarisk Fettsyra 18	0	0,1
463 Vegetarisk Fettsyra 16	0	0
463 Vegetarisk Fettsyra 18	1,1	1,2
463 Vegetarisk Fettsyra 18	0,4	0,5
463 Vegetarisk Fettsyra 18	0,2	0,2
463 Vegetarisk Summa tra	0	0
463 Vegetarisk Monosackarid	3,2	3,1
463 Vegetarisk Disackarid	1	1
463 Vegetarisk Sackaros	1	1
463 Vegetarisk Energi (kJ)	210	214
463 Vegetarisk Energi (kca)	50	51
463 Vegetarisk Aska	1,4	1,3
463 Vegetarisk Vatten	87,2	87,4
463 Vegetarisk Avfall (skal)	10	10
463 Vegetarisk Kolhydrate	5,6	5,5
463 Vegetarisk Protein	1,2	1,2
463 Vegetarisk Fibrer	2,4	2,4
463 Vegetarisk Fett	2	2,2
463 Vegetarisk Fosfor	36	35
463 Vegetarisk Jod	17	16
463 Vegetarisk Järn	0,52	0,51
463 Vegetarisk Kalcium	32	31
463 Vegetarisk Kalium	272	268
463 Vegetarisk Magnesium	15	15
463 Vegetarisk Natrium	278	274
463 Vegetarisk Selen	0,5	0,5
463 Vegetarisk Zink	0,35	0,34
463 Vegetarisk Retinolekvid	125	123
463 Vegetarisk Vitamin D	0,22	0,21
463 Vegetarisk Vitamin E	1,38	1,36
463 Vegetarisk $\beta$ -Karoten	1146	1128
463 Vegetarisk Tiamin	0,04	0,04
463 Vegetarisk Riboflavin	0,04	0,04
463 Vegetarisk Vitamin C	22	22
463 Vegetarisk Niacin	0,8	0,7
463 Vegetarisk Niacinekviv	1	0,9
463 Vegetarisk Vitamin B6	0,11	0,11
463 Vegetarisk Folat	29	28
463 Vegetarisk Salt	0,7	0,7
465 Vitkål kokt Summa mä	0	0
465 Vitkål kokt Summa flei	0,1	0,1
465 Vitkål kokt Fettsyra 16	0	0
465 Vitkål kokt Fettsyra 18	0	0
465 Vitkål kokt Fettsyra 18	0	0
465 Vitkål kokt Fettsyra 18	0	0
465 Vitkål kokt Monosackarid	4,1	4

465 Vitkål kokt Disackaride	0,1	0,1
465 Vitkål kokt Sackaros	0,1	0,1
465 Vitkål kokt Energi (kJ)	133	131
465 Vitkål kokt Energi (kca)	32	31
465 Vitkål kokt Aska	1,4	1,3
465 Vitkål kokt Vatten	87,9	88,1
465 Vitkål kokt Avfall (skal)	25	24
465 Vitkål kokt Kolhydrat	4,7	4,6
465 Vitkål kokt Protein	1,7	1,7
465 Vitkål kokt Fibrer	2,5	2,4
465 Vitkål kokt Fett	0,1	0,1
465 Vitkål kokt Fosfor	37	36
465 Vitkål kokt Jod	32	31
465 Vitkål kokt Järn	0,32	0,32
465 Vitkål kokt Kalcium	53	52
465 Vitkål kokt Kalium	271	224
465 Vitkål kokt Magnesium	16	16
465 Vitkål kokt Natrium	254	250
465 Vitkål kokt Selen	3,6	3,5
465 Vitkål kokt Zink	0,25	0,24
465 Vitkål kokt Retinolekvi	7	7
465 Vitkål kokt Vitamin E	0,02	0,02
465 Vitkål kokt $\beta$ -Karoten	81	80
465 Vitkål kokt Tiamin	0,04	0,04
465 Vitkål kokt Riboflavin	0,03	0,03
465 Vitkål kokt Vitamin C	20	20
465 Vitkål kokt Niacin	0,5	0,5
465 Vitkål kokt Niacinekviv	0,8	0,8
465 Vitkål kokt Vitamin B6	0,07	0,07
465 Vitkål kokt Folat	49	48
465 Vitkål kokt Salt	0,7	0,6
466 Brunkål (be Summa mä	0,1	0,1
466 Brunkål (be Summa enl	0	0
466 Brunkål (be Summa flei	0,1	0,1
466 Brunkål (be Fettsyra 14	0	0
466 Brunkål (be Fettsyra 16	0	0
466 Brunkål (be Fettsyra 18	0	0
466 Brunkål (be Fettsyra 16	0	0
466 Brunkål (be Fettsyra 18	0	0
466 Brunkål (be Fettsyra 18	0	0
466 Brunkål (be Fettsyra 18	0,1	0
466 Brunkål (be Monosacke	6	5,7
466 Brunkål (be Disackaride	1,6	1,5
466 Brunkål (be Sackaros	1,6	1,5
466 Brunkål (be Energi (kJ)	208	195
466 Brunkål (be Energi (kca)	50	47
466 Brunkål (be Aska	2,4	2,2
466 Brunkål (be Vatten	82,4	83,5
466 Brunkål (be Avfall (skal)	26	24
466 Brunkål (be Kolhydrat	8,4	7,9

466 Brunkål (be Protein	2,2	2,1
466 Brunkål (be Fibrer	2,6	2,4
466 Brunkål (be Fett	0,2	0,2
466 Brunkål (be Fosfor	45	42
466 Brunkål (be Jod	33	31
466 Brunkål (be Järn	0,46	0,43
466 Brunkål (be Kalcium	58	54
466 Brunkål (be Kalium	302	240
466 Brunkål (be Magnesium	19	18
466 Brunkål (be Natrium	571	538
466 Brunkål (be Selen	3,8	3,6
466 Brunkål (be Zink	0,27	0,26
466 Brunkål (be Retinolekvi	9	8
466 Brunkål (be Vitamin E	0,06	0,06
466 Brunkål (be $\beta$ -Karoten	105	98
466 Brunkål (be Tiamin	0,05	0,05
466 Brunkål (be Riboflavin	0,04	0,04
466 Brunkål (be Vitamin C	12	12
466 Brunkål (be Niacin	0,8	0,7
466 Brunkål (be Niacinekviv	1,1	1,1
466 Brunkål (be Vitamin B6	0,06	0,05
466 Brunkål (be Folat	41	38
466 Brunkål (be Salt	1,5	1,4
470 Aubergine : Summa mä	0,4	0,4
470 Aubergine : Summa enl	2,1	2,3
470 Aubergine : Summa flei	1,1	1,2
470 Aubergine : Fettsyra 12	0	0
470 Aubergine : Fettsyra 14	0	0
470 Aubergine : Fettsyra 16	0,2	0,2
470 Aubergine : Fettsyra 18	0,1	0,1
470 Aubergine : Fettsyra 18	2,1	2,3
470 Aubergine : Fettsyra 18	0,7	0,8
470 Aubergine : Fettsyra 18	0,3	0,3
470 Aubergine : Summa tra	0	0
470 Aubergine : Monosacke	2,8	2,8
470 Aubergine : Disackaride	0,1	0,1
470 Aubergine : Sackaros	0,1	0,1
470 Aubergine : Energi (kJ)	237	250
470 Aubergine : Energi (kca	57	60
470 Aubergine : Aska	1,3	1,3
470 Aubergine : Vatten	87,6	87,7
470 Aubergine : Avfall (skal	19	19
470 Aubergine : Kolhydrate	3,8	3,8
470 Aubergine : Protein	1,1	1,1
470 Aubergine : Fibrer	2,5	2,5
470 Aubergine : Fett	3,6	4
470 Aubergine : Fosfor	34	34
470 Aubergine : Jod	34	34
470 Aubergine : Järn	0,62	0,61
470 Aubergine : Kalcium	19	19

470 Aubergine	Kalium	310	309
470 Aubergine	Magnesium	16	16
470 Aubergine	Natrium	296	294
470 Aubergine	Selen	7,1	7,1
470 Aubergine	Zink	0,2	0,2
470 Aubergine	Retinolekvi	38	38
470 Aubergine	Vitamin D	0,43	0,42
470 Aubergine	Vitamin E	0,79	0,79
470 Aubergine	β-Karoten	43	42
470 Aubergine	Tiamin	0,06	0,06
470 Aubergine	Riboflavin	0,01	0,01
470 Aubergine	Vitamin C	1	1
470 Aubergine	Niacin	0,6	0,6
470 Aubergine	Niacinekviv	0,8	0,8
470 Aubergine	Vitamin B6	0,05	0,05
470 Aubergine	Folat	13	13
470 Aubergine	Salt	0,7	0,7
472 Ärtor morö	Summa mä	0,6	0,6
472 Ärtor morö	Summa enl	1,6	1,7
472 Ärtor morö	Summa flei	0,8	0,9
472 Ärtor morö	Fettsyra 4:(	0	0
472 Ärtor morö	Fettsyra 12	0	0
472 Ärtor morö	Fettsyra 14	0	0
472 Ärtor morö	Fettsyra 16	0,3	0,3
472 Ärtor morö	Fettsyra 18	0,1	0,1
472 Ärtor morö	Fettsyra 16	0	0
472 Ärtor morö	Fettsyra 18	1,6	1,7
472 Ärtor morö	Fettsyra 18	0,6	0,6
472 Ärtor morö	Fettsyra 18	0,2	0,3
472 Ärtor morö	Summa tra	0	0
472 Ärtor morö	Kolesterol	1,5	1,5
472 Ärtor morö	Monosacke	1,1	1,1
472 Ärtor morö	Disackaride	3,2	3,2
472 Ärtor morö	Sackaros	2	1,9
472 Ärtor morö	Energi (kJ)	336	344
472 Ärtor morö	Energi (kca	80	82
472 Ärtor morö	Aska	1,3	1,2
472 Ärtor morö	Vatten	82	82,1
472 Ärtor morö	Avfall (skal	20	20
472 Ärtor morö	Kolhydrat	9	9
472 Ärtor morö	Protein	3	3
472 Ärtor morö	Fibrer	2,2	2,2
472 Ärtor morö	Fett	3,1	3,3
472 Ärtor morö	Fosfor	70	69
472 Ärtor morö	Jod	23	22
472 Ärtor morö	Järn	0,7	0,7
472 Ärtor morö	Kalcium	48	48
472 Ärtor morö	Kalium	212	184
472 Ärtor morö	Magnesium	19	19
472 Ärtor morö	Natrium	236	234

472	Ärter morö Selen	0,8	0,8
472	Ärter morö Zink	0,58	0,57
472	Ärter morö Retinolekvi	216	215
472	Ärter morö Retinol	11	11
472	Ärter morö Vitamin D	0,41	0,41
472	Ärter morö Vitamin E	0,76	0,75
472	Ärter morö $\beta$ -Karoten	1949	1940
472	Ärter morö Vitamin K	0	0
472	Ärter morö Tiamin	0,1	0,1
472	Ärter morö Riboflavin	0,07	0,07
472	Ärter morö Vitamin C	5	5
472	Ärter morö Niacin	1,1	1,1
472	Ärter morö Niacinekviv	1,7	1,7
472	Ärter morö Vitamin B1	0,1	0,1
472	Ärter morö Vitamin B6	0,05	0,05
472	Ärter morö Folat	14	14
472	Ärter morö Salt	0,6	0,6
475	Grönsaksgr Summa mä	0,2	0,2
475	Grönsaksgr Summa enl	0,6	0,6
475	Grönsaksgr Summa flei	0,5	0,5
475	Grönsaksgr Fettsyra 12	0	0
475	Grönsaksgr Fettsyra 14	0	0
475	Grönsaksgr Fettsyra 16	0,1	0,1
475	Grönsaksgr Fettsyra 18	0	0
475	Grönsaksgr Fettsyra 18	0,6	0,6
475	Grönsaksgr Fettsyra 18	0,4	0,4
475	Grönsaksgr Fettsyra 18	0,1	0,1
475	Grönsaksgr Summa tra	0	0
475	Grönsaksgr Monosacke	1	1
475	Grönsaksgr Disackaride	2,4	2,3
475	Grönsaksgr Sackaros	2,3	2,2
475	Grönsaksgr Energi (kJ)	397	387
475	Grönsaksgr Energi (kca	95	92
475	Grönsaksgr Aska	1,6	1,6
475	Grönsaksgr Vatten	74,2	75,1
475	Grönsaksgr Avfall (skal	3	3
475	Grönsaksgr Kolhydrate	14,1	13,6
475	Grönsaksgr Protein	4,2	4
475	Grönsaksgr Fibrer	4,5	4,3
475	Grönsaksgr Fett	1,4	1,4
475	Grönsaksgr Fosfor	87	84
475	Grönsaksgr Jod	35	33
475	Grönsaksgr Järn	1,11	1,07
475	Grönsaksgr Kalcium	17	16
475	Grönsaksgr Kalium	221	179
475	Grönsaksgr Magnesium	27	26
475	Grönsaksgr Natrium	467	450
475	Grönsaksgr Selen	0,5	0,5
475	Grönsaksgr Zink	0,73	0,71
475	Grönsaksgr Retinolekvi	26	25

475 Grönsaksgr Vitamin D	0,1	0,1
475 Grönsaksgr Vitamin E	0,57	0,55
475 Grönsaksgr $\beta$ -Karoten	213	205
475 Grönsaksgr Tiamin	0,15	0,14
475 Grönsaksgr Riboflavin	0,08	0,08
475 Grönsaksgr Vitamin C	9	9
475 Grönsaksgr Niacin	1,5	1,4
475 Grönsaksgr Niacinekviv	2,1	2
475 Grönsaksgr Vitamin B6	0,12	0,11
475 Grönsaksgr Folat	41	39
475 Grönsaksgr Fullkorn to	48	46
475 Grönsaksgr Salt	1,2	1,1
478 Grönsaksgr Summa mä	0,2	0,2
478 Grönsaksgr Summa enl	0,6	0,7
478 Grönsaksgr Summa flei	0,4	0,5
478 Grönsaksgr Fettsyra 12	0	0
478 Grönsaksgr Fettsyra 14	0	0
478 Grönsaksgr Fettsyra 16	0,1	0,1
478 Grönsaksgr Fettsyra 18	0	0
478 Grönsaksgr Fettsyra 16	0	0
478 Grönsaksgr Fettsyra 18	0,6	0,7
478 Grönsaksgr Fettsyra 18	0,3	0,3
478 Grönsaksgr Fettsyra 18	0,1	0,1
478 Grönsaksgr Summa tra	0	0
478 Grönsaksgr Monosacke	2,6	2,5
478 Grönsaksgr Disackaride	1,1	1
478 Grönsaksgr Sackaros	1,1	1
478 Grönsaksgr Energi (kJ)	195	196
478 Grönsaksgr Energi (kca	47	47
478 Grönsaksgr Aska	1,3	1,3
478 Grönsaksgr Vatten	87,1	87,4
478 Grönsaksgr Avfall (skal	11	10
478 Grönsaksgr Kolhydrate	5,6	5,5
478 Grönsaksgr Protein	1,7	1,7
478 Grönsaksgr Fibrer	2,9	2,8
478 Grönsaksgr Fett	1,3	1,4
478 Grönsaksgr Fosfor	46	45
478 Grönsaksgr Jod	17	16
478 Grönsaksgr Järn	0,75	0,74
478 Grönsaksgr Kalcium	36	35
478 Grönsaksgr Kalium	308	254
478 Grönsaksgr Magnesiur	18	17
478 Grönsaksgr Natrium	203	199
478 Grönsaksgr Selen	1	1
478 Grönsaksgr Zink	0,42	0,41
478 Grönsaksgr Retinolekvi	78	77
478 Grönsaksgr Vitamin D	0,12	0,12
478 Grönsaksgr Vitamin E	0,85	0,84
478 Grönsaksgr $\beta$ -Karoten	751	738
478 Grönsaksgr Tiamin	0,07	0,07

478 Grönsaksgr Riboflavin	0,05	0,05
478 Grönsaksgr Vitamin C	15	14
478 Grönsaksgr Niacin	0,8	0,8
478 Grönsaksgr Niacinekviv	1,1	1,1
478 Grönsaksgr Vitamin B6	0,09	0,09
478 Grönsaksgr Folat	28	27
478 Grönsaksgr Fullkorn to	3	3
478 Grönsaksgr Salt	0,5	0,5
479 Grönsaksgr Summa mä	2,1	2,1
479 Grönsaksgr Summa enl	1,8	1,9
479 Grönsaksgr Summa flei	0,7	0,8
479 Grönsaksgr Fettsyra 4:(	0,3	0,3
479 Grönsaksgr Fettsyra 12	0,1	0,1
479 Grönsaksgr Fettsyra 14	0,3	0,3
479 Grönsaksgr Fettsyra 16	0,9	0,9
479 Grönsaksgr Fettsyra 18	0,4	0,4
479 Grönsaksgr Fettsyra 20	0	0
479 Grönsaksgr Fettsyra 16	0	0
479 Grönsaksgr Fettsyra 18	1,8	1,8
479 Grönsaksgr Fettsyra 18	0,5	0,5
479 Grönsaksgr Fettsyra 18	0,2	0,2
479 Grönsaksgr Summa tra	0,1	0,1
479 Grönsaksgr Kolesterol	8,4	8,2
479 Grönsaksgr Monosacke	1,2	1,2
479 Grönsaksgr Disackaride	2	1,9
479 Grönsaksgr Sackaros	0,7	0,7
479 Grönsaksgr Energi (kJ)	396	398
479 Grönsaksgr Energi (kca	95	95
479 Grönsaksgr Aska	1,9	1,9
479 Grönsaksgr Vatten	79,9	80,1
479 Grönsaksgr Avfall (skal	8	7
479 Grönsaksgr Kolhydrate	7,1	7
479 Grönsaksgr Protein	4,4	4,3
479 Grönsaksgr Fibrer	1,9	1,9
479 Grönsaksgr Fett	5	5,1
479 Grönsaksgr Fosfor	97	96
479 Grönsaksgr Jod	37	38
479 Grönsaksgr Järn	0,86	0,86
479 Grönsaksgr Kalcium	129	127
479 Grönsaksgr Kalium	282	273
479 Grönsaksgr Magnesium	16	16
479 Grönsaksgr Natrium	322	329
479 Grönsaksgr Selen	1,6	1,6
479 Grönsaksgr Zink	0,67	0,66
479 Grönsaksgr Retinolekvi	156	155
479 Grönsaksgr Retinol	24	23
479 Grönsaksgr Vitamin D	0,25	0,25
479 Grönsaksgr Vitamin E	0,89	0,88
479 Grönsaksgr $\beta$ -Karoten	1250	1250
479 Grönsaksgr Vitamin K	0	0

479 Grönsaksgr Tiamin	0,05	0,05
479 Grönsaksgr Riboflavin	0,09	0,08
479 Grönsaksgr Vitamin C	11	11
479 Grönsaksgr Niacin	0,6	0,6
479 Grönsaksgr Niacinekviv	1,5	1,5
479 Grönsaksgr Vitamin B1	0,16	0,16
479 Grönsaksgr Vitamin B6	0,06	0,06
479 Grönsaksgr Folat	32	32
479 Grönsaksgr Salt	0,8	0,8
506 Minestronε Summa mä	0,2	0,2
506 Minestronε Summa enl	0,2	0,2
506 Minestronε Summa flei	0,1	0,1
506 Minestronε Fettsyra 4:(	0	0
506 Minestronε Fettsyra 12	0	0
506 Minestronε Fettsyra 14	0	0
506 Minestronε Fettsyra 16	0,1	0,1
506 Minestronε Fettsyra 18	0,1	0,1
506 Minestronε Fettsyra 20	0	0
506 Minestronε Fettsyra 16	0	0
506 Minestronε Fettsyra 18	0,2	0,2
506 Minestronε Fettsyra 18	0,1	0,1
506 Minestronε Fettsyra 18	0	0
506 Minestronε Fettsyra 20	0	0
506 Minestronε EPA (Fettsy	0	0
506 Minestronε DPA (Fettsy	0	0
506 Minestronε DHA (Fettsy	0	0
506 Minestronε Kolesterol	3,2	3,1
506 Minestronε Monosackä	1,2	1,1
506 Minestronε Disackaride	0,6	0,6
506 Minestronε Sackaros	0,6	0,6
506 Minestronε Energi (kJ)	164	161
506 Minestronε Energi (kca	39	39
506 Minestronε Aska	1,4	1,4
506 Minestronε Vatten	89,3	89,5
506 Minestronε Avfall (skal	7	6
506 Minestronε Kolhydrate	5,6	5,5
506 Minestronε Protein	2,3	2,2
506 Minestronε Fibrer	1	1
506 Minestronε Fett	0,6	0,6
506 Minestronε Fosfor	35	34
506 Minestronε Jod	3	3
506 Minestronε Järn	0,23	0,23
506 Minestronε Kalcium	15	14
506 Minestronε Kalium	160	136
506 Minestronε Magnesium	9	9
506 Minestronε Natrium	248	244
506 Minestronε Selen	0,8	0,8
506 Minestronε Zink	0,33	0,33
506 Minestronε Retinolekvi	69	68
506 Minestronε Retinol	1	1



506 Minestronε Vitamin D	0,05	0,05
506 Minestronε Vitamin E	0,24	0,24
506 Minestronε β-Karoten	718	708
506 Minestronε Vitamin K	0	0
506 Minestronε Tiamin	0,05	0,05
506 Minestronε Riboflavin	0,02	0,02
506 Minestronε Vitamin C	4	4
506 Minestronε Niacin	0,9	0,9
506 Minestronε Niacinekviv	1,3	1,3
506 Minestronε Vitamin B1	0,09	0,09
506 Minestronε Vitamin B6	0,05	0,05
506 Minestronε Folat	10	10
506 Minestronε Salt	0,6	0,6
507 Paprika fyll Summa tra	0	0
507 Paprika fyll Energi (kJ)	232	232
507 Paprika fyll Energi (kca	55	55
507 Paprika fyll Kolhydrate	3,5	3,5
507 Paprika fyll Protein	4	4
507 Paprika fyll Fett	2,5	2,4
507 Paprika fyll Vitamin K	1	1
507 Paprika fyll Niacinekviv	1,9	1,9
508 Vitkålssoppε Summa tra	0	0
508 Vitkålssoppε Energi (kJ)	129	129
508 Vitkålssoppε Energi (kca	31	31
508 Vitkålssoppε Kolhydrate	2,6	2,6
508 Vitkålssoppε Protein	2,4	2,4
508 Vitkålssoppε Fett	0,9	0,9
508 Vitkålssoppε Vitamin K	0	0
508 Vitkålssoppε Niacinekviv	1,2	1,2
511 Kåldolmar : Summa mä	2,2	2,1
511 Kåldolmar : Summa enl	3	2,9
511 Kåldolmar : Summa flei	1	1
511 Kåldolmar : Fettsyra 4:(	0	0
511 Kåldolmar : Fettsyra 12	0	0
511 Kåldolmar : Fettsyra 14	0,1	0,1
511 Kåldolmar : Fettsyra 16	1,1	1,1
511 Kåldolmar : Fettsyra 18	0,7	0,7
511 Kåldolmar : Fettsyra 20	0	0
511 Kåldolmar : Fettsyra 16	0,1	0,1
511 Kåldolmar : Fettsyra 18	2,8	2,8
511 Kåldolmar : Fettsyra 18	0,7	0,7
511 Kåldolmar : Fettsyra 18	0,3	0,3
511 Kåldolmar : Fettsyra 20	0	0
511 Kåldolmar : EPA (Fettsy	0	0
511 Kåldolmar : DPA (Fettsy	0	0
511 Kåldolmar : DHA (Fettsy	0	0
511 Kåldolmar : Summa tra	0	0
511 Kåldolmar : Kolesterol	16,4	15,5
511 Kåldolmar : Monosackε	3,1	2,8
511 Kåldolmar : Disackaride	1	0,9

511 Kåldolmar : Sackaros	0,3	0,3
511 Kåldolmar : Energi (kJ)	521	499
511 Kåldolmar : Energi (kca)	124	119
511 Kåldolmar : Aska	2,5	2,3
511 Kåldolmar : Vatten	72,4	74,1
511 Kåldolmar : Avfall (skal)	17	16
511 Kåldolmar : Kolhydrat	8,6	8,1
511 Kåldolmar : Protein	7,2	6,8
511 Kåldolmar : Fibrer	1,7	1,6
511 Kåldolmar : Fett	6,4	6,3
511 Kåldolmar : Fosfor	90	85
511 Kåldolmar : Jod	69	65
511 Kåldolmar : Järn	0,79	0,75
511 Kåldolmar : Kalcium	56	52
511 Kåldolmar : Kalium	295	249
511 Kåldolmar : Magnesium	20	19
511 Kåldolmar : Natrium	632	594
511 Kåldolmar : Selen	4,7	4,4
511 Kåldolmar : Zink	1,62	1,53
511 Kåldolmar : Retinolekvi	33	31
511 Kåldolmar : Retinol	5	5
511 Kåldolmar : Vitamin D	0,42	0,4
511 Kåldolmar : Vitamin E	0,59	0,55
511 Kåldolmar : $\beta$ -Karoten	59	55
511 Kåldolmar : Vitamin K	0	0
511 Kåldolmar : Tiamin	0,08	0,07
511 Kåldolmar : Riboflavin	0,1	0,09
511 Kåldolmar : Vitamin C	6	6
511 Kåldolmar : Niacin	1,5	1,4
511 Kåldolmar : Niacinekviv	2,8	2,6
511 Kåldolmar : Vitamin B1	0,27	0,26
511 Kåldolmar : Vitamin B6	0,15	0,15
511 Kåldolmar : Folat	27	25
511 Kåldolmar : Salt	1,6	1,5
512 Kålpudding Summa mä	2	2
512 Kålpudding Summa enl	1,7	1,7
512 Kålpudding Summa flei	0,3	0,4
512 Kålpudding Fettsyra 4:(	0,1	0,1
512 Kålpudding Fettsyra 12	0	0
512 Kålpudding Fettsyra 14	0,1	0,1
512 Kålpudding Fettsyra 16	1,1	1,1
512 Kålpudding Fettsyra 18	0,7	0,7
512 Kålpudding Fettsyra 20	0	0
512 Kålpudding Fettsyra 16	0,1	0,1
512 Kålpudding Fettsyra 18	1,5	1,5
512 Kålpudding Fettsyra 18	0,2	0,2
512 Kålpudding Fettsyra 18	0,1	0,1
512 Kålpudding Fettsyra 20	0	0
512 Kålpudding EPA (Fettsy	0	0
512 Kålpudding DPA (Fettsy	0	0

512 Kålpudding DHA (Fettsyr	0	0
512 Kålpudding Summa tra	0	0
512 Kålpudding Kolesterol	25,5	25,5
512 Kålpudding Monosacke	2,3	2,3
512 Kålpudding Disackaride	1,5	1,5
512 Kålpudding Sackaros	0,4	0,4
512 Kålpudding Energi (kJ)	377	378
512 Kålpudding Energi (kca	90	90
512 Kålpudding Aska	1,4	1,4
512 Kålpudding Vatten	80,3	80,3
512 Kålpudding Avfall (skal	11	11
512 Kålpudding Kolhydrat	5,9	5,9
512 Kålpudding Protein	6,1	6,1
512 Kålpudding Fibrer	1,1	1,1
512 Kålpudding Fett	4,4	4,4
512 Kålpudding Fosfor	82	82
512 Kålpudding Jod	31	31
512 Kålpudding Järn	0,64	0,64
512 Kålpudding Kalcium	52	52
512 Kålpudding Kalium	231	230
512 Kålpudding Magnesium	16	16
512 Kålpudding Natrium	287	287
512 Kålpudding Selen	4,5	4,5
512 Kålpudding Zink	1,29	1,29
512 Kålpudding Retinolekvi	20	20
512 Kålpudding Retinol	15	15
512 Kålpudding Vitamin D	0,19	0,19
512 Kålpudding Vitamin E	0,33	0,33
512 Kålpudding $\beta$ -Karoten	40	40
512 Kålpudding Vitamin K	1	1
512 Kålpudding Tiamin	0,07	0,07
512 Kålpudding Riboflavin	0,08	0,08
512 Kålpudding Vitamin C	9	9
512 Kålpudding Niacin	1,4	1,4
512 Kålpudding Niacinektiv	2,5	2,5
512 Kålpudding Vitamin B1	0,32	0,32
512 Kålpudding Vitamin B6	0,12	0,12
512 Kålpudding Folat	28	28
512 Kålpudding Summa n-3	0	0
512 Kålpudding Summa n-6	0	0
512 Kålpudding Salt	0,7	0,7
515 Moussaka   Summa mä	2,1	2
515 Moussaka   Summa enl	2,2	2,3
515 Moussaka   Summa flel	0,7	0,7
515 Moussaka   Fettsyra 4:(	0,1	0,1
515 Moussaka   Fettsyra 12	0	0
515 Moussaka   Fettsyra 14	0,2	0,2
515 Moussaka   Fettsyra 16	1	1
515 Moussaka   Fettsyra 18	0,6	0,6
515 Moussaka   Fettsyra 20	0	0

515 Moussaka ( Fettsyra 16	0,1	0,1
515 Moussaka ( Fettsyra 18	2,1	2,1
515 Moussaka ( Fettsyra 18	0,5	0,5
515 Moussaka ( Fettsyra 18	0,2	0,2
515 Moussaka ( Fettsyra 20	0	0
515 Moussaka ( DPA (Fetts)	0	0
515 Moussaka ( DHA (Fetts)	0	0
515 Moussaka ( Summa tra	0	0
515 Moussaka ( Kolesterol	37,7	37,2
515 Moussaka ( Monosacke	2,3	2,2
515 Moussaka ( Disackaride	1,2	1,2
515 Moussaka ( Sackaros	0,3	0,2
515 Moussaka ( Energi (kJ)	437	432
515 Moussaka ( Energi (kca	104	103
515 Moussaka ( Aska	1,7	1,7
515 Moussaka ( Vatten	77,4	78
515 Moussaka ( Avfall (skal	10	10
515 Moussaka ( Kolhydrate	5	5
515 Moussaka ( Protein	8	7,8
515 Moussaka ( Fibrer	1,8	1,8
515 Moussaka ( Fett	5,4	5,4
515 Moussaka ( Fosfor	106	104
515 Moussaka ( Jod	37	36
515 Moussaka ( Järn	1,17	1,14
515 Moussaka ( Kalcium	63	63
515 Moussaka ( Kalium	336	314
515 Moussaka ( Magnesium	21	20
515 Moussaka ( Natrium	352	341
515 Moussaka ( Selen	7,3	7,2
515 Moussaka ( Zink	1,85	1,78
515 Moussaka ( Retinolekvi	48	47
515 Moussaka ( Retinol	26	26
515 Moussaka ( Vitamin D	0,41	0,4
515 Moussaka ( Vitamin E	1,02	0,99
515 Moussaka ( $\beta$ -Karoten	76	74
515 Moussaka ( Vitamin K	2	2
515 Moussaka ( Tiamin	0,07	0,06
515 Moussaka ( Riboflavin	0,11	0,1
515 Moussaka ( Vitamin C	2	2
515 Moussaka ( Niacin	1,6	1,5
515 Moussaka ( Niacinekviv	3,2	3,1
515 Moussaka ( Vitamin B1	0,31	0,3
515 Moussaka ( Vitamin B6	0,12	0,11
515 Moussaka ( Folat	17	17
515 Moussaka ( Summa n-3	0	0
515 Moussaka ( Summa n-6	0,1	0,1
515 Moussaka ( Salt	0,9	0,9
523 Hallon Fullkorn totalt		0
523 Hallon Salt		0
526 Jordgubbar Fullkorn totalt		0

526 Jordgubbar Salt		0
530 Grönsakssu Summa mä	1,2	1,3
530 Grönsakssu Summa enl	2,4	2,5
530 Grönsakssu Summa flei	1,1	1,2
530 Grönsakssu Fettsyra 4:(	0	0
530 Grönsakssu Fettsyra 12	0	0
530 Grönsakssu Fettsyra 14	0,1	0,1
530 Grönsakssu Fettsyra 16	0,7	0,8
530 Grönsakssu Fettsyra 18	0,3	0,3
530 Grönsakssu Fettsyra 20	0	0
530 Grönsakssu Fettsyra 16	0,1	0,1
530 Grönsakssu Fettsyra 18	2,3	2,5
530 Grönsakssu Fettsyra 18	0,8	0,8
530 Grönsakssu Fettsyra 18	0,2	0,2
530 Grönsakssu Fettsyra 20	0	0
530 Grönsakssu DHA (Fetts'	0	0
530 Grönsakssu Summa tra	0	0
530 Grönsakssu Kolesterol	86,2	86,2
530 Grönsakssu Monosackä	1	1
530 Grönsakssu Disackaride	1,4	1,4
530 Grönsakssu Sackaros	0,6	0,6
530 Grönsakssu Energi (kJ)	416	425
530 Grönsakssu Energi (kca	99	102
530 Grönsakssu Aska	1,4	1,5
530 Grönsakssu Vatten	79,3	79,3
530 Grönsakssu Avfall (skal	9	9
530 Grönsakssu Kolhydrate	7,3	7,3
530 Grönsakssu Protein	4,9	4,9
530 Grönsakssu Fibrer	1,7	1,7
530 Grönsakssu Fett	5,3	5,5
530 Grönsakssu Fosfor	90	90
530 Grönsakssu Jod	34	35
530 Grönsakssu Järn	0,92	0,92
530 Grönsakssu Kalcium	46	46
530 Grönsakssu Kalium	195	192
530 Grönsakssu Magnesium	14	14
530 Grönsakssu Natrium	304	312
530 Grönsakssu Selen	6,2	6,2
530 Grönsakssu Zink	0,61	0,61
530 Grönsakssu Retinolekvi	122	122
530 Grönsakssu Retinol	62	62
530 Grönsakssu Vitamin D	0,62	0,62
530 Grönsakssu Vitamin E	2,03	2,03
530 Grönsakssu $\beta$ -Karoten	418	418
530 Grönsakssu Vitamin K	8	8
530 Grönsakssu Tiamin	0,08	0,08
530 Grönsakssu Riboflavin	0,14	0,14
530 Grönsakssu Vitamin C	4	4
530 Grönsakssu Niacin	0,6	0,6
530 Grönsakssu Niacinekviv	1,7	1,7

530 Grönsakssu Vitamin B1	0,37	0,37
530 Grönsakssu Vitamin B6	0,06	0,06
530 Grönsakssu Folat	31	31
530 Grönsakssu Summa n-3	0	0
530 Grönsakssu Summa n-6	0,3	0,3
530 Grönsakssu Fullkorn to	4	4
530 Grönsakssu Salt	0,8	0,8
531 Grönsakslå Summa mä	1,5	1,5
531 Grönsakslå Summa enl	1,5	1,5
531 Grönsakslå Summa flei	0,6	0,6
531 Grönsakslå Fettsyra 4:(	0,1	0,1
531 Grönsakslå Fettsyra 12	0	0
531 Grönsakslå Fettsyra 14	0,2	0,2
531 Grönsakslå Fettsyra 16	0,8	0,8
531 Grönsakslå Fettsyra 18	0,3	0,3
531 Grönsakslå Fettsyra 20	0	0
531 Grönsakslå Fettsyra 16	0,1	0,1
531 Grönsakslå Fettsyra 18	1,4	1,5
531 Grönsakslå Fettsyra 18	0,4	0,5
531 Grönsakslå Fettsyra 18	0,1	0,1
531 Grönsakslå Fettsyra 20	0	0
531 Grönsakslå DHA (Fetts	0	0
531 Grönsakslå Summa tra	0	0
531 Grönsakslå Kolesterol	60,1	60,1
531 Grönsakslå Monosacke	1	1
531 Grönsakslå Disackaride	3,1	3,1
531 Grönsakslå Sackaros	0,7	0,7
531 Grönsakslå Energi (kJ)	354	357
531 Grönsakslå Energi (kca	85	85
531 Grönsakslå Aska	1,7	1,7
531 Grönsakslå Vatten	81,1	81
531 Grönsakslå Avfall (skal	8	8
531 Grönsakslå Kolhydrate	5,7	5,7
531 Grönsakslå Protein	5,3	5,3
531 Grönsakslå Fibrer	2,1	2,1
531 Grönsakslå Fett	4	4,1
531 Grönsakslå Fosfor	122	122
531 Grönsakslå Jod	43	45
531 Grönsakslå Järn	0,74	0,74
531 Grönsakslå Kalcium	80	80
531 Grönsakslå Kalium	306	301
531 Grönsakslå Magnesium	19	19
531 Grönsakslå Natrium	324	337
531 Grönsakslå Selen	5,3	5,3
531 Grönsakslå Zink	0,73	0,73
531 Grönsakslå Retinolekvi	107	107
531 Grönsakslå Retinol	50	50
531 Grönsakslå Vitamin D	0,34	0,34
531 Grönsakslå Vitamin E	1,28	1,28
531 Grönsakslå $\beta$ -Karoten	487	487

531 Grönsakslå Vitamin K	5	5
531 Grönsakslå Tiamin	0,08	0,08
531 Grönsakslå Riboflavin	0,17	0,17
531 Grönsakslå Vitamin C	6	6
531 Grönsakslå Niacin	1	1
531 Grönsakslå Niacinekviv	2,1	2,1
531 Grönsakslå Vitamin B1	0,37	0,37
531 Grönsakslå Vitamin B6	0,08	0,08
531 Grönsakslå Folat	38	38
531 Grönsakslå Summa n-3	0	0
531 Grönsakslå Summa n-6	0,2	0,2
531 Grönsakslå Salt	0,8	0,8
539 Broccolilåd Summa mä	5,1	5,1
539 Broccolilåd Summa enl	2,9	2,9
539 Broccolilåd Summa flei	0,6	0,6
539 Broccolilåd Fettsyra 16	2,4	2,4
539 Broccolilåd Fettsyra 18	1	1
539 Broccolilåd Fettsyra 18	2,7	2,7
539 Broccolilåd Fettsyra 18	0,5	0,5
539 Broccolilåd Fettsyra 18	0,1	0,1
539 Broccolilåd Energi (kJ)	631	634
539 Broccolilåd Energi (kca	151	151
539 Broccolilåd Fett	9,7	9,7
551 Apelsin Protein	0,9	0,8
555 Blåbär Fullkorn totalt		0
555 Blåbär Salt		0
566 Krusbär Fullkorn totalt		0
566 Krusbär Salt		0
570 Surkörsbär Fullkorn totalt		0
570 Surkörsbär Salt		0
571 Sötkörsbär Fullkorn totalt		0
571 Sötkörsbär Salt		0
573 Lingon Fullkorn totalt		0
573 Lingon Salt		0
585 Röda vinbä Fullkorn totalt		0
585 Röda vinbä Salt		0
586 Svarta vinb Fullkorn totalt		0
586 Svarta vinb Salt		0
635 Apelsinsallk Protein	0,7	0,6
638 Fruksallad Protein	1,1	1
654 Risgrynsgrö Summa mä	0,2	0,2
654 Risgrynsgrö Summa enl	0,1	0,1
654 Risgrynsgrö Summa flei	0	0
654 Risgrynsgrö Fettsyra 4:(	0	0
654 Risgrynsgrö Fettsyra 12	0	0
654 Risgrynsgrö Fettsyra 14	0	0
654 Risgrynsgrö Fettsyra 16	0,1	0,1
654 Risgrynsgrö Fettsyra 18	0	0
654 Risgrynsgrö Fettsyra 18	0,1	0,1
654 Risgrynsgrö Fettsyra 18	0	0

654	Risgrynsgrö Fettsyra 18	0	0
654	Risgrynsgrö Summa tra	0	0
654	Risgrynsgrö Kolesterol	2	1,9
654	Risgrynsgrö Disackaride	3,3	3,1
654	Risgrynsgrö Sackaros	0	0
654	Risgrynsgrö Energi (kJ)	326	306
654	Risgrynsgrö Energi (kca	78	73
654	Risgrynsgrö Aska	1	0,9
654	Risgrynsgrö Vatten	80,3	81,5
654	Risgrynsgrö Kolhydrate	14,9	14
654	Risgrynsgrö Protein	3,2	3
654	Risgrynsgrö Fibrer	0,2	0,1
654	Risgrynsgrö Fett	0,4	0,4
654	Risgrynsgrö Fosfor	76	72
654	Risgrynsgrö Jod	28	26
654	Risgrynsgrö Järn	0,06	0,05
654	Risgrynsgrö Kalcium	81	74
654	Risgrynsgrö Kalium	124	103
654	Risgrynsgrö Magnesium	12	11
654	Risgrynsgrö Natrium	170	158
654	Risgrynsgrö Selen	1,2	1,1
654	Risgrynsgrö Zink	0,46	0,43
654	Risgrynsgrö Retinolekvi	17	16
654	Risgrynsgrö Retinol	24	22
654	Risgrynsgrö Vitamin D	0,3	0,28
654	Risgrynsgrö Vitamin E	0,01	0,01
654	Risgrynsgrö $\beta$ -Karoten	1	1
654	Risgrynsgrö Vitamin K	0	0
654	Risgrynsgrö Tiamin	0,05	0,04
654	Risgrynsgrö Riboflavin	0,09	0,09
654	Risgrynsgrö Niacin	0,2	0,2
654	Risgrynsgrö Niacinekviv	1	0,9
654	Risgrynsgrö Vitamin B1	0,26	0,24
654	Risgrynsgrö Vitamin B6	0,03	0,03
654	Risgrynsgrö Folat	3	3
654	Risgrynsgrö Salt	0,4	0,4
655	Risgrynsgrö Summa mä	1,4	1,5
655	Risgrynsgrö Summa enl	1	1,1
655	Risgrynsgrö Summa flei	0,3	0,3
655	Risgrynsgrö Fettsyra 4:(	0,2	0,2
655	Risgrynsgrö Fettsyra 12	0,1	0,1
655	Risgrynsgrö Fettsyra 14	0,2	0,2
655	Risgrynsgrö Fettsyra 16	0,6	0,6
655	Risgrynsgrö Fettsyra 18	0,3	0,3
655	Risgrynsgrö Fettsyra 20	0	0
655	Risgrynsgrö Fettsyra 16	0	0
655	Risgrynsgrö Fettsyra 18	1	1
655	Risgrynsgrö Fettsyra 18	0,2	0,2
655	Risgrynsgrö Fettsyra 18	0,1	0,1
655	Risgrynsgrö Summa tra	0,1	0,1



655 Risgrynsgrö Kolesterol	6,9	6,9
655 Risgrynsgrö Disackaride	3,3	3,3
655 Risgrynsgrö Sackaros	0	0
655 Risgrynsgrö Energi (kJ)	369	372
655 Risgrynsgrö Energi (kca)	88	89
655 Risgrynsgrö Aska	0,9	0,9
655 Risgrynsgrö Vatten	80,8	80,8
655 Risgrynsgrö Kolhydrate	12,1	12,1
655 Risgrynsgrö Protein	3	3
655 Risgrynsgrö Fibrer	0,1	0,1
655 Risgrynsgrö Fett	3	3,1
655 Risgrynsgrö Fosfor	73	73
655 Risgrynsgrö Jod	28	28
655 Risgrynsgrö Järn	0,05	0,05
655 Risgrynsgrö Kalcium	80	79
655 Risgrynsgrö Kalium	121	119
655 Risgrynsgrö Magnesium	12	11
655 Risgrynsgrö Natrium	179	178
655 Risgrynsgrö Selen	1,2	1,2
655 Risgrynsgrö Zink	0,42	0,42
655 Risgrynsgrö Retinolekvi	26	26
655 Risgrynsgrö Retinol	17	17
655 Risgrynsgrö Vitamin D	0,12	0,12
655 Risgrynsgrö Vitamin E	0,23	0,23
655 Risgrynsgrö $\beta$ -Karoten	9	9
655 Risgrynsgrö Vitamin K	0	0
655 Risgrynsgrö Tiamin	0,05	0,05
655 Risgrynsgrö Riboflavin	0,09	0,09
655 Risgrynsgrö Niacin	0,2	0,2
655 Risgrynsgrö Niacinekviv	0,8	0,8
655 Risgrynsgrö Vitamin B1	0,26	0,26
655 Risgrynsgrö Vitamin B6	0,04	0,04
655 Risgrynsgrö Folat	3	3
655 Risgrynsgrö Salt	0,4	0,4
675 Bovetegröt Summa mä	0	0,1
675 Bovetegröt Summa enl	0	0
675 Bovetegröt Summa flei	0,1	0,2
675 Bovetegröt Fettsyra 14	0	0
675 Bovetegröt Fettsyra 16	0	0,1
675 Bovetegröt Fettsyra 18	0	0
675 Bovetegröt Fettsyra 16	0	0
675 Bovetegröt Fettsyra 18	0	0
675 Bovetegröt Fettsyra 18	0,1	0,1
675 Bovetegröt Fettsyra 18	0	0
675 Bovetegröt Monosackaride	3,4	4,4
675 Bovetegröt Disackaride	1	1,4
675 Bovetegröt Sackaros	0,9	1,2
675 Bovetegröt Energi (kJ)	266	351
675 Bovetegröt Energi (kca)	64	84
675 Bovetegröt Aska	0,6	0,8

675 Bovetegröt Vatten	83,5	78,2
675 Bovetegröt Kolhydrat	13,1	17,2
675 Bovetegröt Protein	1,5	2
675 Bovetegröt Fiber	1,1	1,4
675 Bovetegröt Fett	0,3	0,4
675 Bovetegröt Fosfor	44	58
675 Bovetegröt Jod	15	20
675 Bovetegröt Järn	0,68	0,89
675 Bovetegröt Kalcium	8	6
675 Bovetegröt Kalium	101	111
675 Bovetegröt Magnesium	25	32
675 Bovetegröt Natrium	118	154
675 Bovetegröt Selen	0,6	0,8
675 Bovetegröt Zink	0,36	0,47
675 Bovetegröt Retinol	11	14
675 Bovetegröt Vitamin E	0,19	0,26
675 Bovetegröt $\beta$ -Karoten	129	170
675 Bovetegröt Tiamin	0,04	0,06
675 Bovetegröt Riboflavin	0,02	0,02
675 Bovetegröt Vitamin C	0	0
675 Bovetegröt Niacin	0,5	0,7
675 Bovetegröt Niacin	0,8	1
675 Bovetegröt Vitamin B6	0,03	0,04
675 Bovetegröt Folat	4	5
675 Bovetegröt Salt	0,3	0,4
676 Grahamsgr Summa mä	0,1	0,1
676 Grahamsgr Summa enl	0,1	0,1
676 Grahamsgr Summa flei	0,2	0,2
676 Grahamsgr Fettsyra 16	0,1	0,1
676 Grahamsgr Fettsyra 18	0,1	0,1
676 Grahamsgr Fettsyra 18	0,2	0,2
676 Grahamsgr Fettsyra 18	0	0
676 Grahamsgr Monosackarid	0	0
676 Grahamsgr Disackarid	0,1	0,1
676 Grahamsgr Sackaros	0,1	0,1
676 Grahamsgr Energi (kJ)	273	263
676 Grahamsgr Energi (kcal)	65	63
676 Grahamsgr Aska	0,8	0,8
676 Grahamsgr Vatten	82,5	83,2
676 Grahamsgr Kolhydrat	12	11,5
676 Grahamsgr Protein	2	1,9
676 Grahamsgr Fiber	2,2	2,1
676 Grahamsgr Fett	0,5	0,5
676 Grahamsgr Fosfor	69	67
676 Grahamsgr Jod	28	27
676 Grahamsgr Järn	0,99	0,95
676 Grahamsgr Kalcium	12	7
676 Grahamsgr Kalium	76	64
676 Grahamsgr Magnesium	27	25
676 Grahamsgr Natrium	219	209

676	Grahamsgr Selen	0,7	0,6
676	Grahamsgr Zink	0,45	0,44
676	Grahamsgr Vitamin E	0,28	0,27
676	Grahamsgr Tiamin	0,07	0,06
676	Grahamsgr Riboflavin	0,02	0,02
676	Grahamsgr Niacin	0,8	0,8
676	Grahamsgr Niacinekviv	1,1	1,1
676	Grahamsgr Vitamin B6	0,04	0,04
676	Grahamsgr Folat	6	6
676	Grahamsgr Fullkorn to	20	19
676	Grahamsgr Salt	0,6	0,5
677	Havregryns Summa mä	0,2	0,2
677	Havregryns Summa enl	0,5	0,5
677	Havregryns Summa flei	0,5	0,5
677	Havregryns Fettsyra 16	0,2	0,2
677	Havregryns Fettsyra 18	0	0
677	Havregryns Fettsyra 20	0	0
677	Havregryns Fettsyra 16	0	0
677	Havregryns Fettsyra 18	0,5	0,5
677	Havregryns Fettsyra 18	0,5	0,5
677	Havregryns Fettsyra 18	0	0
677	Havregryns Monosacke	0,1	0,1
677	Havregryns Disackaride	0,2	0,2
677	Havregryns Sackaros	0,2	0,2
677	Havregryns Energi (kJ)	284	280
677	Havregryns Energi (kca	68	67
677	Havregryns Aska	1	1
677	Havregryns Vatten	82,8	83,1
677	Havregryns Kolhydrate	10,6	10,4
677	Havregryns Protein	2,4	2,4
677	Havregryns Fibrer	1,8	1,8
677	Havregryns Fett	1,3	1,3
677	Havregryns Fosfor	79	78
677	Havregryns Jod	33	32
677	Havregryns Järn	0,98	0,97
677	Havregryns Kalcium	11	11
677	Havregryns Kalium	74	65
677	Havregryns Magnesium	24	24
677	Havregryns Natrium	261	257
677	Havregryns Selen	0,2	0,2
677	Havregryns Zink	0,59	0,58
677	Havregryns Vitamin E	0,14	0,14
677	Havregryns Tiamin	0,11	0,11
677	Havregryns Riboflavin	0,02	0,02
677	Havregryns Niacin	0,2	0,2
677	Havregryns Niacinekviv	0,6	0,6
677	Havregryns Vitamin B6	0,02	0,02
677	Havregryns Folat	7	7
677	Havregryns Fullkorn to	18	18
677	Havregryns Salt	0,7	0,6

678 Molinogröt Summa mä	0,2	0,1
678 Molinogröt Summa enl	0,4	0,2
678 Molinogröt Summa flei	1,5	0,8
678 Molinogröt Fettsyra 14	0	0
678 Molinogröt Fettsyra 16	0,2	0,1
678 Molinogröt Fettsyra 18	0,1	0
678 Molinogröt Fettsyra 20	0	0
678 Molinogröt Fettsyra 16	0	0
678 Molinogröt Fettsyra 18	0,4	0,2
678 Molinogröt Fettsyra 18	0,4	0,2
678 Molinogröt Fettsyra 18	1	0,6
678 Molinogröt Monosackar	10,9	5,9
678 Molinogröt Disackaride	0,4	0,2
678 Molinogröt Sackaros	0,4	0,2
678 Molinogröt Energi (kJ)	484	260
678 Molinogröt Energi (kca)	116	62
678 Molinogröt Aska	0,7	0,5
678 Molinogröt Vatten	70,8	84,2
678 Molinogröt Avfall (skal	0	0
678 Molinogröt Kolhydrat	18,4	9,9
678 Molinogröt Protein	2,5	1,4
678 Molinogröt Fibrer	5,2	2,8
678 Molinogröt Fett	2,3	1,3
678 Molinogröt Fosfor	81	44
678 Molinogröt Jod	1	5
678 Molinogröt Järn	1,22	0,66
678 Molinogröt Kalcium	35	19
678 Molinogröt Kalium	214	94
678 Molinogröt Magnesium	40	22
678 Molinogröt Natrium	4	40
678 Molinogröt Selen	0,8	0,4
678 Molinogröt Zink	0,52	0,28
678 Molinogröt Retinolekvi	1	0
678 Molinogröt Vitamin E	0,21	0,11
678 Molinogröt $\beta$ -Karoten	9	5
678 Molinogröt Vitamin K	0	0
678 Molinogröt Tiamin	0,13	0,07
678 Molinogröt Riboflavin	0,03	0,02
678 Molinogröt Vitamin C	0	0
678 Molinogröt Niacin	0,7	0,4
678 Molinogröt Niacinekviv	1,1	0,6
678 Molinogröt Vitamin B6	0,07	0,04
678 Molinogröt Folat	8	4
678 Molinogröt Fullkorn to	11	6
678 Molinogröt Salt	0	0,1
681 Kornmjölsgr Summa mä	0,1	0,1
681 Kornmjölsgr Summa enl	0	0
681 Kornmjölsgr Summa flei	0,3	0,3
681 Kornmjölsgr Fettsyra 14	0	0
681 Kornmjölsgr Fettsyra 16	0,1	0,1

681 Kornmjölskg Fettsyra 18	0	0
681 Kornmjölskg Fettsyra 18	0	0
681 Kornmjölskg Fettsyra 18	0,2	0,2
681 Kornmjölskg Fettsyra 18	0	0
681 Kornmjölskg Monosackarid	0,1	0,1
681 Kornmjölskg Disackarid	0,1	0,1
681 Kornmjölskg Sackaros	0,1	0,1
681 Kornmjölskg Energi (kJ)	262	270
681 Kornmjölskg Energi (kcal)	63	65
681 Kornmjölskg Aska	1	1,1
681 Kornmjölskg Vatten	83,5	82,9
681 Kornmjölskg Kolhydrat	11,8	12,2
681 Kornmjölskg Protein	1,7	1,7
681 Kornmjölskg Fibrer	1,4	1,4
681 Kornmjölskg Fett	0,5	0,6
681 Kornmjölskg Fosfor	46	48
681 Kornmjölskg Jod	39	40
681 Kornmjölskg Järn	0,65	0,67
681 Kornmjölskg Kalcium	10	6
681 Kornmjölskg Kalium	65	59
681 Kornmjölskg Magnesium	17	17
681 Kornmjölskg Natrium	310	318
681 Kornmjölskg Selen	0,2	0,2
681 Kornmjölskg Zink	0,44	0,45
681 Kornmjölskg Vitamin E	0,05	0,05
681 Kornmjölskg Tiamin	0,05	0,05
681 Kornmjölskg Riboflavin	0,02	0,02
681 Kornmjölskg Niacin	1	1,1
681 Kornmjölskg Niacinekviv	1,3	1,4
681 Kornmjölskg Vitamin B6	0,04	0,04
681 Kornmjölskg Folat	3	3
681 Kornmjölskg Fullkorn torrt	18	19
681 Kornmjölskg Salt	0,8	0,8
682 Mannagryr Summa mä	1,8	1,9
682 Mannagryr Summa enl	0,7	0,7
682 Mannagryr Summa fler	0,1	0,1
682 Mannagryr Fettsyra 4:1	0,3	0,3
682 Mannagryr Fettsyra 12	0,1	0,1
682 Mannagryr Fettsyra 14	0,3	0,3
682 Mannagryr Fettsyra 16	0,8	0,8
682 Mannagryr Fettsyra 18	0,3	0,3
682 Mannagryr Fettsyra 20	0	0
682 Mannagryr Fettsyra 16	0	0
682 Mannagryr Fettsyra 18	0,6	0,6
682 Mannagryr Fettsyra 18	0,1	0,1
682 Mannagryr Fettsyra 18	0	0
682 Mannagryr Summa tra	0,1	0,1
682 Mannagryr Kolesterol	9,5	9,6
682 Mannagryr Disackarid	4,6	4,6
682 Mannagryr Sackaros	0	0

682 Mannagryr Energi (kJ)	354	373
682 Mannagryr Energi (kca)	85	89
682 Mannagryr Aska	1	1,1
682 Mannagryr Vatten	81,5	80,3
682 Mannagryr Kolhydrat	10,4	11,3
682 Mannagryr Protein	4	4,2
682 Mannagryr Fibrer	0,2	0,3
682 Mannagryr Fett	2,9	2,9
682 Mannagryr Fosfor	92	94
682 Mannagryr Jod	25	31
682 Mannagryr Järn	0,2	0,23
682 Mannagryr Kalcium	110	112
682 Mannagryr Kalium	158	160
682 Mannagryr Magnesium	13	13
682 Mannagryr Natrium	130	178
682 Mannagryr Selen	1,8	1,8
682 Mannagryr Zink	0,46	0,47
682 Mannagryr Retinolekvi	24	25
682 Mannagryr Retinol	23	23
682 Mannagryr Vitamin D	0,02	0,02
682 Mannagryr Vitamin E	0,07	0,07
682 Mannagryr $\beta$ -Karoten	13	13
682 Mannagryr Vitamin K	0	0
682 Mannagryr Tiamin	0,04	0,05
682 Mannagryr Riboflavin	0,12	0,12
682 Mannagryr Niacin	0,1	0,1
682 Mannagryr Niacinekviv	1	1
682 Mannagryr Vitamin B1	0,35	0,35
682 Mannagryr Vitamin B6	0,04	0,04
682 Mannagryr Folat	5	5
682 Mannagryr Salt	0,3	0,4
683 Kruskagröt Summa mä	0,1	0,1
683 Kruskagröt Summa enl	0,2	0,1
683 Kruskagröt Summa flei	0,3	0,3
683 Kruskagröt Fettsyra 14	0	0
683 Kruskagröt Fettsyra 16	0,1	0,1
683 Kruskagröt Fettsyra 18	0	0
683 Kruskagröt Fettsyra 20	0	0
683 Kruskagröt Fettsyra 16	0	0
683 Kruskagröt Fettsyra 18	0,2	0,1
683 Kruskagröt Fettsyra 18	0,2	0,2
683 Kruskagröt Fettsyra 18	0	0
683 Kruskagröt Monosackarid	4,4	4,1
683 Kruskagröt Disackarid	0,3	0,2
683 Kruskagröt Sackaros	0,3	0,2
683 Kruskagröt Energi (kJ)	271	255
683 Kruskagröt Energi (kca)	65	61
683 Kruskagröt Aska	0,9	0,9
683 Kruskagröt Vatten	82,4	83,4
683 Kruskagröt Kolhydrat	11,4	10,8

683	Kruskagröt Protein	1,9	1,8
683	Kruskagröt Fibrer	2,8	2,6
683	Kruskagröt Fett	0,6	0,6
683	Kruskagröt Fosfor	82	77
683	Kruskagröt Jod	22	21
683	Kruskagröt Järn	1,03	0,97
683	Kruskagröt Kalcium	15	10
683	Kruskagröt Kalium	140	109
683	Kruskagröt Magnesium	31	29
683	Kruskagröt Natrium	174	162
683	Kruskagröt Selen	0,3	0,3
683	Kruskagröt Zink	0,55	0,52
683	Kruskagröt Retinolekvi	0	0
683	Kruskagröt Vitamin E	0,17	0,16
683	Kruskagröt $\beta$ -Karoten	1	1
683	Kruskagröt Tiamin	0,07	0,07
683	Kruskagröt Riboflavin	0,02	0,02
683	Kruskagröt Vitamin C	0	0
683	Kruskagröt Niacin	1,1	1,1
683	Kruskagröt Niacinekviv	1,4	1,3
683	Kruskagröt Vitamin B6	0,05	0,05
683	Kruskagröt Folat	10	9
683	Kruskagröt Fullkorn to	9	8
683	Kruskagröt Salt	0,4	0,4
684	Rågmjölsg Summa mä	0,1	0,1
684	Rågmjölsg Summa enl	0	0
684	Rågmjölsg Summa flei	0,2	0,2
684	Rågmjölsg Fettsyra 16	0,1	0,1
684	Rågmjölsg Fettsyra 18	0	0
684	Rågmjölsg Fettsyra 18	0,2	0,2
684	Rågmjölsg Fettsyra 18	0	0
684	Rågmjölsg Monosacke	0,1	0,1
684	Rågmjölsg Disackaride	0,4	0,4
684	Rågmjölsg Sackaros	0,2	0,2
684	Rågmjölsg Energi (kJ)	261	259
684	Rågmjölsg Energi (kca	62	62
684	Rågmjölsg Aska	0,9	0,9
684	Rågmjölsg Vatten	83	83,1
684	Rågmjölsg Kolhydrate	11,5	11,4
684	Rågmjölsg Protein	1,6	1,6
684	Rågmjölsg Fibrer	2,6	2,6
684	Rågmjölsg Fett	0,5	0,5
684	Rågmjölsg Fosfor	69	69
684	Rågmjölsg Jod	30	29
684	Rågmjölsg Järn	0,64	0,63
684	Rågmjölsg Kalcium	8	8
684	Rågmjölsg Kalium	79	69
684	Rågmjölsg Magnesium	21	21
684	Rågmjölsg Natrium	230	229
684	Rågmjölsg Selen	0,2	0,2

684 Rågmjölsgår Zink	0,4	0,4
684 Rågmjölsgår Vitamin E	0,15	0,15
684 Rågmjölsgår Tiamin	0,05	0,05
684 Rågmjölsgår Riboflavin	0,02	0,02
684 Rågmjölsgår Niacin	0,2	0,2
684 Rågmjölsgår Niacinekviv	0,5	0,4
684 Rågmjölsgår Vitamin B6	0,04	0,04
684 Rågmjölsgår Folat	7	7
684 Rågmjölsgår Fullkorn to	19	19
684 Rågmjölsgår Salt	0,6	0,6
685 Vit stuvninå Summa mä	1,4	1,5
685 Vit stuvninå Summa enl	3,1	3,4
685 Vit stuvninå Summa flei	1,4	1,6
685 Vit stuvninå Fettsyra 16	0,6	0,6
685 Vit stuvninå Fettsyra 18	0,3	0,3
685 Vit stuvninå Fettsyra 18	3,1	3,4
685 Vit stuvninå Fettsyra 18	0,9	1
685 Vit stuvninå Fettsyra 18	0,4	0,5
685 Vit stuvninå Energi (kJ)	419	438
685 Vit stuvninå Energi (kca)	100	105
685 Vit stuvninå Fett	6,1	6,6
695 Havrevällin Summa mä	1	0,9
695 Havrevällin Summa enl	0,5	0,4
695 Havrevällin Summa flei	0,2	0,1
695 Havrevällin Fettsyra 4:(	0,2	0,1
695 Havrevällin Fettsyra 12	0	0
695 Havrevällin Fettsyra 14	0,2	0,1
695 Havrevällin Fettsyra 16	0,5	0,4
695 Havrevällin Fettsyra 18	0,2	0,2
695 Havrevällin Fettsyra 20	0	0
695 Havrevällin Fettsyra 16	0	0
695 Havrevällin Fettsyra 18	0,4	0,4
695 Havrevällin Fettsyra 18	0,1	0,1
695 Havrevällin Fettsyra 18	0	0
695 Havrevällin Summa tra	0	0
695 Havrevällin Kolesterol	5	4,4
695 Havrevällin Monosacke	3,5	3
695 Havrevällin Disackaride	3,6	3,1
695 Havrevällin Sackaros	1,2	1
695 Havrevällin Energi (kJ)	286	250
695 Havrevällin Energi (kca)	68	60
695 Havrevällin Aska	1	0,9
695 Havrevällin Vatten	83,7	85,7
695 Havrevällin Kolhydrate	10	8,8
695 Havrevällin Protein	2,4	2,1
695 Havrevällin Fibrer	1	0,9
695 Havrevällin Fett	1,8	1,6
695 Havrevällin Fosfor	69	60
695 Havrevällin Jod	31	28
695 Havrevällin Järn	0,39	0,34



695 Havrevällin Kalcium	65	55
695 Havrevällin Kalium	142	112
695 Havrevällin Magnesium	14	12
695 Havrevällin Natrium	216	188
695 Havrevällin Selen	1	0,8
695 Havrevällin Zink	0,37	0,32
695 Havrevällin Retinolekvi	13	11
695 Havrevällin Retinol	12	11
695 Havrevällin Vitamin D	0,01	0,01
695 Havrevällin Vitamin E	0,08	0,07
695 Havrevällin $\beta$ -Karoten	7	6
695 Havrevällin Vitamin K	0	0
695 Havrevällin Tiamin	0,05	0,05
695 Havrevällin Riboflavin	0,07	0,06
695 Havrevällin Vitamin C	0	0
695 Havrevällin Niacin	0,1	0,1
695 Havrevällin Niacinekviv	0,6	0,6
695 Havrevällin Vitamin B1	0,18	0,16
695 Havrevällin Vitamin B6	0,03	0,03
695 Havrevällin Folat	4	3
695 Havrevällin Fullkorn to	4	4
695 Havrevällin Salt	0,5	0,5
696 Mannagryr Summa mä	2,1	1,1
696 Mannagryr Summa enl	0,7	0,4
696 Mannagryr Summa flei	0,1	0
696 Mannagryr Fettsyra 4:(	0,3	0,2
696 Mannagryr Fettsyra 12	0,1	0,1
696 Mannagryr Fettsyra 14	0,3	0,2
696 Mannagryr Fettsyra 16	0,9	0,5
696 Mannagryr Fettsyra 18	0,4	0,2
696 Mannagryr Fettsyra 20	0	0
696 Mannagryr Fettsyra 16	0	0
696 Mannagryr Fettsyra 18	0,7	0,4
696 Mannagryr Fettsyra 18	0,1	0
696 Mannagryr Fettsyra 18	0	0
696 Mannagryr Summa tra	0,1	0,1
696 Mannagryr Kolesterol	10,8	5,9
696 Mannagryr Disackaride	5,2	2,9
696 Mannagryr Sackaros	0	0
696 Mannagryr Energi (kJ)	334	183
696 Mannagryr Energi (kca	80	44
696 Mannagryr Aska	1,1	0,6
696 Mannagryr Vatten	83	90,7
696 Mannagryr Kolhydrate	8,4	4,6
696 Mannagryr Protein	4,1	2,2
696 Mannagryr Fibrer	0,1	0,1
696 Mannagryr Fett	3,2	1,8
696 Mannagryr Fosfor	101	55
696 Mannagryr Jod	28	15
696 Mannagryr Järn	0,14	0,08

696 Mannagryr Kalcium	124	68
696 Mannagryr Kalium	175	96
696 Mannagryr Magnesium	14	7
696 Mannagryr Natrium	148	81
696 Mannagryr Selen	1,9	1,1
696 Mannagryr Zink	0,49	0,27
696 Mannagryr Retinolekvi	28	15
696 Mannagryr Retinol	26	15
696 Mannagryr Vitamin D	0,02	0,01
696 Mannagryr Vitamin E	0,08	0,04
696 Mannagryr $\beta$ -Karoten	15	8
696 Mannagryr Vitamin K	0	0
696 Mannagryr Tiamin	0,05	0,03
696 Mannagryr Riboflavin	0,14	0,08
696 Mannagryr Niacin	0,1	0,1
696 Mannagryr Niacinekviv	1	0,6
696 Mannagryr Vitamin B1	0,4	0,22
696 Mannagryr Vitamin B6	0,04	0,02
696 Mannagryr Folat	5	3
696 Mannagryr Salt	0,4	0,2
698 Vetemjölsv Summa mä	2,1	1,6
698 Vetemjölsv Summa enl	1,3	1
698 Vetemjölsv Summa flei	0,4	0,3
698 Vetemjölsv Fettsyra 4:(	0,3	0,2
698 Vetemjölsv Fettsyra 12	0,1	0,1
698 Vetemjölsv Fettsyra 14	0,3	0,2
698 Vetemjölsv Fettsyra 16	0,9	0,7
698 Vetemjölsv Fettsyra 18	0,4	0,3
698 Vetemjölsv Fettsyra 20	0	0
698 Vetemjölsv Fettsyra 16	0	0
698 Vetemjölsv Fettsyra 18	1,3	1
698 Vetemjölsv Fettsyra 18	0,3	0,2
698 Vetemjölsv Fettsyra 18	0,1	0,1
698 Vetemjölsv Summa tra	0,1	0,1
698 Vetemjölsv Kolesterol	10,4	7,6
698 Vetemjölsv Monosackæ	0	0
698 Vetemjölsv Disackaride	6	4,5
698 Vetemjölsv Sackaros	1	0,8
698 Vetemjölsv Energi (kJ)	350	261
698 Vetemjölsv Energi (kca	84	63
698 Vetemjölsv Aska	1,3	0,9
698 Vetemjölsv Vatten	82,9	87,4
698 Vetemjölsv Kolhydrate	7,9	5,8
698 Vetemjölsv Protein	3,7	2,8
698 Vetemjölsv Fibrer	0,1	0,1
698 Vetemjölsv Fett	4,1	3,1
698 Vetemjölsv Fosfor	96	71
698 Vetemjölsv Jod	39	29
698 Vetemjölsv Järn	0,08	0,06
698 Vetemjölsv Kalcium	119	88

698 Vetemjölsv Kalium	168	124
698 Vetemjölsv Magnesium	13	10
698 Vetemjölsv Natrium	244	180
698 Vetemjölsv Selen	1,9	1,4
698 Vetemjölsv Zink	0,47	0,35
698 Vetemjölsv Retinolekvi	37	27
698 Vetemjölsv Retinol	25	19
698 Vetemjölsv Vitamin D	0,14	0,11
698 Vetemjölsv Vitamin E	0,3	0,22
698 Vetemjölsv $\beta$ -Karoten	14	10
698 Vetemjölsv Vitamin K	0	0
698 Vetemjölsv Tiamin	0,05	0,04
698 Vetemjölsv Riboflavin	0,13	0,1
698 Vetemjölsv Vitamin C	0	0
698 Vetemjölsv Niacin	0,2	0,1
698 Vetemjölsv Niacinekviv	1	0,8
698 Vetemjölsv Vitamin B1	0,38	0,28
698 Vetemjölsv Vitamin B6	0,04	0,03
698 Vetemjölsv Folat	4	3
698 Vetemjölsv Salt	0,6	0,4
732 Fattiga ridc Summa mä	1,6	1,7
732 Fattiga ridc Summa enl	2	2,2
732 Fattiga ridc Summa flei	0,9	1
732 Fattiga ridc Fettsyra 16	0,8	0,8
732 Fattiga ridc Fettsyra 18	0,3	0,3
732 Fattiga ridc Fettsyra 18	2	2,1
732 Fattiga ridc Fettsyra 18	0,7	0,7
732 Fattiga ridc Fettsyra 18	0,2	0,2
732 Fattiga ridc Energi (kJ)	839	847
732 Fattiga ridc Energi (kca)	201	202
732 Fattiga ridc Fett	5,3	5,5
733 Pannkaka t Summa mä	1,1	1,1
733 Pannkaka t Summa enl	2,7	2,9
733 Pannkaka t Summa flei	1,4	1,5
733 Pannkaka t Fettsyra 16	0,6	0,6
733 Pannkaka t Fettsyra 18	0,2	0,2
733 Pannkaka t Fettsyra 18	2,7	2,9
733 Pannkaka t Fettsyra 18	1	1
733 Pannkaka t Fettsyra 18	0,3	0,3
733 Pannkaka t Energi (kJ)	681	694
733 Pannkaka t Energi (kca)	163	166
733 Pannkaka t Fett	5,6	6
734 Ugnspannk Summa mä	1,2	1,2
734 Ugnspannk Summa enl	3	3,2
734 Ugnspannk Summa flei	1,5	1,6
734 Ugnspannk Fettsyra 16	0,7	0,7
734 Ugnspannk Fettsyra 18	0,3	0,3
734 Ugnspannk Fettsyra 18	2,9	3,1
734 Ugnspannk Fettsyra 18	1,1	1,1
734 Ugnspannk Fettsyra 18	0,3	0,4

734 Ugnspannk Energi (kJ)	730	744
734 Ugnspannk Energi (kca)	175	178
734 Ugnspannk Fett	6,2	6,5
735 Ugnspannk Summa mä	1,7	1,8
735 Ugnspannk Summa enl	3,1	3,3
735 Ugnspannk Summa flei	1,5	1,6
735 Ugnspannk Fettsyra 16	0,9	0,9
735 Ugnspannk Fettsyra 18	0,4	0,4
735 Ugnspannk Fettsyra 18	3	3,2
735 Ugnspannk Fettsyra 18	1	1,1
735 Ugnspannk Fettsyra 18	0,3	0,4
735 Ugnspannk Energi (kJ)	750	763
735 Ugnspannk Energi (kca)	179	182
735 Ugnspannk Fett	6,9	7,2
736 Våfflor ägg Summa mä	2,5	2,6
736 Våfflor ägg Summa enl	6,2	6,8
736 Våfflor ägg Summa flei	3	3,3
736 Våfflor ägg Fettsyra 16	1,2	1,3
736 Våfflor ägg Fettsyra 18	0,5	0,5
736 Våfflor ägg Fettsyra 18	6,1	6,7
736 Våfflor ägg Fettsyra 18	2,1	2,3
736 Våfflor ägg Fettsyra 18	0,8	0,9
736 Våfflor ägg Energi (kJ)	982	1017
736 Våfflor ägg Energi (kca)	235	243
736 Våfflor ägg Fett	12,3	13,2
737 Våfflor fras Summa mä	12,6	12
737 Våfflor fras Summa enl	4,5	4,3
737 Våfflor fras Summa flei	0,6	0,5
737 Våfflor fras Fettsyra 4:(	2	1,9
737 Våfflor fras Fettsyra 12	0,6	0,6
737 Våfflor fras Fettsyra 14	2	1,9
737 Våfflor fras Fettsyra 16	5,6	5,3
737 Våfflor fras Fettsyra 18	2,2	2,1
737 Våfflor fras Fettsyra 20	0	0
737 Våfflor fras Fettsyra 16	0,2	0,2
737 Våfflor fras Fettsyra 18	4,2	4
737 Våfflor fras Fettsyra 18	0,5	0,5
737 Våfflor fras Fettsyra 18	0,1	0,1
737 Våfflor fras Summa tra	0,6	0,5
737 Våfflor fras Kolesterol	53,6	51,2
737 Våfflor fras Monosacke	0	0
737 Våfflor fras Disackaride	2	1,9
737 Våfflor fras Sackaros	0,1	0,1
737 Våfflor fras Energi (kJ)	1316	1256
737 Våfflor fras Energi (kca)	314	300
737 Våfflor fras Aska	0,4	0,4
737 Våfflor fras Vatten	44,8	47,3
737 Våfflor fras Kolhydrate	29,3	28
737 Våfflor fras Protein	4,9	4,7
737 Våfflor fras Fibrer	1	0,9

737 Våfflor fras Fett	19,6	18,7
737 Våfflor fras Fosfor	71	68
737 Våfflor fras Jod	5	5
737 Våfflor fras Järn	0,49	0,46
737 Våfflor fras Kalcium	42	41
737 Våfflor fras Kalium	95	91
737 Våfflor fras Magnesium	14	13
737 Våfflor fras Natrium	13	12
737 Våfflor fras Selen	1,6	1,5
737 Våfflor fras Zink	0,45	0,43
737 Våfflor fras Retinolekvi	166	159
737 Våfflor fras Retinol	159	152
737 Våfflor fras Vitamin D	0,13	0,13
737 Våfflor fras Vitamin E	0,6	0,57
737 Våfflor fras $\beta$ -Karoten	88	84
737 Våfflor fras Vitamin K	2	2
737 Våfflor fras Tiamin	0,16	0,15
737 Våfflor fras Riboflavin	0,08	0,08
737 Våfflor fras Vitamin C	0	0
737 Våfflor fras Niacin	1,5	1,5
737 Våfflor fras Niacinekviv	2,4	2,3
737 Våfflor fras Vitamin B1	0,11	0,1
737 Våfflor fras Vitamin B6	0,09	0,08
737 Våfflor fras Folat	7	7
737 Våfflor fras Salt	0	0
756 Köttfärs <span>paj</span> Summa mä	3,8	3,9
756 Köttfärs <span>paj</span> Summa enl	5,5	5,9
756 Köttfärs <span>paj</span> Summa flei	2,1	2,3
756 Köttfärs <span>paj</span> Fettsyra 16	1,8	1,9
756 Köttfärs <span>paj</span> Fettsyra 18	0,9	1
756 Köttfärs <span>paj</span> Fettsyra 18	5,2	5,7
756 Köttfärs <span>paj</span> Fettsyra 18	1,4	1,6
756 Köttfärs <span>paj</span> Fettsyra 18	0,6	0,6
756 Köttfärs <span>paj</span> Energi (kJ)	790	815
756 Köttfärs <span>paj</span> Energi (kca)	189	195
756 Köttfärs <span>paj</span> Fett	11,9	12,6
757 Kyckling <span>paj</span> Summa mä	2,1	2,2
757 Kyckling <span>paj</span> Summa enl	2,5	2,6
757 Kyckling <span>paj</span> Summa flei	1	1,1
757 Kyckling <span>paj</span> Fettsyra 16	1,1	1,1
757 Kyckling <span>paj</span> Fettsyra 18	0,4	0,4
757 Kyckling <span>paj</span> Fettsyra 18	2,3	2,5
757 Kyckling <span>paj</span> Fettsyra 18	0,7	0,8
757 Kyckling <span>paj</span> Fettsyra 18	0,2	0,2
757 Kyckling <span>paj</span> Energi (kJ)	533	542
757 Kyckling <span>paj</span> Energi (kca)	127	130
757 Kyckling <span>paj</span> Fett	6	6,2
766 Pizza pan p Fibrer	1,5	1,4
766 Pizza pan p Vitamin E	0,98	
766 Pizza pan p Niacinekviv	4,7	

766 Pizza pan p Salt	1,5	
770 Vol-au-ven Summa mä	3,9	3,9
770 Vol-au-ven Summa enl	4,1	4,2
770 Vol-au-ven Summa flei	2,3	2,4
770 Vol-au-ven Fettsyra 4:(	0,2	0,2
770 Vol-au-ven Fettsyra 12	0,2	0,2
770 Vol-au-ven Fettsyra 14	0,2	0,2
770 Vol-au-ven Fettsyra 16	2,5	2,5
770 Vol-au-ven Fettsyra 18	0,4	0,4
770 Vol-au-ven Fettsyra 20	0	0
770 Vol-au-ven Fettsyra 16	0	0
770 Vol-au-ven Fettsyra 18	4,3	4,4
770 Vol-au-ven Fettsyra 18	1,4	1,5
770 Vol-au-ven Fettsyra 18	0,5	0,6
770 Vol-au-ven Fettsyra 20	0	0
770 Vol-au-ven EPA (Fettsy	0	0
770 Vol-au-ven DPA (Fettsy	0	0
770 Vol-au-ven DHA (Fettsy	0	0
770 Vol-au-ven Summa tra	0,1	0,1
770 Vol-au-ven Kolesterol	48,1	35,5
770 Vol-au-ven Monosackä	0	0
770 Vol-au-ven Disackaride	0,7	0,7
770 Vol-au-ven Sackaros	0	0
770 Vol-au-ven Energi (kJ)	839	817
770 Vol-au-ven Energi (kca	201	195
770 Vol-au-ven Aska	1,5	1,1
770 Vol-au-ven Vatten	61,4	63,1
770 Vol-au-ven Avfall (skal	7	13
770 Vol-au-ven Kolhydrate	17,9	17,8
770 Vol-au-ven Protein	8	6,6
770 Vol-au-ven Fibrer	0,6	0,6
770 Vol-au-ven Fett	10,6	10,7
770 Vol-au-ven Fosfor	94	68
770 Vol-au-ven Jod	2	6
770 Vol-au-ven Järn	0,99	0,37
770 Vol-au-ven Kalcium	40	20
770 Vol-au-ven Kalium	72	63
770 Vol-au-ven Magnesium	18	16
770 Vol-au-ven Natrium	358	281
770 Vol-au-ven Selen	5,2	5,7
770 Vol-au-ven Zink	0,51	0,47
770 Vol-au-ven Retinolekvi	103	98
770 Vol-au-ven Retinol	15	11
770 Vol-au-ven Vitamin D	1,22	1,09
770 Vol-au-ven Vitamin E	1,88	2,41
770 Vol-au-ven $\beta$ -Karoten	14	14
770 Vol-au-ven Vitamin K	0	0
770 Vol-au-ven Tiamin	0,1	0,1
770 Vol-au-ven Riboflavin	0,04	0,04
770 Vol-au-ven Vitamin C	0	0

770 Vol-au-ven Niacin	1,5	1,2
770 Vol-au-ven Niacinekviv	3	2,4
770 Vol-au-ven Vitamin B1	0,25	0,74
770 Vol-au-ven Vitamin B6	0,08	0,07
770 Vol-au-ven Folat	5	7
770 Vol-au-ven Summa n-3	0	0
770 Vol-au-ven Summa n-6	0	0
770 Vol-au-ven Salt	0,9	0,7
770 Vol-au-ven Summa lån	0	0
791 Pirogfyllnin Summa mä	2,8	2,8
791 Pirogfyllnin Summa enl	4,9	5,1
791 Pirogfyllnin Summa flei	1,8	1,9
791 Pirogfyllnin Fettsyra 4:(	0	0
791 Pirogfyllnin Fettsyra 12	0	0
791 Pirogfyllnin Fettsyra 14	0,1	0,1
791 Pirogfyllnin Fettsyra 16	1,6	1,6
791 Pirogfyllnin Fettsyra 18	1	0,9
791 Pirogfyllnin Fettsyra 20	0	0
791 Pirogfyllnin Fettsyra 16	0,2	0,2
791 Pirogfyllnin Fettsyra 18	4,6	4,8
791 Pirogfyllnin Fettsyra 18	1,3	1,3
791 Pirogfyllnin Fettsyra 18	0,4	0,4
791 Pirogfyllnin Fettsyra 20	0	0
791 Pirogfyllnin EPA (Fettsy	0	0
791 Pirogfyllnin DPA (Fettsy	0	0
791 Pirogfyllnin DHA (Fettsy	0	0
791 Pirogfyllnin Summa tra	0	0
791 Pirogfyllnin Kolesterol	64,6	63,5
791 Pirogfyllnin Monosacke	1,1	1,2
791 Pirogfyllnin Disackaride	0,7	0,8
791 Pirogfyllnin Sackaros	0,7	0,8
791 Pirogfyllnin Energi (kJ)	718	734
791 Pirogfyllnin Energi (kca	172	175
791 Pirogfyllnin Aska	2,9	2,5
791 Pirogfyllnin Vatten	66	66,3
791 Pirogfyllnin Avfall (skal	4	5
791 Pirogfyllnin Kolhydrate	10,8	11,2
791 Pirogfyllnin Protein	9,2	9,1
791 Pirogfyllnin Fibrer	0,7	0,8
791 Pirogfyllnin Fett	10,1	10,4
791 Pirogfyllnin Fosfor	112	111
791 Pirogfyllnin Jod	114	93
791 Pirogfyllnin Järn	1,15	1,13
791 Pirogfyllnin Kalcium	39	39
791 Pirogfyllnin Kalium	209	208
791 Pirogfyllnin Magnesium	17	17
791 Pirogfyllnin Natrium	945	777
791 Pirogfyllnin Selen	6,4	6,3
791 Pirogfyllnin Zink	1,98	1,95
791 Pirogfyllnin Retinolekvi	141	161

791 Pirogfyllnin Retinol	34	33
791 Pirogfyllnin Vitamin D	0,87	0,86
791 Pirogfyllnin Vitamin E	1,95	1,91
791 Pirogfyllnin $\beta$ -Karoten	683	906
791 Pirogfyllnin Vitamin K	4	4
791 Pirogfyllnin Tiamin	0,09	0,09
791 Pirogfyllnin Riboflavin	0,14	0,14
791 Pirogfyllnin Vitamin C	2	1
791 Pirogfyllnin Niacin	2,1	2,1
791 Pirogfyllnin Niacinekviv	3,9	3,8
791 Pirogfyllnin Vitamin B1	0,43	0,42
791 Pirogfyllnin Vitamin B6	0,19	0,19
791 Pirogfyllnin Folat	11	12
791 Pirogfyllnin Summa n-3	0	0
791 Pirogfyllnin Summa n-6	0,2	0,2
791 Pirogfyllnin Salt	2,4	1,9
796 Ost- och sk Summa mä	7,8	7,8
796 Ost- och sk Summa enl	5,7	5,7
796 Ost- och sk Summa fler	2,7	2,7
796 Ost- och sk Fettsyra 4:(	0,6	0,6
796 Ost- och sk Fettsyra 12	0,4	0,4
796 Ost- och sk Fettsyra 14	0,7	0,7
796 Ost- och sk Fettsyra 16	4,7	4,7
796 Ost- och sk Fettsyra 18	1,1	1
796 Ost- och sk Fettsyra 20	0	0
796 Ost- och sk Fettsyra 16	0,1	0,1
796 Ost- och sk Fettsyra 18	6	6
796 Ost- och sk Fettsyra 18	1,7	1,7
796 Ost- och sk Fettsyra 18	0,6	0,6
796 Ost- och sk Fettsyra 20	0	0
796 Ost- och sk DPA (Fettsy	0	0
796 Ost- och sk DHA (Fettsy	0	0
796 Ost- och sk Summa tra	0,2	0,2
796 Ost- och sk Kolesterol	75,9	75,8
796 Ost- och sk Monosacke	0,4	0,4
796 Ost- och sk Disackaride	1,8	1,8
796 Ost- och sk Sackaros	0,1	0,1
796 Ost- och sk Energi (kJ)	1097	1096
796 Ost- och sk Energi (kca	262	262
796 Ost- och sk Aska	1,8	1,9
796 Ost- och sk Vatten	53,2	53,2
796 Ost- och sk Avfall (skal	3	3
796 Ost- och sk Kolhydrate	15,2	15,1
796 Ost- och sk Protein	12,1	12,1
796 Ost- och sk Fibrer	0,7	0,7
796 Ost- och sk Fett	17	17
796 Ost- och sk Fosfor	183	183
796 Ost- och sk Jod	11	18
796 Ost- och sk Järn	0,64	0,64
796 Ost- och sk Kalcium	160	160



796 Ost- och sk Kalium	170	170
796 Ost- och sk Magnesium	19	19
796 Ost- och sk Natrium	383	436
796 Ost- och sk Selen	6,8	6,7
796 Ost- och sk Zink	1,42	1,42
796 Ost- och sk Retinolekvi	178	178
796 Ost- och sk Retinol	77	77
796 Ost- och sk Vitamin D	1,57	1,56
796 Ost- och sk Vitamin E	2,58	2,58
796 Ost- och sk $\beta$ -Karoten	36	36
796 Ost- och sk Vitamin K	5	5
796 Ost- och sk Tiamin	0,14	0,14
796 Ost- och sk Riboflavin	0,18	0,18
796 Ost- och sk Vitamin C	2	2
796 Ost- och sk Niacin	1,2	1,2
796 Ost- och sk Niacinekviv	3,8	3,8
796 Ost- och sk Vitamin B1	0,59	0,58
796 Ost- och sk Vitamin B6	0,13	0,13
796 Ost- och sk Folat	25	25
796 Ost- och sk Summa n-3	0	0
796 Ost- och sk Summa n-6	0,2	0,2
796 Ost- och sk Salt	1	1,1
821 Risotto full Summa mä	0,6	0,6
821 Risotto full Summa enl	2,1	2
821 Risotto full Summa flei	1,7	1,6
821 Risotto full Fettsyra 12	0	0
821 Risotto full Fettsyra 14	0	0
821 Risotto full Fettsyra 16	0,4	0,4
821 Risotto full Fettsyra 18	0,1	0,1
821 Risotto full Fettsyra 20	0	0
821 Risotto full Fettsyra 16	0	0
821 Risotto full Fettsyra 18	2,1	2
821 Risotto full Fettsyra 18	1,5	1,3
821 Risotto full Fettsyra 18	0,2	0,2
821 Risotto full Summa tra	0	0
821 Risotto full Monosacke	3,5	3,1
821 Risotto full Disackaride	1,5	1,3
821 Risotto full Sackaros	1,5	1,3
821 Risotto full Energi (kJ)	667	596
821 Risotto full Energi (kca)	159	142
821 Risotto full Aska	1,8	1,6
821 Risotto full Vatten	63	67,4
821 Risotto full Avfall (skal	12	11
821 Risotto full Kolhydrate	22,9	20,2
821 Risotto full Protein	4,4	3,9
821 Risotto full Fibrer	3,5	3,1
821 Risotto full Fett	4,7	4,3
821 Risotto full Fosfor	123	108
821 Risotto full Jod	39	34
821 Risotto full Järn	1,01	0,89

821 Risotto full Kalcium	19	16
821 Risotto full Kalium	253	220
821 Risotto full Magnesium	51	45
821 Risotto full Natrium	335	295
821 Risotto full Selen	3,7	3,2
821 Risotto full Zink	1	0,88
821 Risotto full Retinolekvi	194	172
821 Risotto full Vitamin D	0,25	0,22
821 Risotto full Vitamin E	2,45	2,17
821 Risotto full $\beta$ -Karoten	1860	1648
821 Risotto full Tiamin	0,14	0,12
821 Risotto full Riboflavin	0,06	0,05
821 Risotto full Vitamin C	53	47
821 Risotto full Niacin	2,3	2
821 Risotto full Niacinekviv	3	2,7
821 Risotto full Vitamin B6	0,21	0,19
821 Risotto full Folat	41	37
821 Risotto full Fullkorn to	24	21
821 Risotto full Salt	0,8	0,7
822 Risotto full Summa mä	1	0,9
822 Risotto full Summa enl	3,4	3,1
822 Risotto full Summa flei	1,4	1,3
822 Risotto full Fettsyra 4:(	0	0
822 Risotto full Fettsyra 12	0,1	0,1
822 Risotto full Fettsyra 14	0	0
822 Risotto full Fettsyra 16	0,5	0,5
822 Risotto full Fettsyra 18	0,3	0,3
822 Risotto full Fettsyra 20	0	0
822 Risotto full Fettsyra 16	0	0
822 Risotto full Fettsyra 18	3,3	3,1
822 Risotto full Fettsyra 18	1,2	1,1
822 Risotto full Fettsyra 18	0,2	0,2
822 Risotto full Summa tra	0	0
822 Risotto full Monosacke	2,5	2,2
822 Risotto full Disackaride	0,8	0,7
822 Risotto full Sackaros	0,8	0,7
822 Risotto full Energi (kJ)	674	603
822 Risotto full Energi (kca	161	144
822 Risotto full Aska	1,7	1,5
822 Risotto full Vatten	64,1	68,3
822 Risotto full Avfall (skal	4	4
822 Risotto full Kolhydrate	20,5	18,1
822 Risotto full Protein	4,4	3,9
822 Risotto full Fibrer	3,3	2,9
822 Risotto full Fett	6,1	5,6
822 Risotto full Fosfor	127	112
822 Risotto full Jod	26	23
822 Risotto full Järn	1,12	1
822 Risotto full Kalcium	16	14
822 Risotto full Kalium	277	242

822 Risotto full Magnesium	55	49
822 Risotto full Natrium	229	202
822 Risotto full Selen	3,4	3
822 Risotto full Zink	1,11	0,99
822 Risotto full Retinolekvi	48	43
822 Risotto full Vitamin D	0,21	0,18
822 Risotto full Vitamin E	1,55	1,37
822 Risotto full $\beta$ -Karoten	378	336
822 Risotto full Tiamin	0,11	0,1
822 Risotto full Riboflavin	0,05	0,04
822 Risotto full Vitamin C	18	16
822 Risotto full Niacin	1,9	1,7
822 Risotto full Niacinekviv	2,6	2,3
822 Risotto full Vitamin B6	0,14	0,12
822 Risotto full Folat	21	19
822 Risotto full Fullkorn to	20	18
822 Risotto full Salt	0,6	0,5
834 Hirs fullkor Summa mä	0,3	0,2
834 Hirs fullkor Summa enl	0,2	0,2
834 Hirs fullkor Summa flei	0,5	0,4
834 Hirs fullkor Fettsyra 16	0,2	0,2
834 Hirs fullkor Fettsyra 18	0	0
834 Hirs fullkor Fettsyra 20	0	0
834 Hirs fullkor Fettsyra 16	0	0
834 Hirs fullkor Fettsyra 18	0,2	0,2
834 Hirs fullkor Fettsyra 18	0,5	0,4
834 Hirs fullkor Fettsyra 18	0	0
834 Hirs fullkor Monosacke	0,2	0,2
834 Hirs fullkor Disackaride	0	0
834 Hirs fullkor Sackaros	0	0
834 Hirs fullkor Energi (kJ)	612	490
834 Hirs fullkor Energi (kca	146	117
834 Hirs fullkor Aska	0,8	0,6
834 Hirs fullkor Vatten	63,9	71,1
834 Hirs fullkor Kolhydrate	28,4	22,7
834 Hirs fullkor Protein	4,4	3,5
834 Hirs fullkor Fibrer	1,3	1,1
834 Hirs fullkor Fett	1,2	1
834 Hirs fullkor Fosfor	100	80
834 Hirs fullkor Jod	19	15
834 Hirs fullkor Järn	2	1,6
834 Hirs fullkor Kalcium	4	4
834 Hirs fullkor Kalium	91	65
834 Hirs fullkor Magnesium	42	33
834 Hirs fullkor Natrium	146	117
834 Hirs fullkor Selen	0,8	0,7
834 Hirs fullkor Zink	1,41	1,13
834 Hirs fullkor Vitamin E	0,02	0,02
834 Hirs fullkor Tiamin	0,26	0,21
834 Hirs fullkor Riboflavin	0,14	0,11

834 Hirs fullkor Niacin	1	0,8
834 Hirs fullkor Niacinekviv	1,7	1,3
834 Hirs fullkor Vitamin B6	0,19	0,15
834 Hirs fullkor Folat	8	6
834 Hirs fullkor Fullkorn to	42	33
834 Hirs fullkor Salt	0,4	0,3
835 Majsgryn p Summa mä	0	0
835 Majsgryn p Summa enl	0,1	0,1
835 Majsgryn p Summa flei	0,2	0,1
835 Majsgryn p Fettsyra 16	0	0
835 Majsgryn p Fettsyra 18	0	0
835 Majsgryn p Fettsyra 18	0,1	0,1
835 Majsgryn p Fettsyra 18	0,1	0,1
835 Majsgryn p Fettsyra 18	0	0
835 Majsgryn p Monosacke	0,1	0,1
835 Majsgryn p Disackaride	0,3	0,2
835 Majsgryn p Sackaros	0,3	0,2
835 Majsgryn p Energi (kJ)	375	312
835 Majsgryn p Energi (kca	90	75
835 Majsgryn p Aska	1,5	1,2
835 Majsgryn p Vatten	76,2	80,2
835 Majsgryn p Kolhydrate	18,8	15,6
835 Majsgryn p Protein	2	1,7
835 Majsgryn p Fibrer	1,3	1,1
835 Majsgryn p Fett	0,3	0,3
835 Majsgryn p Fosfor	26	22
835 Majsgryn p Jod	64	53
835 Majsgryn p Järn	0,29	0,24
835 Majsgryn p Kalcium	7	3
835 Majsgryn p Kalium	32	23
835 Majsgryn p Magnesium	13	10
835 Majsgryn p Natrium	509	423
835 Majsgryn p Selen	0,5	0,4
835 Majsgryn p Zink	0,39	0,32
835 Majsgryn p Retinolekvi	2	2
835 Majsgryn p Vitamin E	0,28	0,23
835 Majsgryn p $\beta$ -Karoten	28	23
835 Majsgryn p Tiamin	0,03	0,03
835 Majsgryn p Riboflavin	0,01	0,01
835 Majsgryn p Niacin	0,3	0,2
835 Majsgryn p Niacinekviv	0,5	0,4
835 Majsgryn p Vitamin B6	0,02	0,02
835 Majsgryn p Folat	2	1
835 Majsgryn p Salt	1,3	1,1
836 Apelsinris ( Protein	1,5	1,4
838 Ris à la Mal Summa mä	3,9	3,9
838 Ris à la Mal Summa enl	4,1	4,1
838 Ris à la Mal Summa flei	1	1
838 Ris à la Mal Fettsyra 16	1,8	1,8
838 Ris à la Mal Fettsyra 18	0,7	0,7

838	Ris à la Mal Fettsyra 18	4	4
838	Ris à la Mal Fettsyra 18	1	1
838	Ris à la Mal Fettsyra 18	0	0
838	Ris à la Mal Disackaride	13,2	13,2
838	Ris à la Mal Sackaros	12,6	12,6
838	Ris à la Mal Energi (kJ)	926	970
838	Ris à la Mal Energi (kca	221	232
838	Ris à la Mal Aska	0,8	0,9
838	Ris à la Mal Vatten	55,7	53
838	Ris à la Mal Kolhydrate	29,6	32
838	Ris à la Mal Protein	3,4	3,5
838	Ris à la Mal Fibrer	0,9	0,9
838	Ris à la Mal Fett	9,7	9,7
838	Ris à la Mal Fosfor	70	73
838	Ris à la Mal Jod	22	25
838	Ris à la Mal Järn	0,39	0,4
838	Ris à la Mal Kalcium	21	21
838	Ris à la Mal Kalium	82	82
838	Ris à la Mal Magnesium	32	33
838	Ris à la Mal Natrium	174	198
838	Ris à la Mal Zink	0,53	0,57
838	Ris à la Mal Tiamin	0,06	0,06
838	Ris à la Mal Riboflavin	0,08	0,09
838	Ris à la Mal Niacin	0,6	0,6
838	Ris à la Mal Niacinekviv	1,1	1,2
838	Ris à la Mal Vitamin B6	0,04	0,04
838	Ris à la Mal Folat	10	10
838	Ris à la Mal Salt	0,4	0,5
839	Risgrynska Summa mä	1,7	1,7
839	Risgrynska Summa enl	1,3	1,4
839	Risgrynska Summa flei	0,4	0,4
839	Risgrynska Fettsyra 4:(	0,2	0,2
839	Risgrynska Fettsyra 12	0,1	0,1
839	Risgrynska Fettsyra 14	0,2	0,2
839	Risgrynska Fettsyra 16	0,8	0,8
839	Risgrynska Fettsyra 18	0,3	0,3
839	Risgrynska Fettsyra 20	0	0
839	Risgrynska Fettsyra 16	0	0
839	Risgrynska Fettsyra 18	1,3	1,3
839	Risgrynska Fettsyra 18	0,3	0,3
839	Risgrynska Fettsyra 18	0,1	0,1
839	Risgrynska Fettsyra 20	0	0
839	Risgrynska DHA (Fetts'	0	0
839	Risgrynska Summa tra	0,1	0,1
839	Risgrynska Kolesterol	44,1	44,1
839	Risgrynska Monosacke	2,6	2,6
839	Risgrynska Disackaride	3,4	3,4
839	Risgrynska Sackaros	0,1	0,1
839	Risgrynska Energi (kJ)	452	455
839	Risgrynska Energi (kca	108	109

839 Risgrynskal Aska	1	1
839 Risgrynskal Vatten	76,6	76,6
839 Risgrynskal Avfall (skal	1	1
839 Risgrynskal Kolhydrater	13,6	13,6
839 Risgrynskal Protein	4,3	4,3
839 Risgrynskal Fibrer	0,5	0,5
839 Risgrynskal Fett	3,9	3,9
839 Risgrynskal Fosfor	94	94
839 Risgrynskal Jod	27	27
839 Risgrynskal Järn	0,34	0,34
839 Risgrynskal Kalcium	87	86
839 Risgrynskal Kalium	165	164
839 Risgrynskal Magnesium	13	13
839 Risgrynskal Natrium	167	167
839 Risgrynskal Selen	3,7	3,7
839 Risgrynskal Zink	0,55	0,55
839 Risgrynskal Retinolekvi	50	50
839 Risgrynskal Retinol	42	42
839 Risgrynskal Vitamin D	0,25	0,25
839 Risgrynskal Vitamin E	0,82	0,82
839 Risgrynskal $\beta$ -Karoten	10	10
839 Risgrynskal Vitamin K	4	4
839 Risgrynskal Tiamin	0,05	0,05
839 Risgrynskal Riboflavin	0,13	0,13
839 Risgrynskal Vitamin C	0	0
839 Risgrynskal Niacin	0,2	0,2
839 Risgrynskal Niacinekviv	1,2	1,2
839 Risgrynskal Vitamin B1	0,36	0,36
839 Risgrynskal Vitamin B6	0,04	0,04
839 Risgrynskal Folat	10	10
839 Risgrynskal Summa n-3	0	0
839 Risgrynskal Summa n-6	0,1	0,1
839 Risgrynskal Salt	0,4	0,4
842 Paella (ber: Summa mä	1,1	1,1
842 Paella (ber: Summa enl	2	2,1
842 Paella (ber: Summa flei	0,8	0,8
842 Paella (ber: Fettsyra 12	0	0
842 Paella (ber: Fettsyra 14	0	0
842 Paella (ber: Fettsyra 16	0,8	0,8
842 Paella (ber: Fettsyra 18	0,2	0,2
842 Paella (ber: Fettsyra 16	0,2	0,2
842 Paella (ber: Fettsyra 18	1,7	1,8
842 Paella (ber: Fettsyra 18	0,6	0,6
842 Paella (ber: Fettsyra 18	0,1	0,1
842 Paella (ber: Fettsyra 20	0	0
842 Paella (ber: EPA (Fettsy	0	0
842 Paella (ber: DPA (Fettsy	0	0
842 Paella (ber: DHA (Fettsy	0	0
842 Paella (ber: Summa tra	0	0
842 Paella (ber: Kolesterol	36,6	36

842 Paella (ber: Monosackarid)	0,2	0,2
842 Paella (ber: Disackarid)	0,3	0,3
842 Paella (ber: Sackaros)	0,3	0,3
842 Paella (ber: Energi (kJ))	455	446
842 Paella (ber: Energi (kcal))	109	107
842 Paella (ber: Aska)	1,3	1,4
842 Paella (ber: Vatten)	76,6	77,2
842 Paella (ber: Avfall (skal))	1	1
842 Paella (ber: Kolhydrat)	8,5	8
842 Paella (ber: Protein)	8,6	8,4
842 Paella (ber: Fiber)	0,8	0,7
842 Paella (ber: Fett)	4,3	4,3
842 Paella (ber: Fosfor)	114	112
842 Paella (ber: Jod)	13	19
842 Paella (ber: Järn)	1,41	1,39
842 Paella (ber: Kalcium)	18	18
842 Paella (ber: Kalium)	116	114
842 Paella (ber: Magnesium)	17	17
842 Paella (ber: Natrium)	272	315
842 Paella (ber: Selen)	10,1	9,9
842 Paella (ber: Zink)	0,99	0,97
842 Paella (ber: Retinolekvid)	36	35
842 Paella (ber: Retinol)	24	23
842 Paella (ber: Vitamin D)	0,53	0,52
842 Paella (ber: Vitamin E)	0,93	0,92
842 Paella (ber: $\beta$ -Karoten)	41	40
842 Paella (ber: Tiamin)	0,06	0,06
842 Paella (ber: Riboflavin)	0,08	0,08
842 Paella (ber: Vitamin C)	4	4
842 Paella (ber: Niacin)	2,6	2,6
842 Paella (ber: Niacinekviv)	4,2	4,1
842 Paella (ber: Vitamin B1)	1,08	1,06
842 Paella (ber: Vitamin B6)	0,14	0,13
842 Paella (ber: Folat)	10	10
842 Paella (ber: Salt)	0,7	0,8
842 Paella (ber: Summa låg)	0	0
843 Risotto falu Summa mät	3,1	2,3
843 Risotto falu Summa enl	5,1	4,3
843 Risotto falu Summa fler	3,9	2,4
843 Risotto falu Fettsyra 12	0	0
843 Risotto falu Fettsyra 14	0,1	0,1
843 Risotto falu Fettsyra 16	1,9	1,4
843 Risotto falu Fettsyra 18	0,9	0,7
843 Risotto falu Fettsyra 20	0	0
843 Risotto falu Fettsyra 16	0,2	0,2
843 Risotto falu Fettsyra 18	4,8	4
843 Risotto falu Fettsyra 18	3,1	2
843 Risotto falu Fettsyra 18	0,5	0,2
843 Risotto falu Fettsyra 20	0	0
843 Risotto falu EPA (Fettsy)	0	0

843 Risotto falu DPA (Fettsy	0	0
843 Risotto falu DHA (Fettsy	0,1	0,1
843 Risotto falu Summa tra	0	0
843 Risotto falu Kolesterol	40,2	23
843 Risotto falu Monosacke	0,4	0,4
843 Risotto falu Disackaride	0,8	0,7
843 Risotto falu Sackaros	0,8	0,7
843 Risotto falu Energi (kJ)	1055	843
843 Risotto falu Energi (kca	252	201
843 Risotto falu Aska	2,3	1,8
843 Risotto falu Vatten	49,5	59,1
843 Risotto falu Avfall (skal	1	1
843 Risotto falu Kolhydrate	22,6	18,7
843 Risotto falu Protein	11,2	9,7
843 Risotto falu Fibrer	1,4	1,2
843 Risotto falu Fett	12,7	9,5
843 Risotto falu Fosfor	150	109
843 Risotto falu Jod	42	35
843 Risotto falu Järn	0,89	0,65
843 Risotto falu Kalcium	12	11
843 Risotto falu Kalium	151	121
843 Risotto falu Magnesium	21	16
843 Risotto falu Natrium	607	510
843 Risotto falu Selen	10,8	18,5
843 Risotto falu Zink	1,11	0,97
843 Risotto falu Retinolekvi	98	29
843 Risotto falu Retinol	68	3
843 Risotto falu Vitamin D	1,77	1,23
843 Risotto falu Vitamin E	2,21	1,72
843 Risotto falu $\beta$ -Karoten	61	52
843 Risotto falu Vitamin K		0
843 Risotto falu Tiamin	0,08	0,06
843 Risotto falu Riboflavin	0,06	0,06
843 Risotto falu Vitamin C	2	1
843 Risotto falu Niacin	3,4	3,6
843 Risotto falu Niacinekviv	5,4	5,3
843 Risotto falu Vitamin B1	0,67	0,66
843 Risotto falu Vitamin B6	0,19	0,2
843 Risotto falu Folat	12	10
843 Risotto falu Summa n-3 fettsyror		0,1
843 Risotto falu Summa n-6 fettsyror		1
843 Risotto falu Salt	1,5	1,3
843 Risotto falu Summa län	0	0,1
853 Stuvade ma Summa mä	2,1	1,7
853 Stuvade ma Summa enl	0,8	0,6
853 Stuvade ma Summa flei	0,2	0,2
853 Stuvade ma Fettsyra 4:(	0,3	0,3
853 Stuvade ma Fettsyra 12	0,1	0,1
853 Stuvade ma Fettsyra 14	0,3	0,3
853 Stuvade ma Fettsyra 16	0,9	0,8



853 Stuvade m: Fettsyra 18	0,4	0,3
853 Stuvade m: Fettsyra 20	0	0
853 Stuvade m: Fettsyra 16	0	0
853 Stuvade m: Fettsyra 18	0,7	0,6
853 Stuvade m: Fettsyra 18	0,2	0,2
853 Stuvade m: Fettsyra 18	0	0
853 Stuvade m: Summa tra	0,1	0,1
853 Stuvade m: Kolesterol	10,6	8,5
853 Stuvade m: Monosackar	0,1	0
853 Stuvade m: Disackaride	5,1	4,3
853 Stuvade m: Sackaros	0	0
853 Stuvade m: Energi (kJ)	612	486
853 Stuvade m: Energi (kca	146	116
853 Stuvade m: Aska	1,7	1,4
853 Stuvade m: Vatten	65,9	72,8
853 Stuvade m: Kolhydrate	21,8	17,1
853 Stuvade m: Protein	6,5	5
853 Stuvade m: Fibrer	0,7	1
853 Stuvade m: Fett	3,4	2,8
853 Stuvade m: Fosfor	133	102
853 Stuvade m: Jod	51	51
853 Stuvade m: Järn	0,35	0,27
853 Stuvade m: Kalcium	128	102
853 Stuvade m: Kalium	214	146
853 Stuvade m: Magnesium	24	18
853 Stuvade m: Natrium	331	342
853 Stuvade m: Selen	2,1	1,5
853 Stuvade m: Zink	0,69	0,55
853 Stuvade m: Retinolekvi	27	22
853 Stuvade m: Retinol	26	21
853 Stuvade m: Vitamin D	0,02	0,02
853 Stuvade m: Vitamin E	0,24	0,09
853 Stuvade m: $\beta$ -Karoten	15	12
853 Stuvade m: Vitamin K	0	0
853 Stuvade m: Tiamin	0,06	0,05
853 Stuvade m: Riboflavin	0,15	0,15
853 Stuvade m: Niacin	0,5	0,3
853 Stuvade m: Niacinekviv	1,8	1,3
853 Stuvade m: Vitamin B1	0,39	0,31
853 Stuvade m: Vitamin B6	0,05	0,04
853 Stuvade m: Folat	6	4
853 Stuvade m: Summa n-3	0	0
853 Stuvade m: Summa n-6	0	0,1
853 Stuvade m: Salt	0,8	0,9
857 Pastasallad Summa mä	2,2	2,2
857 Pastasallad Summa enl	6,8	6,8
857 Pastasallad Summa flei	3	3
857 Pastasallad Fettsyra 16	1,4	1,3
857 Pastasallad Fettsyra 18	0,6	0,6
857 Pastasallad Fettsyra 18	6,3	6,3

857 Pastasallad Fettsyra 18	2	2
857 Pastasallad Fettsyra 18	0,9	0,9
857 Pastasallad Monosackarid	0,1	0,1
857 Pastasallad Disackarid	0,2	0,3
857 Pastasallad Sackaros	0,2	0,1
857 Pastasallad Energi (kJ)	823	835
857 Pastasallad Energi (kcal)	197	200
857 Pastasallad Aska	3,2	3,1
857 Pastasallad Vatten	63,1	62,1
857 Pastasallad Kolhydrat	10,5	11,5
857 Pastasallad Protein	10,1	9,8
857 Pastasallad Fibrer	0,3	0,8
857 Pastasallad Fett	12,7	12,6
857 Pastasallad Fosfor	105	101
857 Pastasallad Jod	54	63
857 Pastasallad Järn	0,73	0,69
857 Pastasallad Kalcium	16	17
857 Pastasallad Kalium	136	143
857 Pastasallad Magnesium	17	17
857 Pastasallad Natrium	1119	1103
857 Pastasallad Selen	2,3	2,2
857 Pastasallad Zink	1,51	1,47
857 Pastasallad Vitamin E	2,13	2,07
857 Pastasallad Vitamin K		0
857 Pastasallad Tiamin	0,22	0,22
857 Pastasallad Riboflavin	0,12	0,12
857 Pastasallad Niacin	1,9	1,9
857 Pastasallad Niacinekviv	3,8	3,6
857 Pastasallad Vitamin B6	0,2	0,18
857 Pastasallad Folat	4	5
857 Pastasallad Summa n-3 fettsyror		0
857 Pastasallad Summa n-6 fettsyror		0,1
857 Pastasallad Salt	2,8	2,8
858 Köttfärsås Summa mä	0,8	0,8
858 Köttfärsås Summa enl	1	1
858 Köttfärsås Summa flei	0,3	0,4
858 Köttfärsås Fettsyra 12	0	0
858 Köttfärsås Fettsyra 14	0	0
858 Köttfärsås Fettsyra 16	0,4	0,4
858 Köttfärsås Fettsyra 18	0,3	0,3
858 Köttfärsås Fettsyra 20	0	0
858 Köttfärsås Fettsyra 16	0	0
858 Köttfärsås Fettsyra 18	0,9	0,9
858 Köttfärsås Fettsyra 18	0,3	0,3
858 Köttfärsås Fettsyra 18	0,1	0,1
858 Köttfärsås Fettsyra 20	0	0
858 Köttfärsås DPA (Fettsy)	0	0
858 Köttfärsås Summa tra	0	0
858 Köttfärsås Kolesterol	10,1	9,7
858 Köttfärsås Monosackarid	0,9	0,8

858 Köttfärssås Disackaride	0,3	0,3
858 Köttfärssås Sackaros	0,3	0,3
858 Köttfärssås Energi (kJ)	472	467
858 Köttfärssås Energi (kcal)	113	112
858 Köttfärssås Aska	1,2	1,2
858 Köttfärssås Vatten	72,7	73,1
858 Köttfärssås Avfall (skal)	1	1
858 Köttfärssås Kolhydrat	15,7	15,6
858 Köttfärssås Protein	6,6	6,4
858 Köttfärssås Fibrer	1,1	1,1
858 Köttfärssås Fett	2,3	2,3
858 Köttfärssås Fosfor	71	69
858 Köttfärssås Jod	23	22
858 Köttfärssås Järn	0,85	0,82
858 Köttfärssås Kalcium	17	16
858 Köttfärssås Kalium	160	143
858 Köttfärssås Magnesium	17	17
858 Köttfärssås Natrium	319	310
858 Köttfärssås Selen	1,8	1,7
858 Köttfärssås Zink	1,34	1,29
858 Köttfärssås Retinolekviv	9	9
858 Köttfärssås Retinol	1	1
858 Köttfärssås Vitamin D	0,16	0,16
858 Köttfärssås Vitamin E	0,49	0,48
858 Köttfärssås $\beta$ -Karoten	32	30
858 Köttfärssås Vitamin K	0	0
858 Köttfärssås Tiamin	0,04	0,03
858 Köttfärssås Riboflavin	0,06	0,05
858 Köttfärssås Vitamin C	2	2
858 Köttfärssås Niacin	1,3	1,2
858 Köttfärssås Niacinekviv	2,4	2,3
858 Köttfärssås Vitamin B1	0,15	0,14
858 Köttfärssås Vitamin B6	0,09	0,08
858 Köttfärssås Folat	8	8
858 Köttfärssås Salt	0,8	0,8
862 Tortellini r $\beta$ -Karoten		0
865 Pasta m to  Summa mä	1,1	1,1
865 Pasta m to  Summa enl	0,9	0,9
865 Pasta m to  Summa flei	2	2
865 Pasta m to  Fettsyra 14	0,1	0,1
865 Pasta m to  Fettsyra 16	0,6	0,6
865 Pasta m to  Fettsyra 18	0,2	0,2
865 Pasta m to  Fettsyra 16	0	0
865 Pasta m to  Fettsyra 18	0,9	0,8
865 Pasta m to  Fettsyra 18	1,8	1,8
865 Pasta m to  Fettsyra 18	0,2	0,2
865 Pasta m to  Fettsyra 20	0	0
865 Pasta m to  EPA (Fettsy)	0	0
865 Pasta m to  DPA (Fettsy)	0	0
865 Pasta m to  DHA (Fettsy)	0	0

865 Pasta m to  Summa tra	0	0
865 Pasta m to  Kolesterol	12,5	14,1
865 Pasta m to  Monosacke	0,4	0,3
865 Pasta m to  Disackaride	0,6	1
865 Pasta m to  Sackaros	0,3	0,3
865 Pasta m to  Energi (kJ)	587	606
865 Pasta m to  Energi (kca	140	145
865 Pasta m to  Aska	0,8	0,7
865 Pasta m to  Vatten	69,7	68
865 Pasta m to  Kolhydrate	17,6	19,2
865 Pasta m to  Protein	6,5	6
865 Pasta m to  Fibrer	0,6	1,5
865 Pasta m to  Fett	4,7	4,5
865 Pasta m to  Fosfor	69	66
865 Pasta m to  Jod	2	19
865 Pasta m to  Järn	0,6	0,51
865 Pasta m to  Kalcium	18	21
865 Pasta m to  Kalium	58	74
865 Pasta m to  Magnesium	13	15
865 Pasta m to  Natrium	231	211
865 Pasta m to  Selen	5,2	9,2
865 Pasta m to  Zink	0,46	0,39
865 Pasta m to  Retinolekvi	59	16
865 Pasta m to  Retinol	58	16
865 Pasta m to  Vitamin D	0,53	0,5
865 Pasta m to  Vitamin E	0,49	0,3
865 Pasta m to  Vitamin K		0
865 Pasta m to  Tiamin	0,13	0,14
865 Pasta m to  Riboflavin	0,08	0,09
865 Pasta m to  Niacin	2,6	2,3
865 Pasta m to  Niacinekviv	3,8	3,4
865 Pasta m to  Vitamin B1	0,3	0,35
865 Pasta m to  Vitamin B6	0,14	0,13
865 Pasta m to  Folat	7	6
865 Pasta m to  Summa n-3	0	0
865 Pasta m to  Summa n-6	0	0,2
865 Pasta m to  Salt	0,6	0,5
865 Pasta m to  Summa långa n-3 fetts		0
866 Lasagne ve Summa mä	2,9	2,4
866 Lasagne ve Summa enl	1	0,9
866 Lasagne ve Summa flei	0,2	0,2
866 Lasagne ve Fettsyra 4:(	0,4	0,4
866 Lasagne ve Fettsyra 12	0,1	0,1
866 Lasagne ve Fettsyra 14	0,4	0,4
866 Lasagne ve Fettsyra 16	1,3	1,1
866 Lasagne ve Fettsyra 18	0,5	0,4
866 Lasagne ve Fettsyra 20	0	0
866 Lasagne ve Fettsyra 16	0	0
866 Lasagne ve Fettsyra 18	1	0,8
866 Lasagne ve Fettsyra 18	0,2	0,2

866 Lasagne ve Fettsyra 18	0,1	0,1
866 Lasagne ve Summa tra	0,1	0,1
866 Lasagne ve Kolesterol	13,1	11,2
866 Lasagne ve Monosackarid	0,2	0,1
866 Lasagne ve Disackarid	2,8	2,5
866 Lasagne ve Sackaros	0,1	0,1
866 Lasagne ve Energi (kJ)	565	474
866 Lasagne ve Energi (kcal)	135	113
866 Lasagne ve Aska	1,7	1,4
866 Lasagne ve Vatten	70	74,7
866 Lasagne ve Kolhydrat	15,4	12,7
866 Lasagne ve Protein	7,3	6
866 Lasagne ve Fibrer	1,1	1,1
866 Lasagne ve Fett	4,6	4
866 Lasagne ve Fosfor	138	114
866 Lasagne ve Jod	37	38
866 Lasagne ve Järn	0,46	0,38
866 Lasagne ve Kalcium	166	140
866 Lasagne ve Kalium	198	152
866 Lasagne ve Magnesium	26	21
866 Lasagne ve Natrium	285	291
866 Lasagne ve Selen	2,3	1,8
866 Lasagne ve Zink	0,83	0,7
866 Lasagne ve Retinolekvin	73	62
866 Lasagne ve Retinol	36	31
866 Lasagne ve Vitamin D	0,03	0,02
866 Lasagne ve Vitamin E	0,54	0,39
866 Lasagne ve $\beta$ -Karoten	447	379
866 Lasagne ve Vitamin K	0	0
866 Lasagne ve Tiamin	0,06	0,05
866 Lasagne ve Riboflavin	0,13	0,13
866 Lasagne ve Vitamin C	5	4
866 Lasagne ve Niacin	0,5	0,4
866 Lasagne ve Niacinekviv	2	1,6
866 Lasagne ve Vitamin B1	0,32	0,27
866 Lasagne ve Vitamin B6	0,06	0,05
866 Lasagne ve Folat	33	27
866 Lasagne ve Summa n-3	0	0
866 Lasagne ve Summa n-6	0	0,1
866 Lasagne ve Salt	0,7	0,7
867 Makaronilå Summa mä	2	2
867 Makaronilå Summa enl	1,1	1,1
867 Makaronilå Summa fler	0,3	0,3
867 Makaronilå Fettsyra 4:1	0,3	0,3
867 Makaronilå Fettsyra 12	0,1	0,1
867 Makaronilå Fettsyra 14	0,3	0,3
867 Makaronilå Fettsyra 16	1	1
867 Makaronilå Fettsyra 18	0,4	0,4
867 Makaronilå Fettsyra 20	0	0
867 Makaronilå Fettsyra 16	0,1	0,1

867 Makaronilå Fettsyra 18	1	1
867 Makaronilå Fettsyra 18	0,3	0,3
867 Makaronilå Fettsyra 18	0	0
867 Makaronilå Fettsyra 20	0	0
867 Makaronilå DHA (Fettsy	0	0
867 Makaronilå Summa tra	0,1	0,1
867 Makaronilå Kolesterol	44,9	44,8
867 Makaronilå Monosacke	0,4	0,3
867 Makaronilå Disackaride	1,9	2,1
867 Makaronilå Sackaros	0,5	0,5
867 Makaronilå Energi (kJ)	473	489
867 Makaronilå Energi (kca	113	117
867 Makaronilå Aska	1,3	1,3
867 Makaronilå Vatten	74,6	73,6
867 Makaronilå Avfall (skal	2	2
867 Makaronilå Kolhydrat	12,9	13,4
867 Makaronilå Protein	6	6,2
867 Makaronilå Fiber	1	1,3
867 Makaronilå Fett	3,9	3,9
867 Makaronilå Fosfor	104	110
867 Makaronilå Jod	34	37
867 Makaronilå Järn	0,56	0,54
867 Makaronilå Kalcium	97	95
867 Makaronilå Kalium	137	124
867 Makaronilå Magnesium	16	18
867 Makaronilå Natrium	263	287
867 Makaronilå Selen	3,7	3,7
867 Makaronilå Zink	0,71	0,71
867 Makaronilå Retinolekvi	91	91
867 Makaronilå Retinol	47	47
867 Makaronilå Vitamin D	0,17	0,17
867 Makaronilå Vitamin E	0,84	0,78
867 Makaronilå $\beta$ -Karoten	538	538
867 Makaronilå Vitamin K	4	4
867 Makaronilå Tiamin	0,07	0,05
867 Makaronilå Riboflavin	0,13	0,14
867 Makaronilå Vitamin C	1	1
867 Makaronilå Niacin	0,8	0,5
867 Makaronilå Niacinekviv	2	1,8
867 Makaronilå Vitamin B1	0,32	0,32
867 Makaronilå Vitamin B6	0,07	0,05
867 Makaronilå Folat	17	16
867 Makaronilå Summa n-3	0	0
867 Makaronilå Summa n-6	0,1	0,2
867 Makaronilå Fullkorn to	7	7
867 Makaronilå Salt	0,7	0,7
872 Tortellini r: $\beta$ -Karoten		0
873 Nudelsopp: $\beta$ -Karoten		0
892 Bruna bönc Summa mä	0,1	0,1
892 Bruna bönc Summa enl	0	0

892 Bruna bönc Summa flei	0,3	0,3
892 Bruna bönc Fettsyra 16	0,1	0,1
892 Bruna bönc Fettsyra 18	0	0
892 Bruna bönc Fettsyra 18	0	0
892 Bruna bönc Fettsyra 18	0,1	0,1
892 Bruna bönc Fettsyra 18	0,2	0,2
892 Bruna bönc Monosacke	3,2	3
892 Bruna bönc Disackaride	3,2	3
892 Bruna bönc Sackaros	3,2	3
892 Bruna bönc Energi (kJ)	613	572
892 Bruna bönc Energi (kca)	146	137
892 Bruna bönc Aska	2,4	2,2
892 Bruna bönc Vatten	58,9	61,7
892 Bruna bönc Kolhydrate	23,2	21,7
892 Bruna bönc Protein	8,5	8
892 Bruna bönc Fibrer	6,4	5,9
892 Bruna bönc Fett	0,6	0,5
892 Bruna bönc Fosfor	163	152
892 Bruna bönc Jod	41	38
892 Bruna bönc Järn	1,97	1,84
892 Bruna bönc Kalcium	54	51
892 Bruna bönc Kalium	405	318
892 Bruna bönc Magnesium	51	48
892 Bruna bönc Natrium	351	328
892 Bruna bönc Selen	0,9	0,8
892 Bruna bönc Zink	0,78	0,73
892 Bruna bönc Retinolekvi	1	1
892 Bruna bönc Vitamin E	0,13	0,12
892 Bruna bönc $\beta$ -Karoten	7	7
892 Bruna bönc Tiamin	0,15	0,14
892 Bruna bönc Riboflavin	0,05	0,05
892 Bruna bönc Niacin	0,9	0,8
892 Bruna bönc Niacinekviv	2,3	2,1
892 Bruna bönc Vitamin B6	0,07	0,07
892 Bruna bönc Folat	107	100
892 Bruna bönc Salt	0,9	0,8
896 Gula ärter   Summa mä	0,1	0,1
896 Gula ärter   Summa enl	0	0
896 Gula ärter   Summa flei	0,3	0,2
896 Gula ärter   Fettsyra 16	0,1	0,1
896 Gula ärter   Fettsyra 18	0	0
896 Gula ärter   Fettsyra 18	0	0
896 Gula ärter   Fettsyra 18	0,2	0,2
896 Gula ärter   Fettsyra 18	0	0
896 Gula ärter   Monosacke	0,2	0,1
896 Gula ärter   Disackaride	1	0,8
896 Gula ärter   Sackaros	1	0,8
896 Gula ärter   Energi (kJ)	730	575
896 Gula ärter   Energi (kca)	175	137
896 Gula ärter   Aska	2,2	1,7

896 Gula ärter   Vatten	52,4	62,5
896 Gula ärter   Kolhydrat	27,1	21,4
896 Gula ärter   Protein	11,9	9,3
896 Gula ärter   Fiber	5,9	4,6
896 Gula ärter   Fett	0,6	0,4
896 Gula ärter   Fosfor	210	165
896 Gula ärter   Jod	63	50
896 Gula ärter   Järn	3,31	2,61
896 Gula ärter   Kalcium	34	27
896 Gula ärter   Kalium	607	401
896 Gula ärter   Magnesium	66	52
896 Gula ärter   Natrium	307	241
896 Gula ärter   Selen	1,1	0,9
896 Gula ärter   Zink	2,1	1,65
896 Gula ärter   Retinolekvi	1	1
896 Gula ärter   Vitamin E	0,05	0,04
896 Gula ärter   $\beta$ -Karoten	8	7
896 Gula ärter   Tiamin	0,32	0,25
896 Gula ärter   Riboflavin	0,06	0,05
896 Gula ärter   Vitamin C	0	0
896 Gula ärter   Niacin	1,4	1,1
896 Gula ärter   Niacinekviv	3,4	2,6
896 Gula ärter   Vitamin B6	0,03	0,02
896 Gula ärter   Folat	13	10
896 Gula ärter   Salt	0,8	0,6
898 Chili con ca Summa mä	1,9	1,8
898 Chili con ca Summa enl	2,3	2,3
898 Chili con ca Summa flei	0,8	0,8
898 Chili con ca Fettsyra 4:(	0	0
898 Chili con ca Fettsyra 12	0	0
898 Chili con ca Fettsyra 14	0,1	0,1
898 Chili con ca Fettsyra 16	1	1
898 Chili con ca Fettsyra 18	0,7	0,7
898 Chili con ca Fettsyra 20	0	0
898 Chili con ca Fettsyra 16	0,1	0,1
898 Chili con ca Fettsyra 18	2,1	2,1
898 Chili con ca Fettsyra 18	0,5	0,5
898 Chili con ca Fettsyra 18	0,2	0,2
898 Chili con ca Fettsyra 20	0	0
898 Chili con ca EPA (Fettsy	0	0
898 Chili con ca DPA (Fettsy	0	0
898 Chili con ca DHA (Fettsy	0	0
898 Chili con ca Summa tra	0	0
898 Chili con ca Kolesterol	13,8	13,4
898 Chili con ca Monosacke	1,7	1,7
898 Chili con ca Disackaride	0,6	0,6
898 Chili con ca Sackaros	0,6	0,6
898 Chili con ca Energi (kJ)	488	480
898 Chili con ca Energi (kca	117	115
898 Chili con ca Aska	1,6	1,6



898 Chili con ca Vatten	73,8	74,6
898 Chili con ca Avfall (skal	4	4
898 Chili con ca Kolhydrate	7,9	7,7
898 Chili con ca Protein	8	7,7
898 Chili con ca Fibrer	3	2,9
898 Chili con ca Fett	5,2	5,2
898 Chili con ca Fosfor	110	107
898 Chili con ca Jod	26	25
898 Chili con ca Järn	1,4	1,36
898 Chili con ca Kalcium	32	31
898 Chili con ca Kalium	384	297
898 Chili con ca Magnesiur	35	34
898 Chili con ca Natrium	269	262
898 Chili con ca Selen	2,5	2,4
898 Chili con ca Zink	1,67	1,62
898 Chili con ca Retinolekvi	25	24
898 Chili con ca Retinol	2	2
898 Chili con ca Vitamin D	0,29	0,28
898 Chili con ca Vitamin E	1	0,97
898 Chili con ca $\beta$ -Karoten	126	122
898 Chili con ca Tiamin	0,1	0,09
898 Chili con ca Riboflavin	0,05	0,05
898 Chili con ca Vitamin C	15	15
898 Chili con ca Niacin	1,9	1,8
898 Chili con ca Niacinekviv	3,3	3,2
898 Chili con ca Vitamin B1	0,19	0,19
898 Chili con ca Vitamin B6	0,14	0,13
898 Chili con ca Folat	44	42
898 Chili con ca Salt	0,7	0,7
902 Vita bönor Summa mä	0,1	0,1
902 Vita bönor Summa enl	0	0
902 Vita bönor Summa flel	0,3	0,3
902 Vita bönor Fettsyra 16	0,1	0,1
902 Vita bönor Fettsyra 18	0	0
902 Vita bönor Fettsyra 18	0	0
902 Vita bönor Fettsyra 18	0,1	0,1
902 Vita bönor Fettsyra 18	0,2	0,2
902 Vita bönor Monosackar	1,6	1,5
902 Vita bönor Disackaride	0,8	0,7
902 Vita bönor Sackaros	0,8	0,7
902 Vita bönor Energi (kJ)	379	362
902 Vita bönor Energi (kca	90	86
902 Vita bönor Aska	1,8	1,7
902 Vita bönor Vatten	73,9	75
902 Vita bönor Avfall (skal	0	0
902 Vita bönor Kolhydrate	12,8	12,2
902 Vita bönor Protein	6	5,8
902 Vita bönor Fibrer	5	4,8
902 Vita bönor Fett	0,5	0,5
902 Vita bönor Fosfor	118	113

902 Vita bönor Jod	15	14
902 Vita bönor Järn	1,69	1,61
902 Vita bönor Kalcium	53	50
902 Vita bönor Kalium	514	364
902 Vita bönor Magnesium	53	51
902 Vita bönor Natrium	208	199
902 Vita bönor Selen	0,9	0,8
902 Vita bönor Zink	0,87	0,83
902 Vita bönor Retinolekvi	11	11
902 Vita bönor Vitamin E	0,55	0,52
902 Vita bönor $\beta$ -Karoten	132	127
902 Vita bönor Tiamin	0,1	0,1
902 Vita bönor Riboflavin	0,04	0,03
902 Vita bönor Vitamin C	4	4
902 Vita bönor Niacin	1	1
902 Vita bönor Niacinekviv	2	1,9
902 Vita bönor Vitamin B6	0,08	0,08
902 Vita bönor Folat	69	66
902 Vita bönor Salt	0,5	0,5
903 Linsoppa ( Summa mä	0,1	0,1
903 Linsoppa ( Summa enl	0,4	0,4
903 Linsoppa ( Summa flei	0,2	0,3
903 Linsoppa ( Fettsyra 12	0	0
903 Linsoppa ( Fettsyra 14	0	0
903 Linsoppa ( Fettsyra 16	0	0,1
903 Linsoppa ( Fettsyra 18	0	0
903 Linsoppa ( Fettsyra 18	0,4	0,4
903 Linsoppa ( Fettsyra 18	0,2	0,2
903 Linsoppa ( Fettsyra 18	0,1	0,1
903 Linsoppa ( Summa tra	0	0
903 Linsoppa ( Monosacke	0,9	0,9
903 Linsoppa ( Disackaride	0,5	0,5
903 Linsoppa ( Sackaros	0,5	0,5
903 Linsoppa ( Energi (kJ)	179	181
903 Linsoppa ( Energi (kca	43	43
903 Linsoppa ( Aska	0,9	0,9
903 Linsoppa ( Vatten	88,1	88,2
903 Linsoppa ( Avfall (skal	1	1
903 Linsoppa ( Kolhydrate	5,7	5,7
903 Linsoppa ( Protein	2,5	2,5
903 Linsoppa ( Fibrer	1,6	1,6
903 Linsoppa ( Fett	0,7	0,8
903 Linsoppa ( Fosfor	42	42
903 Linsoppa ( Jod	21	21
903 Linsoppa ( Järn	0,74	0,73
903 Linsoppa ( Kalcium	18	18
903 Linsoppa ( Kalium	142	119
903 Linsoppa ( Magnesium	11	11
903 Linsoppa ( Natrium	213	212
903 Linsoppa ( Selen	1	1

903 Linsoppa ( Zink	0,37	0,37
903 Linsoppa ( Retinolekvi	10	10
903 Linsoppa ( Vitamin D	0,07	0,07
903 Linsoppa ( Vitamin E	0,36	0,35
903 Linsoppa ( $\beta$ -Karoten	51	51
903 Linsoppa ( Tiamin	0,03	0,03
903 Linsoppa ( Riboflavin	0,02	0,02
903 Linsoppa ( Vitamin C	2	2
903 Linsoppa ( Niacin	0,4	0,4
903 Linsoppa ( Niacinekviv	0,8	0,8
903 Linsoppa ( Vitamin B6	0,04	0,04
903 Linsoppa ( Folat	40	40
903 Linsoppa ( Salt	0,5	0,5
904 Ärtsoppa v Summa mä	0,1	0,1
904 Ärtsoppa v Summa enl	0,1	0,1
904 Ärtsoppa v Summa flei	0,2	0,1
904 Ärtsoppa v Fettsyra 14	0	0
904 Ärtsoppa v Fettsyra 16	0,1	0,1
904 Ärtsoppa v Fettsyra 18	0	0
904 Ärtsoppa v Fettsyra 16	0	0
904 Ärtsoppa v Fettsyra 18	0,1	0,1
904 Ärtsoppa v Fettsyra 18	0,2	0,1
904 Ärtsoppa v Fettsyra 18	0	0
904 Ärtsoppa v Monosacke	0,4	0,3
904 Ärtsoppa v Disackaride	0,8	0,5
904 Ärtsoppa v Sackaros	0,8	0,5
904 Ärtsoppa v Energi (kJ)	477	265
904 Ärtsoppa v Energi (kca	114	63
904 Ärtsoppa v Aska	1,7	1,3
904 Ärtsoppa v Vatten	68,4	82,1
904 Ärtsoppa v Avfall (skal	1	0
904 Ärtsoppa v Kolhydrate	17,7	9,7
904 Ärtsoppa v Protein	7,7	4,3
904 Ärtsoppa v Fibrer	3,8	2,1
904 Ärtsoppa v Fett	0,4	0,3
904 Ärtsoppa v Fosfor	136	75
904 Ärtsoppa v Jod	34	21
904 Ärtsoppa v Järn	2,13	1,18
904 Ärtsoppa v Kalcium	25	15
904 Ärtsoppa v Kalium	398	185
904 Ärtsoppa v Magnesiur	43	24
904 Ärtsoppa v Natrium	243	235
904 Ärtsoppa v Selen	0,7	0,4
904 Ärtsoppa v Zink	1,33	0,71
904 Ärtsoppa v Retinolekvi	3	3
904 Ärtsoppa v Vitamin E	0,1	0,09
904 Ärtsoppa v $\beta$ -Karoten	31	36
904 Ärtsoppa v Tiamin	0,22	0,14
904 Ärtsoppa v Riboflavin	0,06	0,04
904 Ärtsoppa v Vitamin C	4	5

904 Ärtsoppa v Niacin	1,2	0,9
904 Ärtsoppa v Niacinekviv	2,4	1,6
904 Ärtsoppa v Vitamin B6	0,03	0,02
904 Ärtsoppa v Folat	11	7
904 Ärtsoppa v Salt	0,6	0,6
915 Sojabiff ste Summa mä	0,9	0,9
915 Sojabiff ste Summa enl	3,2	3,3
915 Sojabiff ste Summa flei	3,1	3,1
915 Sojabiff ste Fettsyra 12	0	0
915 Sojabiff ste Fettsyra 14	0	0
915 Sojabiff ste Fettsyra 16	0,5	0,5
915 Sojabiff ste Fettsyra 18	0,2	0,2
915 Sojabiff ste Fettsyra 20	0	0
915 Sojabiff ste Fettsyra 16	0	0
915 Sojabiff ste Fettsyra 18	3,1	3,3
915 Sojabiff ste Fettsyra 18	2,4	2,5
915 Sojabiff ste Fettsyra 18	0,6	0,6
915 Sojabiff ste Summa tra	0	0
915 Sojabiff ste Monosacke	1,4	1,4
915 Sojabiff ste Disackaride	0,9	0,9
915 Sojabiff ste Sackaros	0,9	0,9
915 Sojabiff ste Energi (kJ)	618	615
915 Sojabiff ste Energi (kca	148	147
915 Sojabiff ste Aska	2,4	2,3
915 Sojabiff ste Vatten	67,4	68,3
915 Sojabiff ste Avfall (skal	4	4
915 Sojabiff ste Kolhydrate	11	10,7
915 Sojabiff ste Protein	7,4	7,2
915 Sojabiff ste Fibrer	3,7	3,6
915 Sojabiff ste Fett	7,4	7,6
915 Sojabiff ste Fosfor	129	126
915 Sojabiff ste Jod	56	54
915 Sojabiff ste Järn	1,81	1,75
915 Sojabiff ste Kalcium	50	49
915 Sojabiff ste Kalium	435	422
915 Sojabiff ste Magnesium	60	58
915 Sojabiff ste Natrium	473	460
915 Sojabiff ste Selen	0,7	0,7
915 Sojabiff ste Zink	0,86	0,83
915 Sojabiff ste Retinolekvi	40	39
915 Sojabiff ste Vitamin D	0,48	0,47
915 Sojabiff ste Vitamin E	1,13	1,09
915 Sojabiff ste $\beta$ -Karoten	13	13
915 Sojabiff ste Vitamin K	0	0
915 Sojabiff ste Tiamin	0,11	0,11
915 Sojabiff ste Riboflavin	0,05	0,04
915 Sojabiff ste Vitamin C	2	2
915 Sojabiff ste Niacin	0,9	0,9
915 Sojabiff ste Niacinekviv	2,1	2,1
915 Sojabiff ste Vitamin B6	0,15	0,14

915 Sojabiff ste Folat	29	28
915 Sojabiff ste Salt	1,2	1,2
919 Kikärtsbiffa Summa mä	2,8	2,6
919 Kikärtsbiffa Summa enl	2,6	2,4
919 Kikärtsbiffa Summa flei	1,6	1,4
919 Kikärtsbiffa Fettsyra 12	0	0
919 Kikärtsbiffa Fettsyra 14	0,1	0
919 Kikärtsbiffa Fettsyra 16	2,4	2,2
919 Kikärtsbiffa Fettsyra 18	0,3	0,3
919 Kikärtsbiffa Fettsyra 20	0	0
919 Kikärtsbiffa Fettsyra 16	0	0
919 Kikärtsbiffa Fettsyra 18	2,6	2,4
919 Kikärtsbiffa Fettsyra 18	1,5	1,4
919 Kikärtsbiffa Fettsyra 18	0,1	0,1
919 Kikärtsbiffa Monosacke	0,6	0,6
919 Kikärtsbiffa Disackaride	0,9	0,9
919 Kikärtsbiffa Sackaros	0,8	0,8
919 Kikärtsbiffa Energi (kJ)	766	712
919 Kikärtsbiffa Energi (kca)	183	170
919 Kikärtsbiffa Aska	2,3	2,1
919 Kikärtsbiffa Vatten	55,1	58,3
919 Kikärtsbiffa Avfall (skal	1	1
919 Kikärtsbiffa Kolhydrate	14,6	13,6
919 Kikärtsbiffa Protein	8,1	7,5
919 Kikärtsbiffa Fibrer	11,7	10,9
919 Kikärtsbiffa Fett	7,7	7,2
919 Kikärtsbiffa Fosfor	129	120
919 Kikärtsbiffa Jod	68	63
919 Kikärtsbiffa Järn	1,9	1,76
919 Kikärtsbiffa Kalcium	72	67
919 Kikärtsbiffa Kalium	217	202
919 Kikärtsbiffa Magnesium	40	37
919 Kikärtsbiffa Natrium	556	517
919 Kikärtsbiffa Selen	4,7	4,3
919 Kikärtsbiffa Zink	1,33	1,24
919 Kikärtsbiffa Retinolekvi	28	26
919 Kikärtsbiffa Vitamin E	2,36	2,19
919 Kikärtsbiffa $\beta$ -Karoten	336	312
919 Kikärtsbiffa Vitamin K	9	9
919 Kikärtsbiffa Tiamin	0,09	0,08
919 Kikärtsbiffa Riboflavin	0,04	0,03
919 Kikärtsbiffa Vitamin C	6	5
919 Kikärtsbiffa Niacin	0,4	0,4
919 Kikärtsbiffa Niacinekviv	1,8	1,7
919 Kikärtsbiffa Vitamin B6	0,11	0,1
919 Kikärtsbiffa Folat	70	65
919 Kikärtsbiffa Summa n-3	0	0
919 Kikärtsbiffa Summa n-6	1	0,9
919 Kikärtsbiffa Salt	1,4	1,3
1014 Biff ryggbif Summa mä	2	1,9

1014 Biff ryggbif Summa enl	2,2	2
1014 Biff ryggbif Summa flei	0,2	0,2
1014 Biff ryggbif Fettsyra 14	0,1	0,1
1014 Biff ryggbif Fettsyra 16	1,1	1,1
1014 Biff ryggbif Fettsyra 18	0,7	0,7
1014 Biff ryggbif Fettsyra 20	0	0
1014 Biff ryggbif Fettsyra 16	0,2	0,2
1014 Biff ryggbif Fettsyra 18	2	1,8
1014 Biff ryggbif Fettsyra 18	0,1	0,1
1014 Biff ryggbif Fettsyra 18	0	0
1014 Biff ryggbif Fettsyra 20	0	0
1014 Biff ryggbif DPA (Fettsy)	0	0
1014 Biff ryggbif Kolesterol	68,2	62,9
1014 Biff ryggbif Energi (kJ)	673	621
1014 Biff ryggbif Energi (kca)	161	148
1014 Biff ryggbif Aska	1,7	1,6
1014 Biff ryggbif Vatten	64,6	67,4
1014 Biff ryggbif Protein	28,6	26,4
1014 Biff ryggbif Fett	5,1	4,7
1014 Biff ryggbif Fosfor	248	229
1014 Biff ryggbif Jod	13	12
1014 Biff ryggbif Järn	2,89	2,66
1014 Biff ryggbif Kalcium	8	8
1014 Biff ryggbif Kalium	437	403
1014 Biff ryggbif Magnesium	29	27
1014 Biff ryggbif Natrium	180	166
1014 Biff ryggbif Selen	11,8	10,9
1014 Biff ryggbif Zink	4,99	4,6
1014 Biff ryggbif Retinolekvi	8	7
1014 Biff ryggbif Retinol	7	6
1014 Biff ryggbif Vitamin D	0,66	0,61
1014 Biff ryggbif Vitamin E	0,13	0,12
1014 Biff ryggbif $\beta$ -Karoten	10	10
1014 Biff ryggbif Tiamin	0,07	0,07
1014 Biff ryggbif Riboflavin	0,27	0,25
1014 Biff ryggbif Niacin	7,5	6,9
1014 Biff ryggbif Niacinekviv	12,7	11,7
1014 Biff ryggbif Vitamin B1	1,47	1,36
1014 Biff ryggbif Vitamin B6	0,5	0,46
1014 Biff ryggbif Folat	12	11
1014 Biff ryggbif Salt	0,5	0,4
1017 Entrecôte r Summa mä	6,2	5,6
1017 Entrecôte r Summa enl	4,8	4,4
1017 Entrecôte r Summa flei	0,4	0,4
1017 Entrecôte r Fettsyra 12	0	0
1017 Entrecôte r Fettsyra 14	0,3	0,3
1017 Entrecôte r Fettsyra 16	3	2,8
1017 Entrecôte r Fettsyra 18	2,6	2,3
1017 Entrecôte r Fettsyra 20	0	0
1017 Entrecôte r Fettsyra 16	0,3	0,3

1017 Entrecôte r Fettsyra 18	4,3	3,9
1017 Entrecôte r Fettsyra 18	0,3	0,3
1017 Entrecôte r Fettsyra 18	0	0
1017 Entrecôte r Fettsyra 20	0	0
1017 Entrecôte r DPA (Fettsy	0	0
1017 Entrecôte r Kolesterol	70,9	64,6
1017 Entrecôte r Energi (kJ)	905	825
1017 Entrecôte r Energi (kca	216	197
1017 Entrecôte r Aska	1,4	1,5
1017 Entrecôte r Vatten	60	63,4
1017 Entrecôte r Avfall (skal	13	12
1017 Entrecôte r Protein	26,1	23,8
1017 Entrecôte r Fett	12,5	11,4
1017 Entrecôte r Fosfor	213	194
1017 Entrecôte r Jod	13	19
1017 Entrecôte r Järn	3,02	2,75
1017 Entrecôte r Kalcium	10	9
1017 Entrecôte r Kalium	398	363
1017 Entrecôte r Magnesium	28	25
1017 Entrecôte r Natrium	175	216
1017 Entrecôte r Selen	11,8	10,8
1017 Entrecôte r Zink	7,09	6,46
1017 Entrecôte r Retinolekvi	9	8
1017 Entrecôte r Retinol	8	7
1017 Entrecôte r Vitamin D	1,05	0,96
1017 Entrecôte r Vitamin E	0,13	0,12
1017 Entrecôte r $\beta$ -Karoten	13	12
1017 Entrecôte r Tiamin	0,04	0,03
1017 Entrecôte r Riboflavin	0,15	0,13
1017 Entrecôte r Niacin	7,3	6,7
1017 Entrecôte r Niacinekviv	12,1	11,1
1017 Entrecôte r Vitamin B1	1,47	1,34
1017 Entrecôte r Vitamin B6	0,47	0,43
1017 Entrecôte r Folat	12	11
1017 Entrecôte r Salt	0,4	0,5
1023 Fläskfilé gri Summa mä	1,3	1,2
1023 Fläskfilé gri Summa enl	1,6	1,5
1023 Fläskfilé gri Summa flei	0,3	0,3
1023 Fläskfilé gri Fettsyra 14	0,1	0,1
1023 Fläskfilé gri Fettsyra 16	0,8	0,7
1023 Fläskfilé gri Fettsyra 18	0,4	0,4
1023 Fläskfilé gri Fettsyra 16	0,1	0,1
1023 Fläskfilé gri Fettsyra 18	1,4	1,3
1023 Fläskfilé gri Fettsyra 18	0,3	0,2
1023 Fläskfilé gri Fettsyra 18	0	0
1023 Fläskfilé gri Fettsyra 20	0	0
1023 Fläskfilé gri DPA (Fettsy	0	0
1023 Fläskfilé gri DHA (Fettsy	0	0
1023 Fläskfilé gri Kolesterol	69,2	62,8
1023 Fläskfilé gri Energi (kJ)	618	560

1023	Fläskfilé gri Energi (kca	148	134
1023	Fläskfilé gri Aska	2,1	2,6
1023	Fläskfilé gri Vatten	65,7	68,2
1023	Fläskfilé gri Protein	28,5	25,9
1023	Fläskfilé gri Fett	3,6	3,3
1023	Fläskfilé gri Fosfor	283	257
1023	Fläskfilé gri Jod	17	50
1023	Fläskfilé gri Järn	2,01	1,83
1023	Fläskfilé gri Kalcium	7	8
1023	Fläskfilé gri Kalium	516	469
1023	Fläskfilé gri Magnesium	37	34
1023	Fläskfilé gri Natrium	205	459
1023	Fläskfilé gri Selen	16,6	15,1
1023	Fläskfilé gri Zink	2,35	2,14
1023	Fläskfilé gri Retinolekvi	12	11
1023	Fläskfilé gri Retinol	12	11
1023	Fläskfilé gri Vitamin D	0,79	0,72
1023	Fläskfilé gri Vitamin E	0,55	0,5
1023	Fläskfilé gri Tiamin	0,8	0,73
1023	Fläskfilé gri Riboflavin	0,28	0,25
1023	Fläskfilé gri Niacin	11,8	10,7
1023	Fläskfilé gri Niacinekviv	17,1	15,5
1023	Fläskfilé gri Vitamin B1	0,84	0,76
1023	Fläskfilé gri Vitamin B6	0,6	0,54
1023	Fläskfilé gri Folat	3	3
1023	Fläskfilé gri Salt	0,5	1,1
1025	Fläskkotlet Summa mä	6,9	6,2
1025	Fläskkotlet Summa enl	6,6	5,9
1025	Fläskkotlet Summa flei	1,8	1,6
1025	Fläskkotlet Fettsyra 4:(	0	0
1025	Fläskkotlet Fettsyra 12	0	0
1025	Fläskkotlet Fettsyra 14	0,3	0,3
1025	Fläskkotlet Fettsyra 16	4,1	3,7
1025	Fläskkotlet Fettsyra 18	2,4	2,2
1025	Fläskkotlet Fettsyra 20	0	0
1025	Fläskkotlet Fettsyra 16	0,5	0,5
1025	Fläskkotlet Fettsyra 18	5,8	5,2
1025	Fläskkotlet Fettsyra 18	1,4	1,2
1025	Fläskkotlet Fettsyra 18	0,1	0,1
1025	Fläskkotlet Fettsyra 20	0	0
1025	Fläskkotlet EPA (Fettsy	0	0
1025	Fläskkotlet DPA (Fettsy	0	0
1025	Fläskkotlet DHA (Fettsy	0,1	0,1
1025	Fläskkotlet Kolesterol	77,1	69,6
1025	Fläskkotlet Energi (kJ)	1028	928
1025	Fläskkotlet Energi (kca	246	222
1025	Fläskkotlet Aska	1,8	1,6
1025	Fläskkotlet Vatten	56,5	60,7
1025	Fläskkotlet Avfall (skal	27	24
1025	Fläskkotlet Protein	25,8	23,3



1025 Fläskkotlet Fett	15,9	14,4
1025 Fläskkotlet Fosfor	250	226
1025 Fläskkotlet Jod	17	15
1025 Fläskkotlet Järn	1,97	1,78
1025 Fläskkotlet Kalcium	8	8
1025 Fläskkotlet Kalium	432	390
1025 Fläskkotlet Magnesium	36	32
1025 Fläskkotlet Natrium	214	193
1025 Fläskkotlet Selen	13,3	12
1025 Fläskkotlet Zink	3,85	3,48
1025 Fläskkotlet Retinolekvi	12	11
1025 Fläskkotlet Retinol	12	11
1025 Fläskkotlet Vitamin D	0,76	0,68
1025 Fläskkotlet Vitamin E	0,53	0,48
1025 Fläskkotlet Tiamin	0,85	0,76
1025 Fläskkotlet Riboflavin	0,38	0,35
1025 Fläskkotlet Niacin	7,4	6,7
1025 Fläskkotlet Niacinekviv	12,2	11
1025 Fläskkotlet Vitamin B1	0,72	0,65
1025 Fläskkotlet Vitamin B6	0,56	0,51
1025 Fläskkotlet Folat	7	6
1025 Fläskkotlet Salt	0,5	0,5
1036 Lammkotle Summa mä	7,9	7,2
1036 Lammkotle Summa enl	5,9	5,4
1036 Lammkotle Summa flei	1,2	1,1
1036 Lammkotle Fettsyra 4:(	0,1	0,1
1036 Lammkotle Fettsyra 12	0,1	0,1
1036 Lammkotle Fettsyra 14	1	0,9
1036 Lammkotle Fettsyra 16	3,5	3,2
1036 Lammkotle Fettsyra 18	2,6	2,4
1036 Lammkotle Fettsyra 20	0,2	0,2
1036 Lammkotle Fettsyra 16	0,5	0,4
1036 Lammkotle Fettsyra 18	5,3	4,8
1036 Lammkotle Fettsyra 18	0,7	0,6
1036 Lammkotle Fettsyra 18	0,2	0,1
1036 Lammkotle Fettsyra 20	0	0
1036 Lammkotle Kolesterol	102,4	93,1
1036 Lammkotle Energi (kJ)	996	906
1036 Lammkotle Energi (kca	238	217
1036 Lammkotle Aska	1,6	1,4
1036 Lammkotle Vatten	58,5	62,3
1036 Lammkotle Avfall (skal	39	36
1036 Lammkotle Protein	24	21,9
1036 Lammkotle Fett	15,9	14,5
1036 Lammkotle Fosfor	236	215
1036 Lammkotle Jod	13	12
1036 Lammkotle Järn	2,1	1,91
1036 Lammkotle Kalcium	20	18
1036 Lammkotle Kalium	289	263
1036 Lammkotle Magnesium	22	20

1036	Lammkotle Natrium	191	173
1036	Lammkotle Selen	1,8	1,7
1036	Lammkotle Zink	4,46	4,06
1036	Lammkotle Retinolekvi	70	64
1036	Lammkotle Retinol	70	63
1036	Lammkotle Vitamin D	0,52	0,48
1036	Lammkotle Vitamin E	0,92	0,84
1036	Lammkotle $\beta$ -Karoten	9	8
1036	Lammkotle Tiamin	0,17	0,15
1036	Lammkotle Riboflavin	0,31	0,29
1036	Lammkotle Niacin	5,6	5,1
1036	Lammkotle Niacinekviv	10,1	9,1
1036	Lammkotle Vitamin B1	1,26	1,15
1036	Lammkotle Vitamin B6	0,21	0,19
1036	Lammkotle Folat	5	4
1036	Lammkotle Salt	0,5	0,4
1037	Lammstek Summa mä	3,6	3,4
1037	Lammstek Summa enl	2,7	2,5
1037	Lammstek Summa flei	0,6	0,5
1037	Lammstek Fettsyra 4:(	0	0
1037	Lammstek Fettsyra 12	0	0
1037	Lammstek Fettsyra 14	0,5	0,4
1037	Lammstek Fettsyra 16	1,6	1,5
1037	Lammstek Fettsyra 18	1,2	1,1
1037	Lammstek Fettsyra 20	0,1	0,1
1037	Lammstek Fettsyra 16	0,2	0,2
1037	Lammstek Fettsyra 18	2,4	2,2
1037	Lammstek Fettsyra 18	0,3	0,3
1037	Lammstek Fettsyra 18	0,1	0,1
1037	Lammstek Fettsyra 20	0	0
1037	Lammstek Kolesterol	94,9	89,5
1037	Lammstek Energi (kJ)	675	637
1037	Lammstek Energi (kca	161	152
1037	Lammstek Aska	1,4	1,5
1037	Lammstek Vatten	67,3	69
1037	Lammstek Avfall (skal	32	30
1037	Lammstek Protein	24,1	22,7
1037	Lammstek Fett	7,2	6,8
1037	Lammstek Fosfor	237	224
1037	Lammstek Jod	11	19
1037	Lammstek Järn	2,19	2,07
1037	Lammstek Kalcium	14	13
1037	Lammstek Kalium	268	253
1037	Lammstek Magnesiur	21	20
1037	Lammstek Natrium	161	221
1037	Lammstek Selen	1,7	1,6
1037	Lammstek Zink	4,14	3,9
1037	Lammstek Retinolekvi	65	62
1037	Lammstek Retinol	65	61
1037	Lammstek Vitamin D	0,49	0,46

1037 Lammstek	Vitamin E	0,85	0,8
1037 Lammstek	β-Karoten	9	8
1037 Lammstek	Tiamin	0,14	0,14
1037 Lammstek	Riboflavin	0,25	0,24
1037 Lammstek	Niacin	7,7	7,2
1037 Lammstek	Niacinekviv	12,1	11,4
1037 Lammstek	Vitamin B1	1,17	1,1
1037 Lammstek	Vitamin B6	0,19	0,18
1037 Lammstek	Folat	2	2
1037 Lammstek	Salt	0,4	0,6
1043 Oxrulad nö	Summa mä	3,2	2,8
1043 Oxrulad nö	Summa enl	5,9	5,4
1043 Oxrulad nö	Summa flei	2,1	1,9
1043 Oxrulad nö	Fettsyra 12	0	0
1043 Oxrulad nö	Fettsyra 14	0,2	0,1
1043 Oxrulad nö	Fettsyra 16	1,7	1,5
1043 Oxrulad nö	Fettsyra 18	1	0,9
1043 Oxrulad nö	Fettsyra 20	0	0
1043 Oxrulad nö	Fettsyra 16	0,2	0,2
1043 Oxrulad nö	Fettsyra 18	5,4	4,9
1043 Oxrulad nö	Fettsyra 18	1,3	1,2
1043 Oxrulad nö	Fettsyra 18	0,5	0,5
1043 Oxrulad nö	Fettsyra 20	0	0
1043 Oxrulad nö	EPA (Fettsy	0	0
1043 Oxrulad nö	DPA (Fettsy	0	0
1043 Oxrulad nö	DHA (Fettsy	0,1	0,1
1043 Oxrulad nö	Summa tra	0	0
1043 Oxrulad nö	Kolesterol	95,5	81,5
1043 Oxrulad nö	Monosacke	0,1	0,1
1043 Oxrulad nö	Disackaride	0,2	0,2
1043 Oxrulad nö	Sackaros	0,2	0,2
1043 Oxrulad nö	Energi (kJ)	994	867
1043 Oxrulad nö	Energi (kca	238	207
1043 Oxrulad nö	Aska	3,3	2,8
1043 Oxrulad nö	Vatten	51,9	59
1043 Oxrulad nö	Avfall (skal	2	2
1043 Oxrulad nö	Kolhydrate	0,9	0,8
1043 Oxrulad nö	Protein	31,9	27,2
1043 Oxrulad nö	Fibrer	0,1	0
1043 Oxrulad nö	Fett	11,8	10,5
1043 Oxrulad nö	Fosfor	300	256
1043 Oxrulad nö	Jod	47	40
1043 Oxrulad nö	Järn	3,48	2,97
1043 Oxrulad nö	Kalcium	17	15
1043 Oxrulad nö	Kalium	538	459
1043 Oxrulad nö	Magnesium	35	30
1043 Oxrulad nö	Natrium	682	582
1043 Oxrulad nö	Selen	12,8	10,9
1043 Oxrulad nö	Zink	5,2	4,44
1043 Oxrulad nö	Retinolekvi	60	51

1043 Oxrulad nö Retinol	6	6
1043 Oxrulad nö Vitamin D	1,24	1,06
1043 Oxrulad nö Vitamin E	1,36	1,16
1043 Oxrulad nö $\beta$ -Karoten	33	28
1043 Oxrulad nö Tiamin	0,12	0,1
1043 Oxrulad nö Riboflavin	0,28	0,24
1043 Oxrulad nö Vitamin C	1	0
1043 Oxrulad nö Niacin	7,4	6,3
1043 Oxrulad nö Niacinekviv	13,3	11,3
1043 Oxrulad nö Vitamin B1	1,86	1,59
1043 Oxrulad nö Vitamin B6	0,57	0,48
1043 Oxrulad nö Folat	14	12
1043 Oxrulad nö Salt	1,7	1,5
1047 Rådjursköt Summa mä	0,7	0,7
1047 Rådjursköt Summa enl	0,4	0,4
1047 Rådjursköt Summa flei	0,3	0,3
1047 Rådjursköt Fettsyra 14	0	0
1047 Rådjursköt Fettsyra 16	0,3	0,3
1047 Rådjursköt Fettsyra 18	0,4	0,3
1047 Rådjursköt Fettsyra 16	0	0
1047 Rådjursköt Fettsyra 18	0,4	0,3
1047 Rådjursköt Fettsyra 18	0,2	0,2
1047 Rådjursköt Fettsyra 18	0	0
1047 Rådjursköt Fettsyra 20	0	0
1047 Rådjursköt EPA (Fettsy	0	0
1047 Rådjursköt DPA (Fettsy	0	0
1047 Rådjursköt Kolesterol	102,5	95,3
1047 Rådjursköt Energi (kJ)	527	490
1047 Rådjursköt Energi (kca	126	117
1047 Rådjursköt Aska	1,4	1,6
1047 Rådjursköt Vatten	69,4	71,3
1047 Rådjursköt Avfall (skal	32	29
1047 Rådjursköt Protein	27,6	25,6
1047 Rådjursköt Fett	1,6	1,5
1047 Rådjursköt Fosfor	329	306
1047 Rådjursköt Jod	7	20
1047 Rådjursköt Järn	3,94	3,67
1047 Rådjursköt Kalcium	13	13
1047 Rådjursköt Kalium	407	379
1047 Rådjursköt Magnesiur	53	49
1047 Rådjursköt Natrium	131	228
1047 Rådjursköt Selen	5,3	4,9
1047 Rådjursköt Zink	6,31	5,86
1047 Rådjursköt Retinolekvi	11	10
1047 Rådjursköt Retinol	11	10
1047 Rådjursköt Vitamin D	0,53	0,49
1047 Rådjursköt Vitamin E	1	0,93
1047 Rådjursköt Tiamin	0,21	0,2
1047 Rådjursköt Riboflavin	0,5	0,47
1047 Rådjursköt Niacin	8,3	7,7

1047 Rådjursköt Niacinekviv	13,3	12,4
1047 Rådjursköt Vitamin B1	6,62	6,15
1047 Rådjursköt Vitamin B6	0,46	0,43
1047 Rådjursköt Folat	7	6
1047 Rådjursköt Salt	0,3	0,6
1050 Älgstek (be Summa mä	0,6	0,5
1050 Älgstek (be Summa enl	0,5	0,5
1050 Älgstek (be Summa flei	0,3	0,3
1050 Älgstek (be Fettsyra 14	0	0
1050 Älgstek (be Fettsyra 16	0,2	0,2
1050 Älgstek (be Fettsyra 18	0,3	0,2
1050 Älgstek (be Fettsyra 16	0	0
1050 Älgstek (be Fettsyra 18	0,5	0,4
1050 Älgstek (be Fettsyra 18	0,2	0,2
1050 Älgstek (be Fettsyra 18	0,1	0,1
1050 Älgstek (be Fettsyra 20	0	0
1050 Älgstek (be EPA (Fettsy	0	0
1050 Älgstek (be DPA (Fettsy	0	0
1050 Älgstek (be Summa tra	0	0
1050 Älgstek (be Kolesterol	88,4	81,4
1050 Älgstek (be Energi (kJ)	558	515
1050 Älgstek (be Energi (kca	133	123
1050 Älgstek (be Aska	1,6	1,8
1050 Älgstek (be Vatten	65,6	68
1050 Älgstek (be Protein	29,1	26,8
1050 Älgstek (be Fett	1,7	1,6
1050 Älgstek (be Fosfor	266	245
1050 Älgstek (be Jod	9	21
1050 Älgstek (be Järn	4,11	3,79
1050 Älgstek (be Kalcium	5	5
1050 Älgstek (be Kalium	476	439
1050 Älgstek (be Magnesium	29	27
1050 Älgstek (be Natrium	112	209
1050 Älgstek (be Selen	9,9	9,1
1050 Älgstek (be Zink	5,96	5,49
1050 Älgstek (be Retinolekvi	2	2
1050 Älgstek (be Retinol	2	2
1050 Älgstek (be Vitamin E	1,04	0,96
1050 Älgstek (be Vitamin K	1	1
1050 Älgstek (be Tiamin	0,17	0,16
1050 Älgstek (be Riboflavin	0,44	0,41
1050 Älgstek (be Niacin	7,2	6,6
1050 Älgstek (be Niacinekviv	12,5	11,5
1050 Älgstek (be Vitamin B1	3,36	3,1
1050 Älgstek (be Vitamin B6	0,51	0,47
1050 Älgstek (be Summa n-3	0,1	0,1
1050 Älgstek (be Summa n-6	0,2	0,2
1050 Älgstek (be Salt	0,3	0,5
1062 Biff Strogan Summa mä	4,1	3,7
1062 Biff Strogan Summa enl	4	3,7

1062 Biff Strogar Summa flei	1,1	1,1
1062 Biff Strogar Fettsyra 4:(	0,4	0,4
1062 Biff Strogar Fettsyra 12	0,1	0,1
1062 Biff Strogar Fettsyra 14	0,5	0,4
1062 Biff Strogar Fettsyra 16	1,9	1,7
1062 Biff Strogar Fettsyra 18	0,9	0,9
1062 Biff Strogar Fettsyra 20	0	0
1062 Biff Strogar Fettsyra 16	0,1	0,1
1062 Biff Strogar Fettsyra 18	3,8	3,5
1062 Biff Strogar Fettsyra 18	0,7	0,7
1062 Biff Strogar Fettsyra 18	0,3	0,3
1062 Biff Strogar Fettsyra 20	0	0
1062 Biff Strogar DPA (Fetts)	0	0
1062 Biff Strogar Summa tra	0,1	0,1
1062 Biff Strogar Kolesterol	51,1	45,5
1062 Biff Strogar Monosacka	1,1	1
1062 Biff Strogar Disackaride	1,3	1,2
1062 Biff Strogar Sackaros	0,5	0,4
1062 Biff Strogar Energi (kJ)	730	653
1062 Biff Strogar Energi (kca	174	156
1062 Biff Strogar Aska	2,2	2
1062 Biff Strogar Vatten	65,6	69,6
1062 Biff Strogar Avfall (skal	2	3
1062 Biff Strogar Kolhydrate	3,2	3
1062 Biff Strogar Protein	17,3	15,4
1062 Biff Strogar Alkohol	0,4	0
1062 Biff Strogar Fibrer	0,5	0,4
1062 Biff Strogar Fett	9,9	9,1
1062 Biff Strogar Fosfor	173	154
1062 Biff Strogar Jod	52	46
1062 Biff Strogar Järn	1,81	1,57
1062 Biff Strogar Kalcium	40	36
1062 Biff Strogar Kalium	352	304
1062 Biff Strogar Magnesium	24	21
1062 Biff Strogar Natrium	485	432
1062 Biff Strogar Selen	7,1	6,4
1062 Biff Strogar Zink	2,97	2,65
1062 Biff Strogar Retinolekvi	69	61
1062 Biff Strogar Retinol	37	33
1062 Biff Strogar Vitamin D	0,77	0,68
1062 Biff Strogar Vitamin E	1,02	0,91
1062 Biff Strogar $\beta$ -Karoten	26	23
1062 Biff Strogar Tiamin	0,06	0,06
1062 Biff Strogar Riboflavin	0,17	0,15
1062 Biff Strogar Vitamin C	3	3
1062 Biff Strogar Niacin	4,4	3,9
1062 Biff Strogar Niacinekviv	7,6	6,7
1062 Biff Strogar Vitamin B1	0,73	0,65
1062 Biff Strogar Vitamin B6	0,21	0,19
1062 Biff Strogar Folat	12	11

1062 Biff Strogar Salt	1,2	1,1
1064 Rimmat sid Summa mä	14,4	14,5
1064 Rimmat sid Summa enl	15,9	16,2
1064 Rimmat sid Summa flei	4,9	5
1064 Rimmat sid Fettsyra 16	8,5	8,6
1064 Rimmat sid Fettsyra 18	4,9	4,9
1064 Rimmat sid Fettsyra 18	14,3	14,6
1064 Rimmat sid Fettsyra 18	3,7	3,8
1064 Rimmat sid Fettsyra 18	0,5	0,5
1064 Rimmat sid Summa tra	0	0
1064 Rimmat sid Energi (kJ)	1720	1733
1064 Rimmat sid Energi (kca	411	414
1064 Rimmat sid Kolhydrate	7,3	7,4
1064 Rimmat sid Protein	12,8	12,7
1064 Rimmat sid Fett	37,2	37,5
1064 Rimmat sid Vitamin K	3	3
1064 Rimmat sid Niacinekviv	4,8	4,8
1065 Fläskkotlet Summa mä	5,3	5,3
1065 Fläskkotlet Summa enl	7,1	7,4
1065 Fläskkotlet Summa flei	2,5	2,6
1065 Fläskkotlet Fettsyra 16	3,1	3,1
1065 Fläskkotlet Fettsyra 18	1,7	1,8
1065 Fläskkotlet Fettsyra 18	6,6	6,8
1065 Fläskkotlet Fettsyra 18	1,8	1,9
1065 Fläskkotlet Fettsyra 18	0,4	0,4
1065 Fläskkotlet Summa tra	0	0
1065 Fläskkotlet Energi (kJ)	1030	1043
1065 Fläskkotlet Energi (kca	246	249
1065 Fläskkotlet Kolhydrate	6,9	7,1
1065 Fläskkotlet Protein	19,1	19
1065 Fläskkotlet Fett	15,8	16,1
1065 Fläskkotlet Vitamin K	3	3
1065 Fläskkotlet Niacinekviv	8,7	8,7
1066 Wienerschi Summa mä	2,3	2,3
1066 Wienerschi Summa enl	4,4	4,6
1066 Wienerschi Summa flei	1,9	2
1066 Wienerschi Fettsyra 16	1,3	1,3
1066 Wienerschi Fettsyra 18	0,6	0,6
1066 Wienerschi Fettsyra 18	3,8	4
1066 Wienerschi Fettsyra 18	1,1	1,2
1066 Wienerschi Fettsyra 18	0,4	0,4
1066 Wienerschi Summa tra	0	0
1066 Wienerschi Energi (kJ)	771	782
1066 Wienerschi Energi (kca	184	187
1066 Wienerschi Kolhydrate	8,1	8,3
1066 Wienerschi Protein	16,7	16,6
1066 Wienerschi Fett	9,3	9,6
1066 Wienerschi Vitamin K	2	2
1066 Wienerschi Niacinekviv	8,6	8,5
1068 Gulasch nö Summa mä	2,9	2,8

1068 Gulasch nö Summa enl	3,7	3,6
1068 Gulasch nö Summa flei	0,9	0,9
1068 Gulasch nö Fettsyra 12	0	0
1068 Gulasch nö Fettsyra 14	0,1	0,1
1068 Gulasch nö Fettsyra 16	1,5	1,4
1068 Gulasch nö Fettsyra 18	1,1	1
1068 Gulasch nö Fettsyra 20	0	0
1068 Gulasch nö Fettsyra 16	0,2	0,2
1068 Gulasch nö Fettsyra 18	3,4	3,4
1068 Gulasch nö Fettsyra 18	0,6	0,6
1068 Gulasch nö Fettsyra 18	0,2	0,2
1068 Gulasch nö Fettsyra 20	0	0
1068 Gulasch nö DPA (Fettsy)	0	0
1068 Gulasch nö Summa tra	0	0
1068 Gulasch nö Kolesterol	23,8	22,7
1068 Gulasch nö Monosacke	1,9	1,8
1068 Gulasch nö Disackaride	0,7	0,7
1068 Gulasch nö Sackaros	0,7	0,7
1068 Gulasch nö Energi (kJ)	510	493
1068 Gulasch nö Energi (kca	122	118
1068 Gulasch nö Aska	1,8	1,7
1068 Gulasch nö Vatten	75,7	76,9
1068 Gulasch nö Avfall (skal	15	14
1068 Gulasch nö Kolhydrate	3,2	3,1
1068 Gulasch nö Protein	9	8,6
1068 Gulasch nö Fibrer	1,1	1
1068 Gulasch nö Fett	7,9	7,8
1068 Gulasch nö Fosfor	93	88
1068 Gulasch nö Jod	43	41
1068 Gulasch nö Järn	1,34	1,27
1068 Gulasch nö Kalcium	23	22
1068 Gulasch nö Kalium	282	242
1068 Gulasch nö Magnesium	18	17
1068 Gulasch nö Natrium	429	408
1068 Gulasch nö Selen	4,2	4
1068 Gulasch nö Zink	2,12	2,02
1068 Gulasch nö Retinolekvi	32	31
1068 Gulasch nö Retinol	6	5
1068 Gulasch nö Vitamin D	0,52	0,49
1068 Gulasch nö Vitamin E	0,97	0,92
1068 Gulasch nö $\beta$ -Karoten	76	73
1068 Gulasch nö Tiamin	0,04	0,04
1068 Gulasch nö Riboflavin	0,07	0,07
1068 Gulasch nö Vitamin C	3	3
1068 Gulasch nö Niacin	2,8	2,7
1068 Gulasch nö Niacinekviv	4,5	4,2
1068 Gulasch nö Vitamin B1	0,4	0,38
1068 Gulasch nö Vitamin B6	0,16	0,15
1068 Gulasch nö Folat	15	14
1068 Gulasch nö Salt	1,1	1



1069 Hargryta (b Summa mä	1,1	1,1
1069 Hargryta (b Summa enl	1,5	1,6
1069 Hargryta (b Summa flei	1,3	1,3
1069 Hargryta (b Fettsyra 12	0	0
1069 Hargryta (b Fettsyra 14	0,1	0,1
1069 Hargryta (b Fettsyra 16	0,7	0,7
1069 Hargryta (b Fettsyra 18	0,2	0,2
1069 Hargryta (b Fettsyra 16	0	0
1069 Hargryta (b Fettsyra 18	1,5	1,5
1069 Hargryta (b Fettsyra 18	0,8	0,8
1069 Hargryta (b Fettsyra 18	0,4	0,4
1069 Hargryta (b Fettsyra 20	0	0
1069 Hargryta (b DPA (Fettsy	0	0
1069 Hargryta (b Summa tra	0	0
1069 Hargryta (b Kolesterol	42,5	40,5
1069 Hargryta (b Monosacke	1,3	1,2
1069 Hargryta (b Disackaride	0,4	0,4
1069 Hargryta (b Sackaros	0,4	0,4
1069 Hargryta (b Energi (kJ)	480	464
1069 Hargryta (b Energi (kca	115	111
1069 Hargryta (b Aska	1,5	1,5
1069 Hargryta (b Vatten	73,9	75,1
1069 Hargryta (b Avfall (skal	2	2
1069 Hargryta (b Kolhydrate	2,9	2,8
1069 Hargryta (b Protein	15,9	15,1
1069 Hargryta (b Fibrer	0,9	0,8
1069 Hargryta (b Fett	4,1	4,1
1069 Hargryta (b Fosfor	171	163
1069 Hargryta (b Jod	36	34
1069 Hargryta (b Järn	3,2	3,05
1069 Hargryta (b Kalcium	28	26
1069 Hargryta (b Kalium	331	291
1069 Hargryta (b Magnesium	25	24
1069 Hargryta (b Natrium	395	376
1069 Hargryta (b Selen	7,3	6,9
1069 Hargryta (b Zink	0,85	0,81
1069 Hargryta (b Retinolekvi	26	25
1069 Hargryta (b Retinol	4	3
1069 Hargryta (b Vitamin D	0,48	0,46
1069 Hargryta (b Vitamin E	0,75	0,72
1069 Hargryta (b $\beta$ -Karoten	57	54
1069 Hargryta (b Vitamin K	0	0
1069 Hargryta (b Tiamin	0,16	0,15
1069 Hargryta (b Riboflavin	0,26	0,25
1069 Hargryta (b Vitamin C	3	2
1069 Hargryta (b Niacin	3,4	3,3
1069 Hargryta (b Niacinekviv	6,3	6
1069 Hargryta (b Vitamin B1	0,46	0,44
1069 Hargryta (b Vitamin B6	0,15	0,14
1069 Hargryta (b Folat	11	10

1069 Hargryta (b Salt	1	0,9
1072 Kalvläggsgr Summa mä	0,6	0,6
1072 Kalvläggsgr Summa enl	1,7	1,7
1072 Kalvläggsgr Summa flei	0,8	0,8
1072 Kalvläggsgr Fettsyra 12	0	0
1072 Kalvläggsgr Fettsyra 14	0	0
1072 Kalvläggsgr Fettsyra 16	0,3	0,3
1072 Kalvläggsgr Fettsyra 18	0,2	0,2
1072 Kalvläggsgr Fettsyra 16	0	0
1072 Kalvläggsgr Fettsyra 18	1,6	1,7
1072 Kalvläggsgr Fettsyra 18	0,5	0,5
1072 Kalvläggsgr Fettsyra 18	0,2	0,2
1072 Kalvläggsgr Fettsyra 20	0	0
1072 Kalvläggsgr EPA (Fettsy	0	0
1072 Kalvläggsgr DPA (Fettsy	0	0
1072 Kalvläggsgr Summa tra	0	0
1072 Kalvläggsgr Kolesterol	35,2	34,2
1072 Kalvläggsgr Monosacke	1,4	1,4
1072 Kalvläggsgr Disackaride	0,8	0,8
1072 Kalvläggsgr Sackaros	0,8	0,8
1072 Kalvläggsgr Energi (kJ)	349	347
1072 Kalvläggsgr Energi (kca	83	83
1072 Kalvläggsgr Aska	1,9	1,9
1072 Kalvläggsgr Vatten	80,6	81,2
1072 Kalvläggsgr Avfall (skal	25	24
1072 Kalvläggsgr Kolhydrate	2,6	2,6
1072 Kalvläggsgr Protein	10,6	10,3
1072 Kalvläggsgr Fibrer	1,1	1,1
1072 Kalvläggsgr Fett	3,1	3,3
1072 Kalvläggsgr Fosfor	109	106
1072 Kalvläggsgr Jod	24	23
1072 Kalvläggsgr Järn	1,18	1,15
1072 Kalvläggsgr Kalcium	22	22
1072 Kalvläggsgr Kalium	314	278
1072 Kalvläggsgr Magnesium	18	17
1072 Kalvläggsgr Natrium	431	419
1072 Kalvläggsgr Selen	3,3	3,2
1072 Kalvläggsgr Zink	1,86	1,81
1072 Kalvläggsgr Retinolekvi	127	124
1072 Kalvläggsgr Retinol	14	14
1072 Kalvläggsgr Vitamin D	0,4	0,39
1072 Kalvläggsgr Vitamin E	0,92	0,9
1072 Kalvläggsgr $\beta$ -Karoten	972	944
1072 Kalvläggsgr Tiamin	0,05	0,04
1072 Kalvläggsgr Riboflavin	0,07	0,07
1072 Kalvläggsgr Vitamin C	3	3
1072 Kalvläggsgr Niacin	3,4	3,3
1072 Kalvläggsgr Niacinekviv	5,3	5,2
1072 Kalvläggsgr Vitamin B1	0,42	0,41
1072 Kalvläggsgr Vitamin B6	0,14	0,14

1072 Kalvläggsgr Folat	10	10
1072 Kalvläggsgr Salt	1,1	1
1073 Köttsoffa Summa mä	1,5	1,5
1073 Köttsoffa Summa enl	1,3	1,3
1073 Köttsoffa Summa flei	0,2	0,2
1073 Köttsoffa Fettsyra 12	0	0
1073 Köttsoffa Fettsyra 14	0,1	0,1
1073 Köttsoffa Fettsyra 16	0,8	0,8
1073 Köttsoffa Fettsyra 18	0,6	0,6
1073 Köttsoffa Fettsyra 20	0	0
1073 Köttsoffa Fettsyra 16	0,1	0,1
1073 Köttsoffa Fettsyra 18	1,2	1,2
1073 Köttsoffa Fettsyra 18	0,1	0,1
1073 Köttsoffa Fettsyra 18	0	0
1073 Köttsoffa Fettsyra 20	0	0
1073 Köttsoffa DPA (Fettsy	0	0
1073 Köttsoffa Kolesterol	12,6	12,4
1073 Köttsoffa Monosacke	0,5	0,5
1073 Köttsoffa Disackaride	0,4	0,4
1073 Köttsoffa Sackaros	0,4	0,4
1073 Köttsoffa Energi (kJ)	244	240
1073 Köttsoffa Energi (kca	58	57
1073 Köttsoffa Aska	1,3	1,3
1073 Köttsoffa Vatten	87,9	88,1
1073 Köttsoffa Avfall (skal	11	10
1073 Köttsoffa Kolhydrate	1,5	1,5
1073 Köttsoffa Protein	5,5	5,4
1073 Köttsoffa Fibrer	0,6	0,6
1073 Köttsoffa Fett	3,3	3,2
1073 Köttsoffa Fosfor	55	54
1073 Köttsoffa Jod	21	21
1073 Köttsoffa Järn	1,61	1,58
1073 Köttsoffa Kalcium	14	14
1073 Köttsoffa Kalium	153	137
1073 Köttsoffa Magnesium	10	10
1073 Köttsoffa Natrium	311	306
1073 Köttsoffa Selen	2,2	2,1
1073 Köttsoffa Zink	1,25	1,23
1073 Köttsoffa Retinolekvi	33	32
1073 Köttsoffa Retinol	3	3
1073 Köttsoffa Vitamin D	0,14	0,14
1073 Köttsoffa Vitamin E	0,21	0,2
1073 Köttsoffa $\beta$ -Karoten	309	304
1073 Köttsoffa Tiamin	0,02	0,02
1073 Köttsoffa Riboflavin	0,05	0,05
1073 Köttsoffa Vitamin C	2	2
1073 Köttsoffa Niacin	1,8	1,8
1073 Köttsoffa Niacinekviv	2,8	2,8
1073 Köttsoffa Vitamin B1	0,21	0,21
1073 Köttsoffa Vitamin B6	0,08	0,08

1073 Köttsoffa Folat	11	11
1073 Köttsoffa Salt	0,8	0,8
1074 Lammfrika: Summa mä	6,5	6,1
1074 Lammfrika: Summa enl	4,5	4,2
1074 Lammfrika: Summa flei	1,1	1
1074 Lammfrika: Fettsyra 4:(	0,2	0,2
1074 Lammfrika: Fettsyra 12	0,2	0,2
1074 Lammfrika: Fettsyra 14	0,8	0,8
1074 Lammfrika: Fettsyra 16	3,1	2,9
1074 Lammfrika: Fettsyra 18	1,8	1,7
1074 Lammfrika: Fettsyra 20	0,1	0,1
1074 Lammfrika: Fettsyra 16	0,3	0,3
1074 Lammfrika: Fettsyra 18	4,2	3,9
1074 Lammfrika: Fettsyra 18	0,6	0,6
1074 Lammfrika: Fettsyra 18	0,2	0,2
1074 Lammfrika: Fettsyra 20	0	0
1074 Lammfrika: Summa tra	0,1	0,1
1074 Lammfrika: Kolesterol	67,2	63
1074 Lammfrika: Monosackä	0	0
1074 Lammfrika: Disackaride	0,3	0,3
1074 Lammfrika: Sackaros	0	0
1074 Lammfrika: Energi (kJ)	764	716
1074 Lammfrika: Energi (kca	183	171
1074 Lammfrika: Aska	1,6	1,5
1074 Lammfrika: Vatten	68,5	70,5
1074 Lammfrika: Avfall (skal	25	24
1074 Lammfrika: Kolhydrate	2	1,9
1074 Lammfrika: Protein	15,1	14,1
1074 Lammfrika: Fibrer	0,1	0,1
1074 Lammfrika: Fett	12,8	12
1074 Lammfrika: Fosfor	150	141
1074 Lammfrika: Jod	17	16
1074 Lammfrika: Järn	1,92	1,8
1074 Lammfrika: Kalcium	24	22
1074 Lammfrika: Kalium	194	175
1074 Lammfrika: Magnesiur	16	15
1074 Lammfrika: Natrium	288	270
1074 Lammfrika: Selen	1,3	1,2
1074 Lammfrika: Zink	2,86	2,68
1074 Lammfrika: Retinolekvi	72	68
1074 Lammfrika: Retinol	57	54
1074 Lammfrika: Vitamin D	0,5	0,47
1074 Lammfrika: Vitamin E	0,82	0,76
1074 Lammfrika: $\beta$ -Karoten	14	13
1074 Lammfrika: Vitamin K	0	0
1074 Lammfrika: Tiamin	0,08	0,08
1074 Lammfrika: Riboflavin	0,13	0,12
1074 Lammfrika: Vitamin C	0	0
1074 Lammfrika: Niacin	3,8	3,5
1074 Lammfrika: Niacinekviv	6,6	6,1

1074 Lammfrika: Vitamin B1	0,42	0,4
1074 Lammfrika: Vitamin B6	0,05	0,05
1074 Lammfrika: Folat	4	3
1074 Lammfrika: Salt	0,7	0,7
1075 Lammkött Summa mä	4,5	4,2
1075 Lammkött Summa enl	3,6	3,4
1075 Lammkött Summa flei	0,9	0,9
1075 Lammkött Fettsyra 4:(	0	0
1075 Lammkött Fettsyra 12	0,1	0,1
1075 Lammkött Fettsyra 14	0,6	0,5
1075 Lammkött Fettsyra 16	2	1,9
1075 Lammkött Fettsyra 18	1,5	1,4
1075 Lammkött Fettsyra 20	0,1	0,1
1075 Lammkött Fettsyra 16	0,3	0,3
1075 Lammkött Fettsyra 18	3,3	3,1
1075 Lammkött Fettsyra 18	0,5	0,5
1075 Lammkött Fettsyra 18	0,1	0,1
1075 Lammkött Fettsyra 20	0	0
1075 Lammkött Summa tra	0	0
1075 Lammkött Kolesterol	58,6	54,5
1075 Lammkött Monosacke	1	0,9
1075 Lammkött Disackaride	1,4	1,3
1075 Lammkött Sackaros	1,4	1,3
1075 Lammkött Energi (kJ)	687	640
1075 Lammkött Energi (kca	164	153
1075 Lammkött Aska	1,8	1,6
1075 Lammkött Vatten	67,1	69,5
1075 Lammkött Avfall (skal	26	24
1075 Lammkött Kolhydrate	3,9	3,6
1075 Lammkött Protein	14,8	13,8
1075 Lammkött Fibrer	1,9	1,8
1075 Lammkött Fett	9,5	8,9
1075 Lammkött Fosfor	165	153
1075 Lammkött Jod	33	31
1075 Lammkött Järn	1,62	1,5
1075 Lammkött Kalcium	26	25
1075 Lammkött Kalium	261	222
1075 Lammkött Magnesium	23	21
1075 Lammkött Natrium	346	322
1075 Lammkött Selen	1,2	1,1
1075 Lammkött Zink	2,81	2,61
1075 Lammkött Retinolekvi	53	49
1075 Lammkött Retinol	40	37
1075 Lammkött Vitamin D	0,36	0,33
1075 Lammkött Vitamin E	0,78	0,72
1075 Lammkött $\beta$ -Karoten	99	92
1075 Lammkött Tiamin	0,16	0,15
1075 Lammkött Riboflavin	0,19	0,17
1075 Lammkött Vitamin C	3	3
1075 Lammkött Niacin	3,7	3,4

1075 Lammköttε Niacinekviv	6,4	6
1075 Lammköttε Vitamin B1	0,59	0,54
1075 Lammköttε Vitamin B6	0,12	0,11
1075 Lammköttε Folat	15	14
1075 Lammköttε Salt	0,9	0,8
1077 Nötköttgry Summa mä	2,3	2,2
1077 Nötköttgry Summa enl	3	3
1077 Nötköttgry Summa flei	0,8	0,8
1077 Nötköttgry Fettsyra 12	0	0
1077 Nötköttgry Fettsyra 14	0,1	0,1
1077 Nötköttgry Fettsyra 16	1,2	1,1
1077 Nötköttgry Fettsyra 18	0,9	0,8
1077 Nötköttgry Fettsyra 20	0	0
1077 Nötköttgry Fettsyra 16	0,1	0,1
1077 Nötköttgry Fettsyra 18	2,8	2,8
1077 Nötköttgry Fettsyra 18	0,5	0,5
1077 Nötköttgry Fettsyra 18	0,2	0,2
1077 Nötköttgry Fettsyra 20	0	0
1077 Nötköttgry DPA (Fettsy	0	0
1077 Nötköttgry Summa tra	0	0
1077 Nötköttgry Kolesterol	18,9	17,8
1077 Nötköttgry Monosacke	2,4	2,2
1077 Nötköttgry Disackaride	1	1
1077 Nötköttgry Sackaros	1	1
1077 Nötköttgry Energi (kJ)	457	436
1077 Nötköttgry Energi (kca	109	104
1077 Nötköttgry Aska	1,5	1,4
1077 Nötköttgry Vatten	77,8	79,1
1077 Nötköttgry Avfall (skal	20	19
1077 Nötköttgry Kolhydrat	4,2	3,9
1077 Nötköttgry Protein	7,8	7,3
1077 Nötköttgry Fibrer	1,4	1,3
1077 Nötköttgry Fett	6,5	6,3
1077 Nötköttgry Fosfor	82	77
1077 Nötköttgry Jod	24	23
1077 Nötköttgry Järn	1,52	1,43
1077 Nötköttgry Kalcium	25	24
1077 Nötköttgry Kalium	267	224
1077 Nötköttgry Magnesium	17	16
1077 Nötköttgry Natrium	286	269
1077 Nötköttgry Selen	3,8	3,6
1077 Nötköttgry Zink	1,79	1,68
1077 Nötköttgry Retinolekvi	111	104
1077 Nötköttgry Retinol	5	4
1077 Nötköttgry Vitamin D	0,43	0,4
1077 Nötköttgry Vitamin E	0,73	0,69
1077 Nötköttgry β-Karoten	925	869
1077 Nötköttgry Tiamin	0,04	0,04
1077 Nötköttgry Riboflavin	0,07	0,06
1077 Nötköttgry Vitamin C	7	7

1077 Nötköttgry Niacin	2,4	2,3
1077 Nötköttgry Niacinekviv	3,9	3,6
1077 Nötköttgry Vitamin B1	0,32	0,3
1077 Nötköttgry Vitamin B6	0,15	0,14
1077 Nötköttgry Folat	27	25
1077 Nötköttgry Salt	0,7	0,7
1078 Pepparrots Summa mä	4	3,8
1078 Pepparrots Summa enl	3,6	3,5
1078 Pepparrots Summa flei	0,4	0,4
1078 Pepparrots Fettsyra 4:(	0	0
1078 Pepparrots Fettsyra 12	0	0
1078 Pepparrots Fettsyra 14	0,2	0,2
1078 Pepparrots Fettsyra 16	2,1	2
1078 Pepparrots Fettsyra 18	1,5	1,5
1078 Pepparrots Fettsyra 20	0	0
1078 Pepparrots Fettsyra 16	0,2	0,2
1078 Pepparrots Fettsyra 18	3,3	3,1
1078 Pepparrots Fettsyra 18	0,2	0,2
1078 Pepparrots Fettsyra 18	0,1	0,1
1078 Pepparrots Fettsyra 20	0	0
1078 Pepparrots DPA (Fettsy	0	0
1078 Pepparrots Summa tra	0	0
1078 Pepparrots Kolesterol	35,5	33,8
1078 Pepparrots Monosackä	0,4	0,4
1078 Pepparrots Disackaride	0,7	0,7
1078 Pepparrots Sackaros	0,4	0,4
1078 Pepparrots Energi (kJ)	596	567
1078 Pepparrots Energi (kca	142	136
1078 Pepparrots Aska	1,5	1,5
1078 Pepparrots Vatten	73,3	74,6
1078 Pepparrots Avfall (skal	20	19
1078 Pepparrots Kolhydrate	2,8	2,7
1078 Pepparrots Protein	13,2	12,5
1078 Pepparrots Fibrer	0,4	0,3
1078 Pepparrots Fett	8,7	8,3
1078 Pepparrots Fosfor	123	117
1078 Pepparrots Jod	25	23
1078 Pepparrots Järn	2,15	2,04
1078 Pepparrots Kalcium	20	19
1078 Pepparrots Kalium	262	236
1078 Pepparrots Magnesiur	18	17
1078 Pepparrots Natrium	296	281
1078 Pepparrots Selen	6,1	5,8
1078 Pepparrots Zink	3,04	2,89
1078 Pepparrots Retinolekvi	43	41
1078 Pepparrots Retinol	11	11
1078 Pepparrots Vitamin D	0,42	0,4
1078 Pepparrots Vitamin E	0,28	0,27
1078 Pepparrots β-Karoten	345	328
1078 Pepparrots Vitamin K	0	0

1078	Pepparrots Tiamin	0,04	0,04
1078	Pepparrots Riboflavin	0,1	0,1
1078	Pepparrots Vitamin C	1	1
1078	Pepparrots Niacin	4	3,8
1078	Pepparrots Niacinekviv	6,5	6,2
1078	Pepparrots Vitamin B1	0,62	0,59
1078	Pepparrots Vitamin B6	0,17	0,16
1078	Pepparrots Folat	9	8
1078	Pepparrots Salt	0,7	0,7
1079	Nötköttgry Summa mä	0,9	0,9
1079	Nötköttgry Summa enl	1,2	1,2
1079	Nötköttgry Summa flei	0,4	0,4
1079	Nötköttgry Fettsyra 12	0	0
1079	Nötköttgry Fettsyra 14	0	0
1079	Nötköttgry Fettsyra 16	0,5	0,5
1079	Nötköttgry Fettsyra 18	0,3	0,3
1079	Nötköttgry Fettsyra 20	0	0
1079	Nötköttgry Fettsyra 16	0,1	0,1
1079	Nötköttgry Fettsyra 18	1,1	1,1
1079	Nötköttgry Fettsyra 18	0,3	0,3
1079	Nötköttgry Fettsyra 18	0,1	0,1
1079	Nötköttgry Fettsyra 20	0	0
1079	Nötköttgry DPA (Fettsy)	0	0
1079	Nötköttgry Summa tra	0	0
1079	Nötköttgry Kolesterol	25,3	23,9
1079	Nötköttgry Monosacka	1,3	1,2
1079	Nötköttgry Disackaride	1	1
1079	Nötköttgry Sackaros	1	1
1079	Nötköttgry Energi (kJ)	358	341
1079	Nötköttgry Energi (kca)	86	82
1079	Nötköttgry Aska	1,2	1,2
1079	Nötköttgry Vatten	80,2	81,4
1079	Nötköttgry Avfall (skal	15	14
1079	Nötköttgry Kolhydrat	3,4	3,2
1079	Nötköttgry Protein	11,1	10,5
1079	Nötköttgry Fibrer	1,3	1,2
1079	Nötköttgry Fett	2,7	2,7
1079	Nötköttgry Fosfor	115	109
1079	Nötköttgry Jod	1	1
1079	Nötköttgry Järn	1,95	1,84
1079	Nötköttgry Kalcium	21	20
1079	Nötköttgry Kalium	317	270
1079	Nötköttgry Magnesium	18	17
1079	Nötköttgry Natrium	128	121
1079	Nötköttgry Selen	4	3,8
1079	Nötköttgry Zink	2,55	2,4
1079	Nötköttgry Retinolekvi	92	87
1079	Nötköttgry Retinol	2	2
1079	Nötköttgry Vitamin D	0,34	0,32
1079	Nötköttgry Vitamin E	0,52	0,49



1079 Nötköttgry	β-Karoten	854	805
1079 Nötköttgry	Tiamin	0,05	0,04
1079 Nötköttgry	Riboflavin	0,12	0,11
1079 Nötköttgry	Vitamin C	3	3
1079 Nötköttgry	Niacin	2,2	2,1
1079 Nötköttgry	Niacinekviv	4,2	4
1079 Nötköttgry	Vitamin B1	0,37	0,35
1079 Nötköttgry	Vitamin B6	0,15	0,15
1079 Nötköttgry	Folat	18	17
1079 Nötköttgry	Salt	0,3	0,3
1080 Renskav st	Summa mä	16	13,1
1080 Renskav st	Summa enl	9,7	8,1
1080 Renskav st	Summa flei	1,4	1,2
1080 Renskav st	Fettsyra 4:(	1,9	1,6
1080 Renskav st	Fettsyra 12	0,6	0,5
1080 Renskav st	Fettsyra 14	2,2	1,8
1080 Renskav st	Fettsyra 16	7,7	6,3
1080 Renskav st	Fettsyra 18	3,2	2,6
1080 Renskav st	Fettsyra 20	0	0
1080 Renskav st	Fettsyra 16	0,7	0,6
1080 Renskav st	Fettsyra 18	8,6	7,2
1080 Renskav st	Fettsyra 18	1	0,8
1080 Renskav st	Fettsyra 18	0,4	0,3
1080 Renskav st	Fettsyra 20	0	0
1080 Renskav st	EPA (Fettsy	0	0
1080 Renskav st	DPA (Fettsy	0	0
1080 Renskav st	Summa tra	0,6	0,5
1080 Renskav st	Kolesterol	139,1	114,3
1080 Renskav st	Monosacke	0	0
1080 Renskav st	Disackaride	1,4	1,2
1080 Renskav st	Sackaros	0	0
1080 Renskav st	Energi (kJ)	1499	1239
1080 Renskav st	Energi (kca	358	296
1080 Renskav st	Aska	3,4	2,8
1080 Renskav st	Vatten	42,9	53,1
1080 Renskav st	Kolhydrate	1,7	1,4
1080 Renskav st	Protein	22,7	18,7
1080 Renskav st	Fett	29,3	24,3
1080 Renskav st	Fosfor	242	199
1080 Renskav st	Jod	85	70
1080 Renskav st	Järn	3,24	2,66
1080 Renskav st	Kalcium	44	36
1080 Renskav st	Kalium	384	315
1080 Renskav st	Magnesium	42	35
1080 Renskav st	Natrium	983	807
1080 Renskav st	Selen	28,5	23,4
1080 Renskav st	Zink	5,5	4,52
1080 Renskav st	Retinolekvi	194	159
1080 Renskav st	Retinol	164	135
1080 Renskav st	Vitamin D	0,73	0,6

1080 Renskav st	Vitamin E	1,89	1,55
1080 Renskav st	β-Karoten	85	70
1080 Renskav st	Vitamin K	2	1
1080 Renskav st	Tiamin	0,22	0,18
1080 Renskav st	Riboflavin	0,58	0,47
1080 Renskav st	Niacin	5,7	4,7
1080 Renskav st	Niacinekviv	9,9	8,2
1080 Renskav st	Vitamin B1	5,71	4,69
1080 Renskav st	Vitamin B6	0,41	0,34
1080 Renskav st	Folat	7	6
1080 Renskav st	Salt	2,5	2
1081 Renskavsgr	Summa mä	6,3	5,7
1081 Renskavsgr	Summa enl	4,8	4,4
1081 Renskavsgr	Summa flei	0,9	0,9
1081 Renskavsgr	Fettsyra 4:(	0,6	0,5
1081 Renskavsgr	Fettsyra 12	0,2	0,2
1081 Renskavsgr	Fettsyra 14	0,8	0,7
1081 Renskavsgr	Fettsyra 16	3,2	2,9
1081 Renskavsgr	Fettsyra 18	1,3	1,2
1081 Renskavsgr	Fettsyra 20	0	0
1081 Renskavsgr	Fettsyra 16	0,4	0,4
1081 Renskavsgr	Fettsyra 18	4,2	3,9
1081 Renskavsgr	Fettsyra 18	0,5	0,5
1081 Renskavsgr	Fettsyra 18	0,3	0,3
1081 Renskavsgr	Fettsyra 20	0	0
1081 Renskavsgr	EPA (Fettsy	0	0
1081 Renskavsgr	DPA (Fettsy	0	0
1081 Renskavsgr	Summa tra	0,2	0,2
1081 Renskavsgr	Kolesterol	71,2	64,9
1081 Renskavsgr	Monosacke	0,5	0,5
1081 Renskavsgr	Disackaride	0,7	0,6
1081 Renskavsgr	Sackaros	0,2	0,2
1081 Renskavsgr	Energi (kJ)	761	699
1081 Renskavsgr	Energi (kca	182	167
1081 Renskavsgr	Aska	2,1	1,9
1081 Renskavsgr	Vatten	67,3	70,2
1081 Renskavsgr	Avfall (skal	4	4
1081 Renskavsgr	Kolhydrate	2,1	1,9
1081 Renskavsgr	Protein	14,5	13,2
1081 Renskavsgr	Fibrer	0,8	0,8
1081 Renskavsgr	Fett	12,8	11,8
1081 Renskavsgr	Fosfor	161	147
1081 Renskavsgr	Jod	54	49
1081 Renskavsgr	Järn	2,28	2,08
1081 Renskavsgr	Kalcium	22	20
1081 Renskavsgr	Kalium	374	311
1081 Renskavsgr	Magnesium	29	27
1081 Renskavsgr	Natrium	488	445
1081 Renskavsgr	Selen	17,9	16,3
1081 Renskavsgr	Zink	3,73	3,41

1081 Renskavsgr Retinolekvi	103	94
1081 Renskavsgr Retinol	54	50
1081 Renskavsgr Vitamin D	1,15	1,05
1081 Renskavsgr Vitamin E	1,11	1,02
1081 Renskavsgr $\beta$ -Karoten	408	372
1081 Renskavsgr Vitamin K	1	1
1081 Renskavsgr Tiamin	0,15	0,14
1081 Renskavsgr Riboflavin	0,38	0,35
1081 Renskavsgr Vitamin C	2	2
1081 Renskavsgr Niacin	5	4,6
1081 Renskavsgr Niacinekviv	7,7	7
1081 Renskavsgr Vitamin B1	2,91	2,65
1081 Renskavsgr Vitamin B6	0,18	0,16
1081 Renskavsgr Folat	10	9
1081 Renskavsgr Salt	1,2	1,1
1082 Skinksås gr Summa mä	2,2	2,1
1082 Skinksås gr Summa enl	2,4	2,5
1082 Skinksås gr Summa flei	0,9	0,9
1082 Skinksås gr Fettsyra 4:(	0,2	0,2
1082 Skinksås gr Fettsyra 12	0,1	0,1
1082 Skinksås gr Fettsyra 14	0,3	0,3
1082 Skinksås gr Fettsyra 16	1	1
1082 Skinksås gr Fettsyra 18	0,4	0,4
1082 Skinksås gr Fettsyra 20	0	0
1082 Skinksås gr Fettsyra 16	0,1	0,1
1082 Skinksås gr Fettsyra 18	2,3	2,4
1082 Skinksås gr Fettsyra 18	0,6	0,6
1082 Skinksås gr Fettsyra 18	0,2	0,2
1082 Skinksås gr Fettsyra 20	0	0
1082 Skinksås gr DPA (Fetts)	0	0
1082 Skinksås gr DHA (Fetts)	0	0
1082 Skinksås gr Summa tra	0,1	0,1
1082 Skinksås gr Kolesterol	27,7	27,1
1082 Skinksås gr Monosacke	0	0
1082 Skinksås gr Disackaride	4	3,9
1082 Skinksås gr Sackaros	0	0
1082 Skinksås gr Energi (kJ)	483	483
1082 Skinksås gr Energi (kca	115	115
1082 Skinksås gr Aska	2,8	2,2
1082 Skinksås gr Vatten	75,5	76,6
1082 Skinksås gr Kolhydrate	6,5	6,4
1082 Skinksås gr Protein	9,3	9,1
1082 Skinksås gr Fibrer	0,1	0,1
1082 Skinksås gr Fett	5,8	5,9
1082 Skinksås gr Fosfor	135	132
1082 Skinksås gr Jod	67	38
1082 Skinksås gr Järn	0,3	0,29
1082 Skinksås gr Kalcium	100	97
1082 Skinksås gr Kalium	225	216
1082 Skinksås gr Magnesium	17	17

1082 Skinksås gr Natrium	895	660
1082 Skinksås gr Selen	3,2	3,1
1082 Skinksås gr Zink	1,23	1,2
1082 Skinksås gr Retinolekvi	48	47
1082 Skinksås gr Retinol	21	20
1082 Skinksås gr Vitamin D	0,49	0,48
1082 Skinksås gr Vitamin E	0,7	0,69
1082 Skinksås gr $\beta$ -Karoten	38	37
1082 Skinksås gr Vitamin K	0	0
1082 Skinksås gr Tiamin	0,13	0,13
1082 Skinksås gr Riboflavin	0,15	0,14
1082 Skinksås gr Vitamin C	0	0
1082 Skinksås gr Niacin	1,1	1,1
1082 Skinksås gr Niacinekviv	2,9	2,9
1082 Skinksås gr Vitamin B1	0,46	0,46
1082 Skinksås gr Vitamin B6	0,09	0,09
1082 Skinksås gr Folat	5	5
1082 Skinksås gr Salt	2,2	1,6
1083 Kalops (ber Summa mä	4,3	4,2
1083 Kalops (ber Summa enl	4,7	4,6
1083 Kalops (ber Summa flei	0,8	0,8
1083 Kalops (ber Fettsyra 12	0	0
1083 Kalops (ber Fettsyra 14	0,2	0,2
1083 Kalops (ber Fettsyra 16	2,2	2,1
1083 Kalops (ber Fettsyra 18	1,6	1,6
1083 Kalops (ber Fettsyra 20	0	0
1083 Kalops (ber Fettsyra 16	0,3	0,2
1083 Kalops (ber Fettsyra 18	4,3	4,2
1083 Kalops (ber Fettsyra 18	0,5	0,5
1083 Kalops (ber Fettsyra 18	0,2	0,2
1083 Kalops (ber Fettsyra 20	0	0
1083 Kalops (ber DPA (Fettsy	0	0
1083 Kalops (ber Summa tra	0	0
1083 Kalops (ber Kolesterol	37,4	36,2
1083 Kalops (ber Monosacke	0,4	0,4
1083 Kalops (ber Disackaride	0,2	0,2
1083 Kalops (ber Sackaros	0,2	0,2
1083 Kalops (ber Energi (kJ)	651	636
1083 Kalops (ber Energi (kca	155	152
1083 Kalops (ber Aska	1,3	1,2
1083 Kalops (ber Vatten	72,2	73,1
1083 Kalops (ber Avfall (skal	20	20
1083 Kalops (ber Kolhydrate	2,2	2,1
1083 Kalops (ber Protein	13,2	12,8
1083 Kalops (ber Fibrer	0,2	0,2
1083 Kalops (ber Fett	10,5	10,3
1083 Kalops (ber Fosfor	119	116
1083 Kalops (ber Jod	25	24
1083 Kalops (ber Järn	1,72	1,67
1083 Kalops (ber Kalcium	11	10

1083 Kalops (ber Kalium	247	227
1083 Kalops (ber Magnesium	17	16
1083 Kalops (ber Natrium	245	238
1083 Kalops (ber Selen	6,3	6,1
1083 Kalops (ber Zink	3,09	2,99
1083 Kalops (ber Retinolekvi	24	24
1083 Kalops (ber Retinol	9	9
1083 Kalops (ber Vitamin D	0,59	0,57
1083 Kalops (ber Vitamin E	0,6	0,58
1083 Kalops (ber $\beta$ -Karoten	18	18
1083 Kalops (ber Vitamin K	0	0
1083 Kalops (ber Tiamin	0,04	0,04
1083 Kalops (ber Riboflavin	0,09	0,09
1083 Kalops (ber Vitamin C	0	0
1083 Kalops (ber Niacin	4	3,9
1083 Kalops (ber Niacinekviv	6,5	6,3
1083 Kalops (ber Vitamin B1	0,63	0,61
1083 Kalops (ber Vitamin B6	0,17	0,17
1083 Kalops (ber Folat	8	8
1083 Kalops (ber Salt	0,6	0,6
1085 Fläskköttgr Summa mä	1,5	1,5
1085 Fläskköttgr Summa enl	2,6	2,6
1085 Fläskköttgr Summa flei	1,1	1,1
1085 Fläskköttgr Fettsyra 4:(	0	0
1085 Fläskköttgr Fettsyra 12	0	0
1085 Fläskköttgr Fettsyra 14	0,1	0,1
1085 Fläskköttgr Fettsyra 16	0,9	0,9
1085 Fläskköttgr Fettsyra 18	0,5	0,5
1085 Fläskköttgr Fettsyra 20	0	0
1085 Fläskköttgr Fettsyra 16	0,1	0,1
1085 Fläskköttgr Fettsyra 18	2,4	2,5
1085 Fläskköttgr Fettsyra 18	0,8	0,8
1085 Fläskköttgr Fettsyra 18	0,2	0,2
1085 Fläskköttgr Fettsyra 20	0	0
1085 Fläskköttgr EPA (Fettsy	0	0
1085 Fläskköttgr DPA (Fettsy	0	0
1085 Fläskköttgr DHA (Fettsy	0	0
1085 Fläskköttgr Summa tra	0	0
1085 Fläskköttgr Kolesterol	17,3	16,6
1085 Fläskköttgr Monosacke	2,3	2,2
1085 Fläskköttgr Disackaride	0,4	0,4
1085 Fläskköttgr Sackaros	0,4	0,4
1085 Fläskköttgr Energi (kJ)	408	401
1085 Fläskköttgr Energi (kca	97	96
1085 Fläskköttgr Aska	1,5	1,5
1085 Fläskköttgr Vatten	78,9	79,8
1085 Fläskköttgr Avfall (skal	8	8
1085 Fläskköttgr Kolhydrate	4,4	4,3
1085 Fläskköttgr Protein	7,1	6,8
1085 Fläskköttgr Fiberer	1,7	1,6

1085 Fläskköttgr Fett	5,4	5,4
1085 Fläskköttgr Fosfor	92	88
1085 Fläskköttgr Jod	27	26
1085 Fläskköttgr Järn	0,82	0,79
1085 Fläskköttgr Kalcium	28	27
1085 Fläskköttgr Kalium	328	277
1085 Fläskköttgr Magnesium	20	19
1085 Fläskköttgr Natrium	288	277
1085 Fläskköttgr Selen	4,1	4
1085 Fläskköttgr Zink	1,14	1,09
1085 Fläskköttgr Retinolekvi	36	35
1085 Fläskköttgr Retinol	3	3
1085 Fläskköttgr Vitamin D	0,45	0,43
1085 Fläskköttgr Vitamin E	1,02	0,98
1085 Fläskköttgr $\beta$ -Karoten	132	127
1085 Fläskköttgr Vitamin K	0	0
1085 Fläskköttgr Tiamin	0,23	0,22
1085 Fläskköttgr Riboflavin	0,12	0,12
1085 Fläskköttgr Vitamin C	13	12
1085 Fläskköttgr Niacin	2,5	2,4
1085 Fläskköttgr Niacinekviv	3,8	3,6
1085 Fläskköttgr Vitamin B1	0,17	0,17
1085 Fläskköttgr Vitamin B6	0,13	0,13
1085 Fläskköttgr Folat	23	22
1085 Fläskköttgr Salt	0,7	0,7
1109 Pannbiff gr Summa tra	0	0
1109 Pannbiff gr Energi (kJ)	820	818
1109 Pannbiff gr Energi (kcal)	196	196
1109 Pannbiff gr Kolhydrat	6,2	6,4
1109 Pannbiff gr Protein	14,4	14,3
1109 Pannbiff gr Fett	12,6	12,5
1109 Pannbiff gr Vitamin K	3	3
1109 Pannbiff gr Niacinekviv	7,1	7
1110 Hamburgar Summa mä	4,8	4,4
1110 Hamburgar Summa enl	4,1	3,7
1110 Hamburgar Summa fler	0,4	0,4
1110 Hamburgar Fettsyra 12	0	0
1110 Hamburgar Fettsyra 14	0,3	0,2
1110 Hamburgar Fettsyra 16	2,4	2,2
1110 Hamburgar Fettsyra 18	1,9	1,8
1110 Hamburgar Fettsyra 20	0	0
1110 Hamburgar Fettsyra 16	0,3	0,2
1110 Hamburgar Fettsyra 18	3,7	3,3
1110 Hamburgar Fettsyra 18	0,2	0,2
1110 Hamburgar Fettsyra 18	0,1	0
1110 Hamburgar Fettsyra 20	0	0
1110 Hamburgar DPA (Fettsy)	0	0
1110 Hamburgar Kolesterol	71,6	65,4
1110 Hamburgar Energi (kJ)	824	753
1110 Hamburgar Energi (kcal)	197	180

1110	Hamburgar Aska	1,7	1,6
1110	Hamburgar Vatten	61,7	65
1110	Hamburgar Protein	26,5	24,2
1110	Hamburgar Fett	10,1	9,2
1110	Hamburgar Fosfor	213	194
1110	Hamburgar Jod	27	24
1110	Hamburgar Järn	3,19	2,91
1110	Hamburgar Kalcium	11	10
1110	Hamburgar Kalium	387	354
1110	Hamburgar Magnesium	24	22
1110	Hamburgar Natrium	303	277
1110	Hamburgar Selen	10,6	9,7
1110	Hamburgar Zink	7,56	6,91
1110	Hamburgar Retinolekvi	9	8
1110	Hamburgar Retinol	8	7
1110	Hamburgar Vitamin D	0,66	0,61
1110	Hamburgar Vitamin E	0,13	0,12
1110	Hamburgar $\beta$ -Karoten	13	12
1110	Hamburgar Tiamin	0,07	0,07
1110	Hamburgar Riboflavin	0,33	0,3
1110	Hamburgar Niacin	5,6	5,1
1110	Hamburgar Niacinekviv	10,4	9,5
1110	Hamburgar Vitamin B1	1,27	1,16
1110	Hamburgar Vitamin B6	0,62	0,56
1110	Hamburgar Folat	12	11
1110	Hamburgar Salt	0,8	0,7
1111	Hamburgar Summa mä	7,7	7,1
1111	Hamburgar Summa enl	7,9	7,4
1111	Hamburgar Summa flei	1,4	1,4
1111	Hamburgar Fettsyra 12	0	0
1111	Hamburgar Fettsyra 14	0,4	0,4
1111	Hamburgar Fettsyra 16	3,8	3,5
1111	Hamburgar Fettsyra 18	3	2,8
1111	Hamburgar Fettsyra 20	0	0
1111	Hamburgar Fettsyra 16	0,4	0,4
1111	Hamburgar Fettsyra 18	7,2	6,8
1111	Hamburgar Fettsyra 18	0,9	0,9
1111	Hamburgar Fettsyra 18	0,3	0,3
1111	Hamburgar Fettsyra 20	0,1	0,1
1111	Hamburgar DPA (Fettsy)	0	0
1111	Hamburgar Summa tra	0	0
1111	Hamburgar Kolesterol	57,6	52,7
1111	Hamburgar Energi (kJ)	1020	945
1111	Hamburgar Energi (kca)	244	226
1111	Hamburgar Aska	2,3	2,1
1111	Hamburgar Vatten	59,1	62,5
1111	Hamburgar Kolhydrate	0	0
1111	Hamburgar Protein	20,4	18,6
1111	Hamburgar Fett	18,2	17
1111	Hamburgar Fosfor	174	159

1111	Hamburgar Jod	67	61
1111	Hamburgar Järn	2,46	2,26
1111	Hamburgar Kalcium	10	9
1111	Hamburgar Kalium	324	296
1111	Hamburgar Magnesium	23	21
1111	Hamburgar Natrium	605	554
1111	Hamburgar Selen	9,6	8,8
1111	Hamburgar Zink	5,76	5,27
1111	Hamburgar Retinolekvi	34	31
1111	Hamburgar Retinol	7	6
1111	Hamburgar Vitamin D	0,87	0,8
1111	Hamburgar Vitamin E	0,97	0,89
1111	Hamburgar $\beta$ -Karoten	11	10
1111	Hamburgar Tiamin	0,03	0,03
1111	Hamburgar Riboflavin	0,12	0,11
1111	Hamburgar Niacin	6	5,5
1111	Hamburgar Niacinekviv	9,7	8,9
1111	Hamburgar Vitamin B1	1,19	1,09
1111	Hamburgar Vitamin B6	0,38	0,35
1111	Hamburgar Folat	10	9
1111	Hamburgar Salt	1,5	1,4
1112	Köttfärsjär Summa tra	0	0
1112	Köttfärsjär Energi (kJ)	862	860
1112	Köttfärsjär Energi (kca)	206	205
1112	Köttfärsjär Kolhydrate	5,1	5,3
1112	Köttfärsjär Protein	16,6	16,6
1112	Köttfärsjär Fett	13,2	13,1
1112	Köttfärsjär Vitamin K	3	3
1112	Köttfärsjär Niacinekviv	7,1	7,1
1113	Kalvfrikade Summa tra	0	0
1113	Kalvfrikade Energi (kJ)	693	692
1113	Kalvfrikade Energi (kca)	166	165
1113	Kalvfrikade Kolhydrate	4,1	4,2
1113	Kalvfrikade Protein	14,2	14,2
1113	Kalvfrikade Fett	10,3	10,2
1113	Kalvfrikade Vitamin K	3	3
1113	Kalvfrikade Niacinekviv	6,8	6,8
1115	Köttfärssås Summa mä	1,6	1,6
1115	Köttfärssås Summa enl	2	2
1115	Köttfärssås Summa flei	0,5	0,6
1115	Köttfärssås Fettsyra 12	0	0
1115	Köttfärssås Fettsyra 14	0,1	0,1
1115	Köttfärssås Fettsyra 16	0,8	0,8
1115	Köttfärssås Fettsyra 18	0,6	0,6
1115	Köttfärssås Fettsyra 20	0	0
1115	Köttfärssås Fettsyra 16	0,1	0,1
1115	Köttfärssås Fettsyra 18	1,9	1,9
1115	Köttfärssås Fettsyra 18	0,4	0,4
1115	Köttfärssås Fettsyra 18	0,1	0,1
1115	Köttfärssås Fettsyra 20	0	0



1115 Köttfärssås DPA (Fettsy	0	0
1115 Köttfärssås Summa tra	0	0
1115 Köttfärssås Kolesterol	21,8	21
1115 Köttfärssås Monosacke	1,8	1,7
1115 Köttfärssås Disackaride	0,5	0,5
1115 Köttfärssås Sackaros	0,5	0,5
1115 Köttfärssås Energi (kJ)	390	379
1115 Köttfärssås Energi (kca	93	91
1115 Köttfärssås Aska	1,8	1,8
1115 Köttfärssås Vatten	79	79,8
1115 Köttfärssås Avfall (skal	2	2
1115 Köttfärssås Kolhydrate	3,8	3,6
1115 Köttfärssås Protein	8,9	8,6
1115 Köttfärssås Fibrer	1,1	1,1
1115 Köttfärssås Fett	4,5	4,4
1115 Köttfärssås Fosfor	85	82
1115 Köttfärssås Jod	49	47
1115 Köttfärssås Järn	1,28	1,23
1115 Köttfärssås Kalcium	21	20
1115 Köttfärssås Kalium	263	225
1115 Köttfärssås Magnesium	16	15
1115 Köttfärssås Natrium	480	461
1115 Köttfärssås Selen	3,5	3,3
1115 Köttfärssås Zink	2,48	2,38
1115 Köttfärssås Retinolekvi	21	20
1115 Köttfärssås Retinol	2	2
1115 Köttfärssås Vitamin D	0,36	0,34
1115 Köttfärssås Vitamin E	0,78	0,75
1115 Köttfärssås $\beta$ -Karoten	69	66
1115 Köttfärssås Vitamin K	0	0
1115 Köttfärssås Tiamin	0,05	0,05
1115 Köttfärssås Riboflavin	0,1	0,1
1115 Köttfärssås Vitamin C	4	4
1115 Köttfärssås Niacin	2,1	2
1115 Köttfärssås Niacinekviv	3,8	3,6
1115 Köttfärssås Vitamin B1	0,32	0,3
1115 Köttfärssås Vitamin B6	0,17	0,16
1115 Köttfärssås Folat	13	13
1115 Köttfärssås Salt	1,2	1,2
1116 Köttfärssås Summa mä	1,7	1,6
1116 Köttfärssås Summa enl	1,4	1,4
1116 Köttfärssås Summa flei	0,3	0,3
1116 Köttfärssås Fettsyra 4:(	0	0
1116 Köttfärssås Fettsyra 12	0	0
1116 Köttfärssås Fettsyra 14	0,1	0,1
1116 Köttfärssås Fettsyra 16	0,9	0,9
1116 Köttfärssås Fettsyra 18	0,6	0,6
1116 Köttfärssås Fettsyra 20	0	0
1116 Köttfärssås Fettsyra 16	0,1	0,1
1116 Köttfärssås Fettsyra 18	1,3	1,3

1116 Köttfärssox Fettsyra 18	0,2	0,2
1116 Köttfärssox Fettsyra 18	0	0
1116 Köttfärssox Fettsyra 20	0	0
1116 Köttfärssox EPA (Fettsy	0	0
1116 Köttfärssox DPA (Fettsy	0	0
1116 Köttfärssox DHA (Fettsy	0	0
1116 Köttfärssox Kolesterol	12,8	12,6
1116 Köttfärssox Monosacke	0,5	0,5
1116 Köttfärssox Disackaride	0,4	0,4
1116 Köttfärssox Sackaros	0,4	0,4
1116 Köttfärssox Energi (kJ)	257	253
1116 Köttfärssox Energi (kca	61	60
1116 Köttfärssox Aska	1,3	1,3
1116 Köttfärssox Vatten	87,6	87,8
1116 Köttfärssox Avfall (skal	4	4
1116 Köttfärssox Kolhydrat	1,5	1,5
1116 Köttfärssox Protein	5,4	5,3
1116 Köttfärssox Fibrer	0,6	0,6
1116 Köttfärssox Fett	3,6	3,6
1116 Köttfärssox Fosfor	57	56
1116 Köttfärssox Jod	21	20
1116 Köttfärssox Järn	1,47	1,45
1116 Köttfärssox Kalcium	14	14
1116 Köttfärssox Kalium	151	134
1116 Köttfärssox Magnesium	10	10
1116 Köttfärssox Natrium	309	304
1116 Köttfärssox Selen	1,9	1,9
1116 Köttfärssox Zink	1,3	1,28
1116 Köttfärssox Retinolekvi	31	30
1116 Köttfärssox Retinol	2	2
1116 Köttfärssox Vitamin D	0,12	0,12
1116 Köttfärssox Vitamin E	0,21	0,2
1116 Köttfärssox $\beta$ -Karoten	304	299
1116 Köttfärssox Tiamin	0,04	0,04
1116 Köttfärssox Riboflavin	0,05	0,05
1116 Köttfärssox Vitamin C	2	2
1116 Köttfärssox Niacin	1,7	1,6
1116 Köttfärssox Niacinekviv	2,7	2,6
1116 Köttfärssox Vitamin B1	0,18	0,17
1116 Köttfärssox Vitamin B6	0,08	0,07
1116 Köttfärssox Folat	11	10
1116 Köttfärssox Salt	0,8	0,8
1117 Köttfärsgul Summa mä	4	3,8
1117 Köttfärsgul Summa enl	4,1	4,1
1117 Köttfärsgul Summa flei	1	1
1117 Köttfärsgul Fettsyra 4:(	0,1	0,1
1117 Köttfärsgul Fettsyra 12	0	0
1117 Köttfärsgul Fettsyra 14	0,3	0,3
1117 Köttfärsgul Fettsyra 16	1,9	1,8
1117 Köttfärsgul Fettsyra 18	1,3	1,3

1117 Köttfärgul Fettsyra 20	0	0
1117 Köttfärgul Fettsyra 16	0,2	0,2
1117 Köttfärgul Fettsyra 18	3,8	3,8
1117 Köttfärgul Fettsyra 18	0,7	0,7
1117 Köttfärgul Fettsyra 18	0,3	0,3
1117 Köttfärgul Fettsyra 20	0	0
1117 Köttfärgul DPA (Fettsy	0	0
1117 Köttfärgul Summa tra	0,1	0,1
1117 Köttfärgul Kolesterol	25,7	24,5
1117 Köttfärgul Monosacke	1,8	1,7
1117 Köttfärgul Disackaride	1,4	1,3
1117 Köttfärgul Sackaros	1	1
1117 Köttfärgul Energi (kJ)	585	567
1117 Köttfärgul Energi (kca	140	135
1117 Köttfärgul Aska	1,6	1,5
1117 Köttfärgul Vatten	73,4	74,7
1117 Köttfärgul Avfall (skal	3	3
1117 Köttfärgul Kolhydrate	4,1	3,9
1117 Köttfärgul Protein	8,8	8,4
1117 Köttfärgul Fibrer	0,7	0,7
1117 Köttfärgul Fett	9,7	9,5
1117 Köttfärgul Fosfor	97	92
1117 Köttfärgul Jod	41	39
1117 Köttfärgul Järn	1,14	1,08
1117 Köttfärgul Kalcium	29	28
1117 Köttfärgul Kalium	247	214
1117 Köttfärgul Magnesium	18	17
1117 Köttfärgul Natrium	374	356
1117 Köttfärgul Selen	3,9	3,7
1117 Köttfärgul Zink	2,33	2,22
1117 Köttfärgul Retinolekvi	38	36
1117 Köttfärgul Retinol	14	13
1117 Köttfärgul Vitamin D	0,5	0,48
1117 Köttfärgul Vitamin E	0,98	0,94
1117 Köttfärgul $\beta$ -Karoten	14	13
1117 Köttfärgul Tiamin	0,03	0,03
1117 Köttfärgul Riboflavin	0,07	0,06
1117 Köttfärgul Vitamin C	2	2
1117 Köttfärgul Niacin	2,4	2,3
1117 Köttfärgul Niacinekviv	4,1	3,9
1117 Köttfärgul Vitamin B1	0,39	0,37
1117 Köttfärgul Vitamin B6	0,15	0,14
1117 Köttfärgul Folat	11	11
1117 Köttfärgul Salt	0,9	0,9
1118 Köttfärgul Summa mä	3,4	3,2
1118 Köttfärgul Summa enl	4,2	4,2
1118 Köttfärgul Summa flei	1,1	1,1
1118 Köttfärgul Fettsyra 4:(	0	0
1118 Köttfärgul Fettsyra 12	0	0
1118 Köttfärgul Fettsyra 14	0,2	0,2

1118 Köttfärgul Fettsyra 16	1,7	1,6
1118 Köttfärgul Fettsyra 18	1,3	1,2
1118 Köttfärgul Fettsyra 20	0	0
1118 Köttfärgul Fettsyra 16	0,2	0,2
1118 Köttfärgul Fettsyra 18	3,9	3,9
1118 Köttfärgul Fettsyra 18	0,7	0,7
1118 Köttfärgul Fettsyra 18	0,3	0,3
1118 Köttfärgul Fettsyra 20	0	0
1118 Köttfärgul DPA (Fettsy	0	0
1118 Köttfärgul Summa tra	0	0
1118 Köttfärgul Kolesterol	23,8	22,7
1118 Köttfärgul Monosacke	2	1,9
1118 Köttfärgul Disackaride	1,1	1
1118 Köttfärgul Sackaros	1,1	1
1118 Köttfärgul Energi (kJ)	571	555
1118 Köttfärgul Energi (kca	136	133
1118 Köttfärgul Aska	1,7	1,6
1118 Köttfärgul Vatten	73,3	74,6
1118 Köttfärgul Avfall (skal	4	4
1118 Köttfärgul Kolhydrat	4	3,8
1118 Köttfärgul Protein	9,3	8,8
1118 Köttfärgul Fibrer	0,8	0,8
1118 Köttfärgul Fett	9,2	9
1118 Köttfärgul Fosfor	96	91
1118 Köttfärgul Jod	45	43
1118 Köttfärgul Järn	1,24	1,19
1118 Köttfärgul Kalcium	19	18
1118 Köttfärgul Kalium	253	218
1118 Köttfärgul Magnesium	18	17
1118 Köttfärgul Natrium	406	387
1118 Köttfärgul Selen	4,1	3,9
1118 Köttfärgul Zink	2,51	2,4
1118 Köttfärgul Retinolekvi	29	27
1118 Köttfärgul Retinol	3	3
1118 Köttfärgul Vitamin D	0,54	0,51
1118 Köttfärgul Vitamin E	1,04	1
1118 Köttfärgul $\beta$ -Karoten	8	8
1118 Köttfärgul Tiamin	0,03	0,03
1118 Köttfärgul Riboflavin	0,06	0,06
1118 Köttfärgul Vitamin C	2	2
1118 Köttfärgul Niacin	2,7	2,6
1118 Köttfärgul Niacinekviv	4,4	4,2
1118 Köttfärgul Vitamin B1	0,4	0,38
1118 Köttfärgul Vitamin B6	0,16	0,15
1118 Köttfärgul Folat	12	11
1118 Köttfärgul Salt	1	1
1119 Köttbullar i Summa tra	0	0
1119 Köttbullar i Energi (kJ)	681	678
1119 Köttbullar i Energi (kca	163	162
1119 Köttbullar i Kolhydrat	5,2	5,4

1119 Köttbullar   Protein	17,6	17,5
1119 Köttbullar   Fett	7,8	7,7
1119 Köttbullar   Vitamin K	3	3
1119 Köttbullar   Niacinekviv	6,6	6,6
1120 Köttbullar ξ Summa tra	0	0
1120 Köttbullar ξ Energi (kJ)	777	775
1120 Köttbullar ξ Energi (kca	186	185
1120 Köttbullar ξ Kolhydrate	6,2	6,3
1120 Köttbullar ξ Protein	13,5	13,5
1120 Köttbullar ξ Fett	11,9	11,8
1120 Köttbullar ξ Vitamin K	3	3
1120 Köttbullar ξ Niacinekviv	6,5	6,5
1121 Köttfärssås Summa mä	3,4	3,3
1121 Köttfärssås Summa enl	4,6	4,6
1121 Köttfärssås Summa flei	1,6	1,7
1121 Köttfärssås Fettsyra 4:(	0	0
1121 Köttfärssås Fettsyra 12	0	0
1121 Köttfärssås Fettsyra 14	0,1	0,1
1121 Köttfärssås Fettsyra 16	2	1,9
1121 Köttfärssås Fettsyra 18	1,1	1,1
1121 Köttfärssås Fettsyra 20	0	0
1121 Köttfärssås Fettsyra 16	0,2	0,2
1121 Köttfärssås Fettsyra 18	4,2	4,2
1121 Köttfärssås Fettsyra 18	1,2	1,2
1121 Köttfärssås Fettsyra 18	0,3	0,3
1121 Köttfärssås Fettsyra 20	0	0
1121 Köttfärssås EPA (Fettsy	0	0
1121 Köttfärssås DPA (Fettsy	0	0
1121 Köttfärssås DHA (Fettsy	0	0
1121 Köttfärssås Summa tra	0	0
1121 Köttfärssås Kolesterol	27,4	26,2
1121 Köttfärssås Monosacke	1,5	1,4
1121 Köttfärssås Disackaride	0,5	0,4
1121 Köttfärssås Sackaros	0,5	0,4
1121 Köttfärssås Energi (kJ)	582	567
1121 Köttfärssås Energi (kca	139	136
1121 Köttfärssås Aska	1,9	1,8
1121 Köttfärssås Vatten	74,3	75,4
1121 Köttfärssås Avfall (skal	2	2
1121 Köttfärssås Kolhydrate	3,3	3,2
1121 Köttfärssås Protein	8,8	8,4
1121 Köttfärssås Fibrer	1	0,9
1121 Köttfärssås Fett	10	9,8
1121 Köttfärssås Fosfor	104	99
1121 Köttfärssås Jod	47	45
1121 Köttfärssås Järn	0,65	0,62
1121 Köttfärssås Kalcium	19	18
1121 Köttfärssås Kalium	275	239
1121 Köttfärssås Magnesiur	19	18
1121 Köttfärssås Natrium	466	446

1121	Köttfärssås Selen	2,9	2,8
1121	Köttfärssås Zink	1,52	1,45
1121	Köttfärssås Retinolekvi	36	34
1121	Köttfärssås Retinol	4	4
1121	Köttfärssås Vitamin D	0,61	0,58
1121	Köttfärssås Vitamin E	1,17	1,12
1121	Köttfärssås $\beta$ -Karoten	54	52
1121	Köttfärssås Vitamin K	0	0
1121	Köttfärssås Tiamin	0,23	0,22
1121	Köttfärssås Riboflavin	0,09	0,08
1121	Köttfärssås Vitamin C	3	3
1121	Köttfärssås Niacin	2,1	2
1121	Köttfärssås Niacinekviv	3,7	3,5
1121	Köttfärssås Vitamin B1	0,2	0,19
1121	Köttfärssås Vitamin B6	0,13	0,12
1121	Köttfärssås Folat	9	9
1121	Köttfärssås Salt	1,2	1,1
1122	Köttbullsgr Summa mä	3	2,8
1122	Köttbullsgr Summa enl	4,5	4,3
1122	Köttbullsgr Summa flei	1,3	1,2
1122	Köttbullsgr Fettsyra 4:(	0	0
1122	Köttbullsgr Fettsyra 12	0	0
1122	Köttbullsgr Fettsyra 14	0,1	0,1
1122	Köttbullsgr Fettsyra 16	1,7	1,6
1122	Köttbullsgr Fettsyra 18	0,9	0,9
1122	Köttbullsgr Fettsyra 20	0	0
1122	Köttbullsgr Fettsyra 16	0,2	0,2
1122	Köttbullsgr Fettsyra 18	4,2	4
1122	Köttbullsgr Fettsyra 18	0,9	0,9
1122	Köttbullsgr Fettsyra 18	0,3	0,3
1122	Köttbullsgr Fettsyra 20	0	0
1122	Köttbullsgr Summa tra	0	0
1122	Köttbullsgr Kolesterol	37,2	34,1
1122	Köttbullsgr Monosacke	3,6	3,3
1122	Köttbullsgr Disackaride	2,7	2,5
1122	Köttbullsgr Sackaros	2,3	2,1
1122	Köttbullsgr Energi (kJ)	649	604
1122	Köttbullsgr Energi (kca	155	144
1122	Köttbullsgr Aska	3,1	2,8
1122	Köttbullsgr Vatten	68,2	70,9
1122	Köttbullsgr Avfall (skal	10	9
1122	Köttbullsgr Kolhydrate	11,3	10,3
1122	Köttbullsgr Protein	6,5	5,9
1122	Köttbullsgr Fibrer	1,2	1,1
1122	Köttbullsgr Fett	9,1	8,6
1122	Köttbullsgr Fosfor	88	81
1122	Köttbullsgr Jod	1	1
1122	Köttbullsgr Järn	0,97	0,89
1122	Köttbullsgr Kalcium	34	31
1122	Köttbullsgr Kalium	323	263

1122 Köttbullsgr Magnesium	22	20
1122 Köttbullsgr Natrium	754	690
1122 Köttbullsgr Selen	1,4	1,3
1122 Köttbullsgr Zink	1,27	1,16
1122 Köttbullsgr Retinolekvi	104	95
1122 Köttbullsgr Retinol	6	6
1122 Köttbullsgr Vitamin D	0,39	0,35
1122 Köttbullsgr Vitamin E	1,1	1,01
1122 Köttbullsgr $\beta$ -Karoten	733	671
1122 Köttbullsgr Tiamin	0,06	0,05
1122 Köttbullsgr Riboflavin	0,07	0,07
1122 Köttbullsgr Vitamin C	3	3
1122 Köttbullsgr Niacin	1,3	1,2
1122 Köttbullsgr Niacinekviv	2,5	2,3
1122 Köttbullsgr Vitamin B1	0,2	0,18
1122 Köttbullsgr Vitamin B6	0,13	0,12
1122 Köttbullsgr Folat	12	11
1122 Köttbullsgr Salt	1,9	1,7
1123 Köttfärssås Summa mä	2,1	2,1
1123 Köttfärssås Summa enl	3,4	3,4
1123 Köttfärssås Summa flei	1,1	1,2
1123 Köttfärssås Fettsyra 12	0	0
1123 Köttfärssås Fettsyra 14	0,1	0,1
1123 Köttfärssås Fettsyra 16	1,1	1
1123 Köttfärssås Fettsyra 18	0,8	0,8
1123 Köttfärssås Fettsyra 20	0	0
1123 Köttfärssås Fettsyra 16	0,1	0,1
1123 Köttfärssås Fettsyra 18	3,2	3,3
1123 Köttfärssås Fettsyra 18	0,8	0,8
1123 Köttfärssås Fettsyra 18	0,3	0,3
1123 Köttfärssås Fettsyra 20	0	0
1123 Köttfärssås DPA (Fettsy)	0	0
1123 Köttfärssås Summa tra	0	0
1123 Köttfärssås Kolesterol	26,4	25,2
1123 Köttfärssås Monosacke	1,9	1,8
1123 Köttfärssås Disackaride	0,4	0,4
1123 Köttfärssås Sackaros	0,4	0,4
1123 Köttfärssås Energi (kJ)	495	484
1123 Köttfärssås Energi (kca)	118	116
1123 Köttfärssås Aska	1,9	1,8
1123 Köttfärssås Vatten	75,5	76,6
1123 Köttfärssås Avfall (skal	2	2
1123 Köttfärssås Kolhydrate	2,7	2,6
1123 Köttfärssås Protein	10,5	10,1
1123 Köttfärssås Fibrer	1,3	1,2
1123 Köttfärssås Fett	7	7
1123 Köttfärssås Fosfor	98	93
1123 Köttfärssås Jod	43	41
1123 Köttfärssås Järn	1,52	1,45
1123 Köttfärssås Kalcium	23	22

1123	Köttfärssås Kalium	305	261
1123	Köttfärssås Magnesium	18	17
1123	Köttfärssås Natrium	476	454
1123	Köttfärssås Selen	4,2	4
1123	Köttfärssås Zink	2,98	2,85
1123	Köttfärssås Retinolekvi	42	40
1123	Köttfärssås Retinol	3	3
1123	Köttfärssås Vitamin D	0,63	0,6
1123	Köttfärssås Vitamin E	1,25	1,19
1123	Köttfärssås $\beta$ -Karoten	102	97
1123	Köttfärssås Tiamin	0,05	0,05
1123	Köttfärssås Riboflavin	0,12	0,12
1123	Köttfärssås Vitamin C	4	4
1123	Köttfärssås Niacin	2,5	2,4
1123	Köttfärssås Niacinekviv	4,4	4,2
1123	Köttfärssås Vitamin B1	0,38	0,36
1123	Köttfärssås Vitamin B6	0,19	0,18
1123	Köttfärssås Folat	16	15
1123	Köttfärssås Salt	1,2	1,1
1124	Köttfärör Summa mä	5,2	5,3
1124	Köttfärör Summa enl	6,7	6,9
1124	Köttfärör Summa flei	1,9	2,1
1124	Köttfärör Fettsyra 16	2,8	2,8
1124	Köttfärör Fettsyra 18	1,9	1,9
1124	Köttfärör Fettsyra 18	6,2	6,4
1124	Köttfärör Fettsyra 18	1,3	1,4
1124	Köttfärör Fettsyra 18	0,4	0,4
1124	Köttfärör Energi (kJ)	855	871
1124	Köttfärör Energi (kca)	204	208
1124	Köttfärör Fett	14,5	15
1125	Lammfärsb Summa mä	6	5,3
1125	Lammfärsb Summa enl	4,8	4,2
1125	Lammfärsb Summa flei	1,1	1
1125	Lammfärsb Fettsyra 4:(	0	0
1125	Lammfärsb Fettsyra 12	0,1	0,1
1125	Lammfärsb Fettsyra 14	0,7	0,6
1125	Lammfärsb Fettsyra 16	2,8	2,5
1125	Lammfärsb Fettsyra 18	1,9	1,7
1125	Lammfärsb Fettsyra 20	0,2	0,1
1125	Lammfärsb Fettsyra 16	0,4	0,3
1125	Lammfärsb Fettsyra 18	4,3	3,8
1125	Lammfärsb Fettsyra 18	0,7	0,6
1125	Lammfärsb Fettsyra 18	0,1	0,1
1125	Lammfärsb Fettsyra 20	0	0
1125	Lammfärsb DHA (Fetts'	0	0
1125	Lammfärsb Summa tra	0	0
1125	Lammfärsb Kolesterol	111,3	99,1
1125	Lammfärsb Monosacke	0,3	0,2
1125	Lammfärsb Disackaride	0,2	0,2
1125	Lammfärsb Sackaros	0,1	0,1



1125 Lammfärsb Energi (kJ)	921	817
1125 Lammfärsb Energi (kca)	220	195
1125 Lammfärsb Aska	3,2	2,5
1125 Lammfärsb Vatten	57,3	62,4
1125 Lammfärsb Avfall (skal	2	1
1125 Lammfärsb Kolhydrat	7	6,4
1125 Lammfärsb Protein	19,1	16,9
1125 Lammfärsb Fibrer	0,4	0,4
1125 Lammfärsb Fett	12,8	11,3
1125 Lammfärsb Fosfor	191	169
1125 Lammfärsb Jod	107	75
1125 Lammfärsb Järn	1,83	1,62
1125 Lammfärsb Kalcium	27	24
1125 Lammfärsb Kalium	243	216
1125 Lammfärsb Magnesium	22	20
1125 Lammfärsb Natrium	927	662
1125 Lammfärsb Selen	4	3,6
1125 Lammfärsb Zink	3,4	3,03
1125 Lammfärsb Retinolekvi	77	68
1125 Lammfärsb Retinol	76	68
1125 Lammfärsb Vitamin D	0,53	0,48
1125 Lammfärsb Vitamin E	1,38	1,23
1125 Lammfärsb $\beta$ -Karoten	7	6
1125 Lammfärsb Vitamin K	4	3
1125 Lammfärsb Tiamin	0,14	0,12
1125 Lammfärsb Riboflavin	0,28	0,24
1125 Lammfärsb Vitamin C	0	0
1125 Lammfärsb Niacin	4,1	3,6
1125 Lammfärsb Niacinekviv	7,7	6,8
1125 Lammfärsb Vitamin B1	1,03	0,92
1125 Lammfärsb Vitamin B6	0,17	0,15
1125 Lammfärsb Folat	14	12
1125 Lammfärsb Summa n-3	0	0
1125 Lammfärsb Summa n-6	0,1	0,1
1125 Lammfärsb Fullkorn to	1	1
1125 Lammfärsb Salt	2,3	1,7
1126 Köttfärslim Summa tra	0	0
1126 Köttfärslim Energi (kJ)	769	767
1126 Köttfärslim Energi (kca)	184	183
1126 Köttfärslim Kolhydrat	5,9	6
1126 Köttfärslim Protein	13,5	13,4
1126 Köttfärslim Fett	11,8	11,7
1126 Köttfärslim Vitamin K	3	3
1126 Köttfärslim Niacinekviv	6,6	6,6
1127 Köttfärslim Summa tra	0	0
1127 Köttfärslim Energi (kJ)	811	809
1127 Köttfärslim Energi (kca)	194	193
1127 Köttfärslim Kolhydrat	6	6,2
1127 Köttfärslim Protein	15,2	15,2
1127 Köttfärslim Fett	12,1	12

1127 Köttfärslim Vitamin K	3	3
1127 Köttfärslim Niacinekviv	6,6	6,6
1128 Pannbiff nč Summa tra	0	0
1128 Pannbiff nč Energi (kJ)	696	694
1128 Pannbiff nč Energi (kca	166	166
1128 Pannbiff nč Kolhydrate	6,9	7
1128 Pannbiff nč Protein	17,2	17,2
1128 Pannbiff nč Fett	7,7	7,6
1128 Pannbiff nč Vitamin K	3	3
1128 Pannbiff nč Niacinekviv	6,5	6,4
1129 Pannbiff bl: Summa mä	6	6
1129 Pannbiff bl: Summa enl	7,4	7,7
1129 Pannbiff bl: Summa flel	2,1	2,3
1129 Pannbiff bl: Fettsyra 16	3,1	3,2
1129 Pannbiff bl: Fettsyra 18	2,1	2,1
1129 Pannbiff bl: Fettsyra 18	6,9	7,2
1129 Pannbiff bl: Fettsyra 18	1,5	1,6
1129 Pannbiff bl: Fettsyra 18	0,4	0,5
1129 Pannbiff bl: Summa tra	0,1	0,1
1129 Pannbiff bl: Energi (kJ)	962	978
1129 Pannbiff bl: Energi (kca	230	234
1129 Pannbiff bl: Kolhydrate	4,9	5
1129 Pannbiff bl: Protein	15,3	15,2
1129 Pannbiff bl: Fett	16,6	17
1129 Pannbiff bl: Vitamin K	3	3
1129 Pannbiff bl: Niacinekviv	6,5	6,5
1130 Parisersmö Summa tra	0	0
1130 Parisersmö Energi (kJ)	801	800
1130 Parisersmö Energi (kca	191	191
1130 Parisersmö Kolhydrate	15,1	15,2
1130 Parisersmö Protein	12,7	12,6
1130 Parisersmö Fett	8,6	8,6
1130 Parisersmö Vitamin K	3	3
1130 Parisersmö Niacinekviv	5	4,9
1131 Älgfärsbiffa Summa tra	0,1	0
1131 Älgfärsbiffa Energi (kJ)	576	574
1131 Älgfärsbiffa Energi (kca	138	137
1131 Älgfärsbiffa Kolhydrate	6,6	6,8
1131 Älgfärsbiffa Protein	20,5	20,5
1131 Älgfärsbiffa Fett	3	2,9
1131 Älgfärsbiffa Vitamin K	4	4
1131 Älgfärsbiffa Niacinekviv	7,9	7,9
1132 Köttfärssås Summa mä	0,5	0,5
1132 Köttfärssås Summa enl	1,7	1,8
1132 Köttfärssås Summa flel	0,9	0,9
1132 Köttfärssås Fettsyra 12	0	0
1132 Köttfärssås Fettsyra 14	0	0
1132 Köttfärssås Fettsyra 16	0,2	0,2
1132 Köttfärssås Fettsyra 18	0,1	0,1
1132 Köttfärssås Fettsyra 16	0	0

1132 Köttfärssås Fettsyra 18	1,6	1,7
1132 Köttfärssås Fettsyra 18	0,6	0,6
1132 Köttfärssås Fettsyra 18	0,2	0,3
1132 Köttfärssås Fettsyra 20	0	0
1132 Köttfärssås EPA (Fettsy	0	0
1132 Köttfärssås DPA (Fettsy	0	0
1132 Köttfärssås Summa tra	0	0
1132 Köttfärssås Kolesterol	28,1	27,1
1132 Köttfärssås Monosacke	1,7	1,6
1132 Köttfärssås Disackaride	0,7	0,7
1132 Köttfärssås Sackaros	0,7	0,7
1132 Köttfärssås Energi (kJ)	357	353
1132 Köttfärssås Energi (kca	85	84
1132 Köttfärssås Aska	1,9	1,8
1132 Köttfärssås Vatten	78,8	79,6
1132 Köttfärssås Avfall (skal	2	2
1132 Köttfärssås Kolhydrate	3,5	3,3
1132 Köttfärssås Protein	10,1	9,7
1132 Köttfärssås Fibrer	1,2	1,2
1132 Köttfärssås Fett	3,2	3,3
1132 Köttfärssås Fosfor	103	99
1132 Köttfärssås Jod	43	41
1132 Köttfärssås Järn	1,63	1,57
1132 Köttfärssås Kalcium	21	20
1132 Köttfärssås Kalium	297	258
1132 Köttfärssås Magnesium	18	17
1132 Köttfärssås Natrium	447	430
1132 Köttfärssås Selen	3,4	3,3
1132 Köttfärssås Zink	2,09	2,01
1132 Köttfärssås Retinolekvi	33	32
1132 Köttfärssås Retinol	1	1
1132 Köttfärssås Vitamin D	0,3	0,29
1132 Köttfärssås Vitamin E	1,29	1,24
1132 Köttfärssås $\beta$ -Karoten	95	91
1132 Köttfärssås Vitamin K	0	0
1132 Köttfärssås Tiamin	0,08	0,08
1132 Köttfärssås Riboflavin	0,14	0,13
1132 Köttfärssås Vitamin C	4	4
1132 Köttfärssås Niacin	2,7	2,6
1132 Köttfärssås Niacinekviv	4,5	4,4
1132 Köttfärssås Vitamin B1	0,87	0,84
1132 Köttfärssås Vitamin B6	0,15	0,15
1132 Köttfärssås Folat	11	11
1132 Köttfärssås Summa n-3	0	0
1132 Köttfärssås Summa n-6	0,1	0,1
1132 Köttfärssås Salt	1,1	1,1
1135 Taco m köt Summa mä	3,9	3,9
1135 Taco m köt Summa enl	6,1	6,2
1135 Taco m köt Summa flei	1,7	1,7
1135 Taco m köt Fettsyra 16	2,1	2,2

1135 Taco m kött Fettsyra 18	1,2	1,2
1135 Taco m kött Fettsyra 20	0	0
1135 Taco m kött Fettsyra 16	0,1	0,1
1135 Taco m kött Fettsyra 18	5,9	6
1135 Taco m kött Fettsyra 18	1,4	1,5
1135 Taco m kött Fettsyra 18	0,2	0,2
1135 Taco m kött Monosackarid	1,4	1,4
1135 Taco m kött Disackarid	0,4	0,4
1135 Taco m kött Sackaros	0,4	0,4
1135 Taco m kött Energi (kJ)	911	917
1135 Taco m kött Energi (kcal)	218	219
1135 Taco m kött Aska	1,8	1,6
1135 Taco m kött Vatten	58,2	58,4
1135 Taco m kött Avfall (skal)	1	1
1135 Taco m kött Kolhydrat	17,8	17,8
1135 Taco m kött Protein	8,2	8,2
1135 Taco m kött Fibrer	1,7	1,7
1135 Taco m kött Fett	12,3	12,5
1135 Taco m kött Fosfor	139	139
1135 Taco m kött Jod	35	22
1135 Taco m kött Järn	1,09	1,09
1135 Taco m kött Kalcium	78	78
1135 Taco m kött Kalium	207	208
1135 Taco m kött Magnesium	33	33
1135 Taco m kött Natrium	423	316
1135 Taco m kött Selen	3,8	3,8
1135 Taco m kött Zink	1,84	1,84
1135 Taco m kött Retinolekvä	41	41
1135 Taco m kött Vitamin E	0,83	0,83
1135 Taco m kött $\beta$ -Karoten	166	167
1135 Taco m kött Tiamin	0,11	0,11
1135 Taco m kött Riboflavin	0,09	0,1
1135 Taco m kött Vitamin C	4	4
1135 Taco m kött Niacin	1,6	1,6
1135 Taco m kött Niacinekvä	3,1	3,1
1135 Taco m kött Vitamin B6	0,15	0,15
1135 Taco m kött Folat	27	27
1135 Taco m kött Salt	1,1	0,8
1182 Kyckling m Summa mä	6	4,9
1182 Kyckling m Summa enl	9	7,4
1182 Kyckling m Summa flei	2,7	2,2
1182 Kyckling m Fettsyra 14	0,2	0,2
1182 Kyckling m Fettsyra 16	4,4	3,7
1182 Kyckling m Fettsyra 18	1,2	1
1182 Kyckling m Fettsyra 16	1,4	1,2
1182 Kyckling m Fettsyra 18	7,3	6
1182 Kyckling m Fettsyra 18	2,2	1,8
1182 Kyckling m Fettsyra 18	0,2	0,1
1182 Kyckling m Fettsyra 20	0,1	0,1
1182 Kyckling m EPA (Fettsy	0,1	0

1182 Kyckling m DPA (Fetts)	0,1	0
1182 Kyckling m DHA (Fetts)	0,1	0,1
1182 Kyckling m Kolesterol	127,4	105
1182 Kyckling m Energi (kJ)	1211	998
1182 Kyckling m Energi (kca)	289	239
1182 Kyckling m Aska	3	2,5
1182 Kyckling m Vatten	47,7	56,9
1182 Kyckling m Protein	30,6	25,2
1182 Kyckling m Fett	18,7	15,4
1182 Kyckling m Fosfor	304	251
1182 Kyckling m Jod	75	62
1182 Kyckling m Järn	2,05	1,69
1182 Kyckling m Kalcium	17	14
1182 Kyckling m Kalium	411	338
1182 Kyckling m Magnesium	38	31
1182 Kyckling m Natrium	694	572
1182 Kyckling m Selen	17	14
1182 Kyckling m Zink	2,23	1,83
1182 Kyckling m Retinolekvi	87	71
1182 Kyckling m Retinol	87	71
1182 Kyckling m Vitamin D	2,55	2,1
1182 Kyckling m Vitamin E	3,14	2,59
1182 Kyckling m Tiamin	0,18	0,15
1182 Kyckling m Riboflavin	0,26	0,21
1182 Kyckling m Niacin	13,1	10,8
1182 Kyckling m Niacinekviv	18,7	15,4
1182 Kyckling m Vitamin B1	0,6	0,49
1182 Kyckling m Vitamin B6	0,65	0,54
1182 Kyckling m Folat	27	22
1182 Kyckling m Salt	1,7	1,4
1182 Kyckling m Summa lån	0,2	0,2
1189 Ripa stekt r Summa mä	0,7	0,7
1189 Ripa stekt r Summa enl	1,1	1,1
1189 Ripa stekt r Summa flei	0,3	0,3
1189 Ripa stekt r Fettsyra 12	0	0
1189 Ripa stekt r Fettsyra 14	0	0
1189 Ripa stekt r Fettsyra 16	0,6	0,5
1189 Ripa stekt r Fettsyra 18	0,2	0,2
1189 Ripa stekt r Fettsyra 16	0,2	0,2
1189 Ripa stekt r Fettsyra 18	0,8	0,7
1189 Ripa stekt r Fettsyra 18	0,2	0,2
1189 Ripa stekt r Fettsyra 18	0	0
1189 Ripa stekt r Kolesterol	99,7	92,3
1189 Ripa stekt r Energi (kJ)	613	567
1189 Ripa stekt r Energi (kca)	147	136
1189 Ripa stekt r Aska	2,1	2
1189 Ripa stekt r Vatten	64,9	67,5
1189 Ripa stekt r Protein	30,4	28,2
1189 Ripa stekt r Fett	2,6	2,4
1189 Ripa stekt r Fosfor	376	348

1189 Ripa stekt r Jod	13	15
1189 Ripa stekt r Järn	9,72	8,99
1189 Ripa stekt r Kalcium	52	48
1189 Ripa stekt r Kalium	505	468
1189 Ripa stekt r Magnesium	47	43
1189 Ripa stekt r Natrium	151	163
1189 Ripa stekt r Selen	25,9	24
1189 Ripa stekt r Zink	1,94	1,8
1189 Ripa stekt r Retinolekvi	63	59
1189 Ripa stekt r Retinol	63	59
1189 Ripa stekt r Vitamin D	0,52	0,48
1189 Ripa stekt r Vitamin E	0,08	0,07
1189 Ripa stekt r Tiamin	0,2	0,18
1189 Ripa stekt r Riboflavin	0,55	0,51
1189 Ripa stekt r Niacin	9,2	8,5
1189 Ripa stekt r Niacinekviv	14,8	13,7
1189 Ripa stekt r Vitamin B1	0,83	0,77
1189 Ripa stekt r Vitamin B6	0,65	0,6
1189 Ripa stekt r Folat	24	22
1189 Ripa stekt r Salt	0,4	0,4
1195 Kalkongryt: Summa mä	1,3	1,2
1195 Kalkongryt: Summa enl	1,9	1,9
1195 Kalkongryt: Summa flei	1,6	1,5
1195 Kalkongryt: Fettsyra 12	0	0
1195 Kalkongryt: Fettsyra 14	0,1	0
1195 Kalkongryt: Fettsyra 16	0,8	0,8
1195 Kalkongryt: Fettsyra 18	0,3	0,3
1195 Kalkongryt: Fettsyra 16	0,1	0,1
1195 Kalkongryt: Fettsyra 18	1,8	1,8
1195 Kalkongryt: Fettsyra 18	1,1	1,1
1195 Kalkongryt: Fettsyra 18	0,2	0,2
1195 Kalkongryt: Fettsyra 20	0	0
1195 Kalkongryt: EPA (Fettsy	0	0
1195 Kalkongryt: DPA (Fettsy	0	0
1195 Kalkongryt: DHA (Fettsy	0,1	0,1
1195 Kalkongryt: Summa tra	0	0
1195 Kalkongryt: Kolesterol	59,4	55
1195 Kalkongryt: Monosacke	0,7	0,6
1195 Kalkongryt: Disackaride	0,4	0,3
1195 Kalkongryt: Sackaros	0,3	0,3
1195 Kalkongryt: Energi (kJ)	514	483
1195 Kalkongryt: Energi (kca	123	116
1195 Kalkongryt: Aska	1,8	1,7
1195 Kalkongryt: Vatten	73,2	75,1
1195 Kalkongryt: Avfall (skal	23	21
1195 Kalkongryt: Kolhydrate	2,5	2,3
1195 Kalkongryt: Protein	16,2	15
1195 Kalkongryt: Fibrer	0,5	0,5
1195 Kalkongryt: Fett	5,2	5
1195 Kalkongryt: Fosfor	167	155

1195 Kalkongryt: Jod	45	42
1195 Kalkongryt: Järn	0,94	0,87
1195 Kalkongryt: Kalcium	13	12
1195 Kalkongryt: Kalium	312	274
1195 Kalkongryt: Magnesium	21	19
1195 Kalkongryt: Natrium	414	384
1195 Kalkongryt: Selen	4,2	3,9
1195 Kalkongryt: Zink	1,6	1,48
1195 Kalkongryt: Retinolekvi	46	42
1195 Kalkongryt: Retinol	28	26
1195 Kalkongryt: Vitamin D	1,24	1,15
1195 Kalkongryt: Vitamin E	0,82	0,76
1195 Kalkongryt: $\beta$ -Karoten	3	3
1195 Kalkongryt: Vitamin K	0	0
1195 Kalkongryt: Tiamin	0,06	0,06
1195 Kalkongryt: Riboflavin	0,11	0,1
1195 Kalkongryt: Vitamin C	1	1
1195 Kalkongryt: Niacin	6,5	6,1
1195 Kalkongryt: Niacinekviv	9,5	8,8
1195 Kalkongryt: Vitamin B1	0,19	0,18
1195 Kalkongryt: Vitamin B6	0,2	0,18
1195 Kalkongryt: Folat	11	10
1195 Kalkongryt: Salt	1	1
1196 Kycklingfrik Summa mä	0,9	0,8
1196 Kycklingfrik Summa enl	1,7	1,6
1196 Kycklingfrik Summa flei	0,7	0,6
1196 Kycklingfrik Fettsyra 12	0	0
1196 Kycklingfrik Fettsyra 14	0	0
1196 Kycklingfrik Fettsyra 16	0,6	0,5
1196 Kycklingfrik Fettsyra 18	0,2	0,2
1196 Kycklingfrik Fettsyra 16	0,2	0,2
1196 Kycklingfrik Fettsyra 18	1,5	1,4
1196 Kycklingfrik Fettsyra 18	0,5	0,5
1196 Kycklingfrik Fettsyra 18	0,1	0,1
1196 Kycklingfrik Fettsyra 20	0	0
1196 Kycklingfrik EPA (Fettsy	0	0
1196 Kycklingfrik DPA (Fettsy	0	0
1196 Kycklingfrik DHA (Fettsy	0	0
1196 Kycklingfrik Summa tra	0	0
1196 Kycklingfrik Kolesterol	56,9	52
1196 Kycklingfrik Monosacke	0,6	0,5
1196 Kycklingfrik Disackaride	0,4	0,3
1196 Kycklingfrik Sackaros	0,3	0,3
1196 Kycklingfrik Energi (kJ)	518	477
1196 Kycklingfrik Energi (kca	124	114
1196 Kycklingfrik Aska	1,8	1,6
1196 Kycklingfrik Vatten	72,1	74,5
1196 Kycklingfrik Avfall (skal	3	2
1196 Kycklingfrik Kolhydrate	3,3	3,1
1196 Kycklingfrik Protein	18,7	17,1

1196 Kycklingfrik Fibrer	0,5	0,4
1196 Kycklingfrik Fett	3,8	3,6
1196 Kycklingfrik Fosfor	154	141
1196 Kycklingfrik Jod	21	19
1196 Kycklingfrik Järn	1,62	1,48
1196 Kycklingfrik Kalcium	18	16
1196 Kycklingfrik Kalium	237	210
1196 Kycklingfrik Magnesium	24	22
1196 Kycklingfrik Natrium	345	315
1196 Kycklingfrik Selen	9,3	8,5
1196 Kycklingfrik Zink	1,42	1,29
1196 Kycklingfrik Retinolekvi	74	68
1196 Kycklingfrik Retinol	13	12
1196 Kycklingfrik Vitamin D	0,45	0,41
1196 Kycklingfrik Vitamin E	1,21	1,1
1196 Kycklingfrik $\beta$ -Karoten	530	484
1196 Kycklingfrik Vitamin K	0	0
1196 Kycklingfrik Tiamin	0,06	0,05
1196 Kycklingfrik Riboflavin	0,11	0,1
1196 Kycklingfrik Vitamin C	2	2
1196 Kycklingfrik Niacin	7,2	6,6
1196 Kycklingfrik Niacinekviv	10,6	9,7
1196 Kycklingfrik Vitamin B1	0,21	0,19
1196 Kycklingfrik Vitamin B6	0,2	0,19
1196 Kycklingfrik Folat	21	19
1196 Kycklingfrik Salt	0,9	0,8
1197 Kycklinggry Summa mä	1,9	1,8
1197 Kycklinggry Summa enl	3	2,9
1197 Kycklinggry Summa flei	1	1
1197 Kycklinggry Fettsyra 12	0	0
1197 Kycklinggry Fettsyra 14	0,1	0,1
1197 Kycklinggry Fettsyra 16	1,4	1,3
1197 Kycklinggry Fettsyra 18	0,4	0,4
1197 Kycklinggry Fettsyra 16	0,4	0,4
1197 Kycklinggry Fettsyra 18	2,5	2,5
1197 Kycklinggry Fettsyra 18	0,8	0,8
1197 Kycklinggry Fettsyra 18	0,1	0,1
1197 Kycklinggry Fettsyra 20	0	0
1197 Kycklinggry EPA (Fettsy	0	0
1197 Kycklinggry DPA (Fettsy	0	0
1197 Kycklinggry DHA (Fettsy	0	0
1197 Kycklinggry Summa tra	0	0
1197 Kycklinggry Kolesterol	37,1	35,4
1197 Kycklinggry Monosacke	1,2	1,1
1197 Kycklinggry Disackaride	0,2	0,2
1197 Kycklinggry Sackaros	0,2	0,2
1197 Kycklinggry Energi (kJ)	456	438
1197 Kycklinggry Energi (kca	109	105
1197 Kycklinggry Aska	1,5	1,5
1197 Kycklinggry Vatten	78,1	79,1



1197 Kycklinggry Avfall (skal	1	1
1197 Kycklinggry Kolhydrat	2,7	2,6
1197 Kycklinggry Protein	10	9,6
1197 Kycklinggry Fiber	1	1
1197 Kycklinggry Fett	6,3	6
1197 Kycklinggry Fosfor	116	110
1197 Kycklinggry Jod	22	21
1197 Kycklinggry Järn	1,11	1,06
1197 Kycklinggry Kalcium	19	18
1197 Kycklinggry Kalium	270	235
1197 Kycklinggry Magnesium	19	18
1197 Kycklinggry Natrium	300	286
1197 Kycklinggry Selen	5,6	5,3
1197 Kycklinggry Zink	0,89	0,85
1197 Kycklinggry Retinolekvi	38	36
1197 Kycklinggry Retinol	25	24
1197 Kycklinggry Vitamin D	0,82	0,78
1197 Kycklinggry Vitamin E	1,37	1,31
1197 Kycklinggry $\beta$ -Karoten	74	71
1197 Kycklinggry Vitamin K	0	0
1197 Kycklinggry Tiamin	0,08	0,08
1197 Kycklinggry Riboflavin	0,12	0,11
1197 Kycklinggry Vitamin C	3	3
1197 Kycklinggry Niacin	4,6	4,4
1197 Kycklinggry Niacinekviv	6,4	6,1
1197 Kycklinggry Vitamin B1	0,14	0,14
1197 Kycklinggry Vitamin B6	0,17	0,16
1197 Kycklinggry Folat	18	17
1197 Kycklinggry Salt	0,7	0,7
1197 Kycklinggry Summa lå	0,1	0,1
1198 Ostsufflé (t Summa mä	7,5	7,5
1198 Ostsufflé (t Summa enl	4,4	4,4
1198 Ostsufflé (t Summa flei	1	1,1
1198 Ostsufflé (t Fettsyra 4:(	1	1
1198 Ostsufflé (t Fettsyra 12	0,3	0,3
1198 Ostsufflé (t Fettsyra 14	1	1
1198 Ostsufflé (t Fettsyra 16	3,5	3,5
1198 Ostsufflé (t Fettsyra 18	1,4	1,4
1198 Ostsufflé (t Fettsyra 20	0	0
1198 Ostsufflé (t Fettsyra 16	0,2	0,2
1198 Ostsufflé (t Fettsyra 18	4,1	4,2
1198 Ostsufflé (t Fettsyra 18	0,8	0,8
1198 Ostsufflé (t Fettsyra 18	0,2	0,2
1198 Ostsufflé (t Fettsyra 20	0	0
1198 Ostsufflé (t DHA (Fetts'	0	0
1198 Ostsufflé (t Summa tra	0,3	0,3
1198 Ostsufflé (t Kolesterol	131,4	130,9
1198 Ostsufflé (t Monosackä	0,1	0,1
1198 Ostsufflé (t Disackaride	1,9	1,9
1198 Ostsufflé (t Sackaros	0	0

1198 Ostsufflé (t Energi (kJ)	880	882
1198 Ostsufflé (t Energi (kca	210	211
1198 Ostsufflé (t Aska	1,9	2,2
1198 Ostsufflé (t Vatten	63	62,8
1198 Ostsufflé (t Avfall (skal	4	4
1198 Ostsufflé (t Kolhydrat	6,6	6,6
1198 Ostsufflé (t Protein	13,9	13,8
1198 Ostsufflé (t Fibrer	0,1	0,1
1198 Ostsufflé (t Fett	14,3	14,4
1198 Ostsufflé (t Fosfor	255	254
1198 Ostsufflé (t Jod	25	44
1198 Ostsufflé (t Järn	0,61	0,61
1198 Ostsufflé (t Kalcium	297	296
1198 Ostsufflé (t Kalium	132	131
1198 Ostsufflé (t Magnesium	19	19
1198 Ostsufflé (t Natrium	254	402
1198 Ostsufflé (t Selen	10,7	10,7
1198 Ostsufflé (t Zink	1,63	1,62
1198 Ostsufflé (t Retinolekvi	171	170
1198 Ostsufflé (t Retinol	153	153
1198 Ostsufflé (t Vitamin D	0,67	0,67
1198 Ostsufflé (t Vitamin E	2,23	2,22
1198 Ostsufflé (t $\beta$ -Karoten	46	46
1198 Ostsufflé (t Vitamin K	10	10
1198 Ostsufflé (t Tiamin	0,06	0,06
1198 Ostsufflé (t Riboflavin	0,24	0,24
1198 Ostsufflé (t Vitamin C	0	0
1198 Ostsufflé (t Niacin	0,2	0,2
1198 Ostsufflé (t Niacinekviv	3,5	3,4
1198 Ostsufflé (t Vitamin B1	0,91	0,91
1198 Ostsufflé (t Vitamin B6	0,06	0,06
1198 Ostsufflé (t Folat	29	29
1198 Ostsufflé (t Summa n-3	0,1	0,1
1198 Ostsufflé (t Summa n-6	0,4	0,4
1198 Ostsufflé (t Salt	0,6	1
1199 Bondomele Summa mä	0,9	0,9
1199 Bondomele Summa enl	1,7	1,8
1199 Bondomele Summa flel	0,7	0,7
1199 Bondomele Fettsyra 16	0,6	0,6
1199 Bondomele Fettsyra 18	0,2	0,3
1199 Bondomele Fettsyra 18	1,6	1,7
1199 Bondomele Fettsyra 18	0,5	0,5
1199 Bondomele Fettsyra 18	0,1	0,1
1199 Bondomele Energi (kJ)	423	427
1199 Bondomele Energi (kca	101	102
1199 Bondomele Fett	3,8	3,9
1202 Sej Summa mä	0,2	0,1
1202 Sej Summa enl	0,1	0,1
1202 Sej Summa flel	0,3	0,2
1202 Sej Fettsyra 14	0	0

1202 Sej	Fettsyra 16	0,1	0,1
1202 Sej	Fettsyra 18	0	0
1202 Sej	Fettsyra 16	0	0
1202 Sej	Fettsyra 18	0,1	0
1202 Sej	Fettsyra 18	0	0
1202 Sej	EPA (Fettsy	0,1	0
1202 Sej	DHA (Fettsy	0,2	0,1
1202 Sej	Kolesterol	60	58,6
1202 Sej	Energi (kJ)	382	344
1202 Sej	Energi (kca	91	82
1202 Sej	Aska	1,3	1,4
1202 Sej	Vatten	77,3	79,3
1202 Sej	Protein	20,5	19,1
1202 Sej	Fett	0,9	0,5
1202 Sej	Fosfor	170	240
1202 Sej	Jod	85	130
1202 Sej	Järn	0,2	0,26
1202 Sej	Kalcium	29	12
1202 Sej	Kalium	440	420
1202 Sej	Magnesium	14	31
1202 Sej	Natrium	40	66
1202 Sej	Selen	20	27,6
1202 Sej	Zink	0,3	0,61
1202 Sej	Retinolekvi	6	3
1202 Sej	Retinol	6	3
1202 Sej	Vitamin D	0,8	0,16
1202 Sej	Vitamin E	0,36	0,92
1202 Sej	Vitamin K		0
1202 Sej	Tiamin	0,05	0,11
1202 Sej	Riboflavin	0,1	0,16
1202 Sej	Niacin	1,6	2,3
1202 Sej	Niacinekviv	5,4	5,8
1202 Sej	Vitamin B1	1	3,15
1202 Sej	Vitamin B6	0,12	0,21
1202 Sej	Folat	12	18
1202 Sej	Summa n-3 fettsyror		0,2
1202 Sej	Summa n-6 fettsyror		0
1202 Sej	Salt	0,1	0,2
1202 Sej	Summa långa n-3 fetts		0,2
1204 Kyckling m	Summa mä	3,2	3
1204 Kyckling m	Summa enl	7,5	7
1204 Kyckling m	Summa flei	2,6	2,5
1204 Kyckling m	Fettsyra 12	0	0
1204 Kyckling m	Fettsyra 14	0,1	0,1
1204 Kyckling m	Fettsyra 16	2,3	2,1
1204 Kyckling m	Fettsyra 18	0,7	0,6
1204 Kyckling m	Fettsyra 16	0,6	0,6
1204 Kyckling m	Fettsyra 18	6,7	6,3
1204 Kyckling m	Fettsyra 18	2,1	2
1204 Kyckling m	Fettsyra 18	0,3	0,3

1204 Kyckling m Fettsyra 20	0	0
1204 Kyckling m EPA (Fettsy	0	0
1204 Kyckling m DPA (Fettsy	0	0
1204 Kyckling m DHA (Fettsy	0	0
1204 Kyckling m Summa tra	0	0
1204 Kyckling m Kolesterol	55,9	51
1204 Kyckling m Monosacke	0,6	0,6
1204 Kyckling m Disackaride	0,6	0,6
1204 Kyckling m Sackaros	0,6	0,6
1204 Kyckling m Energi (kJ)	834	771
1204 Kyckling m Energi (kca	199	184
1204 Kyckling m Aska	1,3	1,2
1204 Kyckling m Vatten	65	68,1
1204 Kyckling m Avfall (skal	5	5
1204 Kyckling m Kolhydrat	3,1	2,8
1204 Kyckling m Protein	15,3	14
1204 Kyckling m Fibrer	0,9	0,8
1204 Kyckling m Fett	13,9	12,9
1204 Kyckling m Fosfor	190	173
1204 Kyckling m Jod	0	0
1204 Kyckling m Järn	1,32	1,21
1204 Kyckling m Kalcium	27	24
1204 Kyckling m Kalium	321	279
1204 Kyckling m Magnesium	37	34
1204 Kyckling m Natrium	115	105
1204 Kyckling m Selen	8,1	7,4
1204 Kyckling m Zink	1,29	1,18
1204 Kyckling m Retinolekvi	65	59
1204 Kyckling m Retinol	38	35
1204 Kyckling m Vitamin D	1,45	1,32
1204 Kyckling m Vitamin E	3,37	3,07
1204 Kyckling m $\beta$ -Karoten	10	9
1204 Kyckling m Vitamin K	0	0
1204 Kyckling m Tiamin	0,11	0,1
1204 Kyckling m Riboflavin	0,21	0,19
1204 Kyckling m Vitamin C	1	1
1204 Kyckling m Niacin	6,6	6
1204 Kyckling m Niacinekviv	9,4	8,6
1204 Kyckling m Vitamin B1	0,21	0,19
1204 Kyckling m Vitamin B6	0,22	0,2
1204 Kyckling m Folat	21	19
1204 Kyckling m Salt	0,3	0,3
1204 Kyckling m Summa lå	0,1	0,1
1205 Kycklinggry Summa mä	1,8	1,8
1205 Kycklinggry Summa enl	2,9	2,9
1205 Kycklinggry Summa flei	1	1
1205 Kycklinggry Fettsyra 12	0	0
1205 Kycklinggry Fettsyra 14	0,1	0,1
1205 Kycklinggry Fettsyra 16	1,3	1,3
1205 Kycklinggry Fettsyra 18	0,4	0,4

1205 Kycklinggry Fettsyra 16	0,4	0,4
1205 Kycklinggry Fettsyra 18	2,5	2,4
1205 Kycklinggry Fettsyra 18	0,8	0,8
1205 Kycklinggry Fettsyra 18	0,1	0,1
1205 Kycklinggry Fettsyra 20	0	0
1205 Kycklinggry EPA (Fettsy	0	0
1205 Kycklinggry DPA (Fettsy	0	0
1205 Kycklinggry DHA (Fetts	0	0
1205 Kycklinggry Summa tra	0	0
1205 Kycklinggry Kolesterol	36,5	35,6
1205 Kycklinggry Monosacke	1,9	1,9
1205 Kycklinggry Disackaride	0,2	0,2
1205 Kycklinggry Sackaros	0,2	0,2
1205 Kycklinggry Energi (kJ)	443	433
1205 Kycklinggry Energi (kca	106	103
1205 Kycklinggry Aska	1,2	1,2
1205 Kycklinggry Vatten	79,2	79,8
1205 Kycklinggry Avfall (skal	5	5
1205 Kycklinggry Kolhydrate	2,9	2,8
1205 Kycklinggry Protein	9,4	9,2
1205 Kycklinggry Alkohol	0	0
1205 Kycklinggry Fibrer	1,1	1
1205 Kycklinggry Fett	6,1	6
1205 Kycklinggry Fosfor	105	102
1205 Kycklinggry Jod	20	20
1205 Kycklinggry Järn	0,83	0,81
1205 Kycklinggry Kalcium	16	16
1205 Kycklinggry Kalium	256	228
1205 Kycklinggry Magnesium	18	17
1205 Kycklinggry Natrium	217	211
1205 Kycklinggry Selen	5,3	5,1
1205 Kycklinggry Zink	0,81	0,79
1205 Kycklinggry Retinolekvi	50	49
1205 Kycklinggry Retinol	25	24
1205 Kycklinggry Vitamin D	0,8	0,78
1205 Kycklinggry Vitamin E	1,64	1,59
1205 Kycklinggry $\beta$ -Karoten	231	224
1205 Kycklinggry Tiamin	0,07	0,07
1205 Kycklinggry Riboflavin	0,1	0,09
1205 Kycklinggry Vitamin C	16	16
1205 Kycklinggry Niacin	4,2	4,1
1205 Kycklinggry Niacinekviv	5,9	5,8
1205 Kycklinggry Vitamin B1	0,14	0,14
1205 Kycklinggry Vitamin B6	0,18	0,17
1205 Kycklinggry Folat	20	20
1205 Kycklinggry Salt	0,5	0,5
1205 Kycklinggry Summa lån	0,1	0,1
1206 Kycklingsof Summa mä	0,2	0,2
1206 Kycklingsof Summa enl	0,3	0,3
1206 Kycklingsof Summa flei	0,1	0,1

1206 Kycklingsof Fettsyra 14	0	0
1206 Kycklingsof Fettsyra 16	0,2	0,2
1206 Kycklingsof Fettsyra 18	0	0
1206 Kycklingsof Fettsyra 16	0	0
1206 Kycklingsof Fettsyra 18	0,2	0,2
1206 Kycklingsof Fettsyra 18	0,1	0,1
1206 Kycklingsof Fettsyra 18	0	0
1206 Kycklingsof Fettsyra 20	0	0
1206 Kycklingsof EPA (Fettsy	0	0
1206 Kycklingsof DPA (Fettsy	0	0
1206 Kycklingsof DHA (Fettsy	0	0
1206 Kycklingsof Kolesterol	16,9	16,7
1206 Kycklingsof Monosacke	0,5	0,5
1206 Kycklingsof Disackaride	0,4	0,4
1206 Kycklingsof Sackaros	0,4	0,4
1206 Kycklingsof Energi (kJ)	168	165
1206 Kycklingsof Energi (kca	40	40
1206 Kycklingsof Aska	0,8	0,8
1206 Kycklingsof Vatten	89,8	89,9
1206 Kycklingsof Avfall (skal	3	3
1206 Kycklingsof Kolhydrate	1,8	1,7
1206 Kycklingsof Protein	5,8	5,7
1206 Kycklingsof Fibrer	1	1
1206 Kycklingsof Fett	0,8	0,8
1206 Kycklingsof Fosfor	58	57
1206 Kycklingsof Jod	19	19
1206 Kycklingsof Järn	0,42	0,41
1206 Kycklingsof Kalcium	15	15
1206 Kycklingsof Kalium	123	110
1206 Kycklingsof Magnesium	11	11
1206 Kycklingsof Natrium	175	172
1206 Kycklingsof Selen	2,8	2,8
1206 Kycklingsof Zink	0,48	0,48
1206 Kycklingsof Retinolekvi	7	7
1206 Kycklingsof Retinol	4	4
1206 Kycklingsof Vitamin D	0,1	0,1
1206 Kycklingsof Vitamin E	0,38	0,37
1206 Kycklingsof $\beta$ -Karoten	43	42
1206 Kycklingsof Tiamin	0,04	0,04
1206 Kycklingsof Riboflavin	0,04	0,04
1206 Kycklingsof Vitamin C	3	3
1206 Kycklingsof Niacin	2,2	2,1
1206 Kycklingsof Niacinekviv	3,2	3,2
1206 Kycklingsof Vitamin B1	0,06	0,06
1206 Kycklingsof Vitamin B6	0,08	0,08
1206 Kycklingsof Folat	17	16
1206 Kycklingsof Salt	0,4	0,4
1229 Fransk om $\epsilon$ Summa mä	7,1	7,2
1229 Fransk om $\epsilon$ Summa enl	7,3	7,6
1229 Fransk om $\epsilon$ Summa flei	2,5	2,6

1229	Fransk omε Fettsyra 16	3,7	3,7
1229	Fransk omε Fettsyra 18	1,4	1,4
1229	Fransk omε Fettsyra 18	6,9	7,2
1229	Fransk omε Fettsyra 18	1,8	1,9
1229	Fransk omε Fettsyra 18	0,5	0,5
1229	Fransk omε Energi (kJ)	893	910
1229	Fransk omε Energi (kca	213	218
1229	Fransk omε Fett	18,9	19,4
1230	Fransk omε Summa mä	2,5	2,5
1230	Fransk omε Summa enl	5,7	6
1230	Fransk omε Summa flei	2,4	2,6
1230	Fransk omε Fettsyra 16	1,7	1,7
1230	Fransk omε Fettsyra 18	0,6	0,6
1230	Fransk omε Fettsyra 18	5,4	5,7
1230	Fransk omε Fettsyra 18	1,7	1,8
1230	Fransk omε Fettsyra 18	0,4	0,5
1230	Fransk omε Energi (kJ)	606	624
1230	Fransk omε Energi (kca	145	149
1230	Fransk omε Fett	11,9	12,4
1231	Sufflé u fyll Summa mä	2	2
1231	Sufflé u fyll Summa enl	4	4,2
1231	Sufflé u fyll Summa flei	1,7	1,8
1231	Sufflé u fyll Fettsyra 16	1,1	1,2
1231	Sufflé u fyll Fettsyra 18	0,4	0,4
1231	Sufflé u fyll Fettsyra 18	3,8	4,1
1231	Sufflé u fyll Fettsyra 18	1,2	1,3
1231	Sufflé u fyll Fettsyra 18	0,4	0,4
1231	Sufflé u fyll Energi (kJ)	570	586
1231	Sufflé u fyll Energi (kca	136	140
1231	Sufflé u fyll Fett	8,4	8,9
1232	Äggakaka ( Summa mä	2,3	2,3
1232	Äggakaka ( Summa enl	2,8	2,9
1232	Äggakaka ( Summa flei	1,1	1,1
1232	Äggakaka ( Fettsyra 16	1,3	1,3
1232	Äggakaka ( Fettsyra 18	0,5	0,5
1232	Äggakaka ( Fettsyra 18	2,6	2,7
1232	Äggakaka ( Fettsyra 18	0,8	0,8
1232	Äggakaka ( Fettsyra 18	0,2	0,2
1232	Äggakaka ( Energi (kJ)	558	564
1232	Äggakaka ( Energi (kca	133	135
1232	Äggakaka ( Fett	7	7,1
1233	Ägg konver Summa mä	3,2	3,4
1233	Ägg konver Summa enl	7,7	8,2
1233	Ägg konver Summa flei	3,3	3,5
1233	Ägg konver Fettsyra 12	0	0
1233	Ägg konver Fettsyra 14	0	0
1233	Ägg konver Fettsyra 16	2,2	2,2
1233	Ägg konver Fettsyra 18	0,8	0,8
1233	Ägg konver Fettsyra 16	0,2	0,2
1233	Ägg konver Fettsyra 18	7,4	7,9

1233	Ägg konver Fettsyra 18	2,3	2,5
1233	Ägg konver Fettsyra 18	0,6	0,7
1233	Ägg konver Fettsyra 20	0,1	0,1
1233	Ägg konver DHA (Fettsy	0,1	0,1
1233	Ägg konver Summa tra	0	0
1233	Ägg konver Kolesterol	336	341,8
1233	Ägg konver Monosackä	0,4	0,4
1233	Ägg konver Energi (kJ)	802	842
1233	Ägg konver Energi (kca	192	201
1233	Ägg konver Aska	2,6	1
1233	Ägg konver Vatten	68,4	69,6
1233	Ägg konver Avfall (skal	12	12
1233	Ägg konver Kolhydrate	0,4	0,4
1233	Ägg konver Protein	12,1	12,3
1233	Ägg konver Fett	15,9	16,9
1233	Ägg konver Fosfor	183	185
1233	Ägg konver Jod	113	29
1233	Ägg konver Järn	1,67	1,69
1233	Ägg konver Kalcium	54	52
1233	Ägg konver Kalium	131	132
1233	Ägg konver Magnesium	12	12
1233	Ägg konver Natrium	860	189
1233	Ägg konver Selen	22,4	22,8
1233	Ägg konver Zink	1,3	1,32
1233	Ägg konver Retinolekvi	292	297
1233	Ägg konver Retinol	230	234
1233	Ägg konver Vitamin D	2,18	2,22
1233	Ägg konver Vitamin E	6,87	6,99
1233	Ägg konver Vitamin K	30	30
1233	Ägg konver Tiamin	0,08	0,08
1233	Ägg konver Riboflavin	0,4	0,41
1233	Ägg konver Niacinekviv	3,1	3,1
1233	Ägg konver Vitamin B1	1,23	1,26
1233	Ägg konver Vitamin B6	0,08	0,08
1233	Ägg konver Folat	59	60
1233	Ägg konver Summa n-3	0,2	0,2
1233	Ägg konver Summa n-6	1,3	1,3
1233	Ägg konver Salt	2,2	0,5
1234	Äggröra m Summa mä	2,6	2,6
1234	Äggröra m Summa enl	3,4	3,5
1234	Äggröra m Summa flei	1,3	1,4
1234	Äggröra m Fettsyra 16	1,4	1,5
1234	Äggröra m Fettsyra 18	0,5	0,6
1234	Äggröra m Fettsyra 18	3,2	3,4
1234	Äggröra m Fettsyra 18	0,9	1
1234	Äggröra m Fettsyra 18	0,2	0,3
1234	Äggröra m Energi (kJ)	519	528
1234	Äggröra m Energi (kca	124	126
1234	Äggröra m Fett	8,1	8,4
1236	Torsksufflé Summa mä	1,3	1,3



1236 Torsksufflé Summa enl	2,6	2,8
1236 Torsksufflé Summa flei	1,2	1,3
1236 Torsksufflé Fettsyra 4:(	0,1	0,1
1236 Torsksufflé Fettsyra 12	0	0
1236 Torsksufflé Fettsyra 14	0,1	0,1
1236 Torsksufflé Fettsyra 16	0,8	0,8
1236 Torsksufflé Fettsyra 18	0,3	0,3
1236 Torsksufflé Fettsyra 16	0,1	0,1
1236 Torsksufflé Fettsyra 18	2,5	2,7
1236 Torsksufflé Fettsyra 18	0,8	0,8
1236 Torsksufflé Fettsyra 18	0,2	0,3
1236 Torsksufflé Fettsyra 20	0	0
1236 Torsksufflé EPA (Fettsy	0	0
1236 Torsksufflé DPA (Fettsy	0	0
1236 Torsksufflé DHA (Fettsy	0,1	0,1
1236 Torsksufflé Summa tra	0	0
1236 Torsksufflé Kolesterol	106,1	104,8
1236 Torsksufflé Monosacka	0,1	0,1
1236 Torsksufflé Disackaride	1,9	1,9
1236 Torsksufflé Sackaros	0	0
1236 Torsksufflé Energi (kJ)	507	518
1236 Torsksufflé Energi (kca	121	124
1236 Torsksufflé Aska	2	2
1236 Torsksufflé Vatten	74,8	74,9
1236 Torsksufflé Avfall (skal	18	17
1236 Torsksufflé Kolhydrate	5,2	5,2
1236 Torsksufflé Protein	12,1	12,4
1236 Torsksufflé Fibrer	0,1	0,1
1236 Torsksufflé Fett	5,8	5,9
1236 Torsksufflé Fosfor	167	176
1236 Torsksufflé Jod	86	139
1236 Torsksufflé Järn	0,56	0,52
1236 Torsksufflé Kalcium	65	63
1236 Torsksufflé Kalium	254	270
1236 Torsksufflé Magnesium	21	20
1236 Torsksufflé Natrium	484	486
1236 Torsksufflé Selen	18,1	17,9
1236 Torsksufflé Zink	0,69	0,77
1236 Torsksufflé Retinolekvi	90	91
1236 Torsksufflé Retinol	73	74
1236 Torsksufflé Vitamin D	1,26	1,61
1236 Torsksufflé Vitamin E	2,35	2,19
1236 Torsksufflé $\beta$ -Karoten	3	3
1236 Torsksufflé Vitamin K	7	7
1236 Torsksufflé Tiamin	0,06	0,06
1236 Torsksufflé Riboflavin	0,15	0,15
1236 Torsksufflé Vitamin C	1	0
1236 Torsksufflé Niacin	1	1,1
1236 Torsksufflé Niacinekviv	3,5	3,6
1236 Torsksufflé Vitamin B1	0,7	0,9

1236	Torsksufflé	Vitamin B6	0,13	0,09
1236	Torsksufflé	Folat	20	21
1236	Torsksufflé	Summa n-3	0	0,1
1236	Torsksufflé	Summa n-6	0,3	0,3
1236	Torsksufflé	Salt	1,2	1,2
1236	Torsksufflé	Summa lån	0	0,1
1241	Sill	Summa mä	4,2	2
1241	Sill	Summa enl	7,7	3,7
1241	Sill	Summa flei	4,7	2,3
1241	Sill	Fettsyra 12	0	0
1241	Sill	Fettsyra 14	1,3	0,6
1241	Sill	Fettsyra 16	2,6	1,1
1241	Sill	Fettsyra 18	0,2	0,1
1241	Sill	Fettsyra 20	0	0
1241	Sill	Fettsyra 16	1	0,4
1241	Sill	Fettsyra 18	2,4	0,8
1241	Sill	Fettsyra 18	0,4	0,2
1241	Sill	Fettsyra 18	0,3	0,2
1241	Sill	Fettsyra 20	0,1	0,1
1241	Sill	EPA (Fettsy	1	0,4
1241	Sill	DPA (Fettsy	0,1	0,1
1241	Sill	DHA (Fettsy	1,6	0,9
1241	Sill	Kolesterol	87	57
1241	Sill	Energi (kJ)	965	617
1241	Sill	Energi (kca	231	148
1241	Sill	Aska	1,2	1,8
1241	Sill	Vatten	63,8	71,2
1241	Sill	Protein	16,5	16,7
1241	Sill	Fett	18,5	9
1241	Sill	Fosfor	113	277
1241	Sill	Jod	60	42
1241	Sill	Järn	0,9	0,62
1241	Sill	Kalcium	63	56
1241	Sill	Kalium	320	335
1241	Sill	Magnesium	25	37
1241	Sill	Natrium	67	199
1241	Sill	Selen	18	25,3
1241	Sill	Zink	0,5	1,42
1241	Sill	Retinolekvi	36	6
1241	Sill	Retinol	36	6
1241	Sill	Vitamin D	12	5,78
1241	Sill	Vitamin E	1,07	0,71
1241	Sill	Vitamin K		1
1241	Sill	Tiamin	0,12	0
1241	Sill	Riboflavin	0,18	0,21
1241	Sill	Niacin	3,5	5
1241	Sill	Niacinekviv	6,5	8
1241	Sill	Vitamin B1	5,2	8,79
1241	Sill	Vitamin B6	0,37	0,3
1241	Sill	Folat	5	11

1241 Sill	Summa n-3 fettsyror	2
1241 Sill	Summa n-6 fettsyror	0,3
1241 Sill	Salt	0,2
1241 Sill	Summa långa n-3 fetts	1,5
1243 Strömming	Summa mä	2,5
1243 Strömming	Summa enl	3
1243 Strömming	Summa flei	2,9
1243 Strömming	Fettsyra 14	0,6
1243 Strömming	Fettsyra 16	1,7
1243 Strömming	Fettsyra 18	0,1
1243 Strömming	Fettsyra 20	0
1243 Strömming	Fettsyra 16	0,7
1243 Strömming	Fettsyra 18	2
1243 Strömming	Fettsyra 18	0,5
1243 Strömming	Fettsyra 18	0,3
1243 Strömming	Fettsyra 20	0
1243 Strömming	EPA (Fettsy	0,6
1243 Strömming	DHA (Fettsy	0,8
1243 Strömming	Kolesterol	90
1243 Strömming	Energi (kJ)	620
1243 Strömming	Energi (kca	148
1243 Strömming	Aska	1,3
1243 Strömming	Vatten	73,2
1243 Strömming	Protein	16,2
1243 Strömming	Fett	9,3
1243 Strömming	Fosfor	230
1243 Strömming	Jod	30
1243 Strömming	Järn	0,7
1243 Strömming	Kalcium	50
1243 Strömming	Kalium	345
1243 Strömming	Magnesium	30
1243 Strömming	Natrium	40
1243 Strömming	Selen	18
1243 Strömming	Zink	1
1243 Strömming	Retinolekvi	12
1243 Strömming	Retinol	11
1243 Strömming	Vitamin D	9,2
1243 Strömming	Vitamin E	2
1243 Strömming	β-Karoten	5
1243 Strömming	Vitamin K	0
1243 Strömming	Tiamin	0,11
1243 Strömming	Riboflavin	0,16
1243 Strömming	Niacin	2,6
1243 Strömming	Niacinekviv	5,6
1243 Strömming	Vitamin B1	10
1243 Strömming	Vitamin B6	0,37
1243 Strömming	Folat	5
1243 Strömming	Summa n-3	0,6
1243 Strömming	Summa n-6	0,1
1243 Strömming	Salt	0,1

1243	Strömning	Summa lån	0,5	0,8
1244	Röding	Summa mä	1,9	1,4
1244	Röding	Summa enl	3,1	3,1
1244	Röding	Summa flei	3,5	2,5
1244	Röding	Fettsyra 12	0	0
1244	Röding	Fettsyra 14	0,3	0,3
1244	Röding	Fettsyra 16	1,2	0,9
1244	Röding	Fettsyra 18	0,2	0,2
1244	Röding	Fettsyra 16	1	0,5
1244	Röding	Fettsyra 18	1,9	1,7
1244	Röding	Fettsyra 18	0,5	0,4
1244	Röding	Fettsyra 18	0,5	0,2
1244	Röding	Fettsyra 20	0,2	0,1
1244	Röding	EPA (Fettsy	0,7	0,5
1244	Röding	DPA (Fettsy	0,3	0,1
1244	Röding	DHA (Fettsy	0,8	0,8
1244	Röding	Kolesterol	55	57,8
1244	Röding	Energi (kJ)	650	635
1244	Röding	Energi (kca	155	152
1244	Röding	Aska	1	1,6
1244	Röding	Vatten	71,8	70,4
1244	Röding	Protein	17,8	19,9
1244	Röding	Fett	9,4	7,9
1244	Röding	Fosfor	234	250
1244	Röding	Jod		20
1244	Röding	Järn	0,3	0,2
1244	Röding	Kalcium	8	14
1244	Röding	Kalium	342	379
1244	Röding	Magnesium	25	27
1244	Röding	Natrium	31	46
1244	Röding	Selen	26	21,8
1244	Röding	Zink	0,4	0,57
1244	Röding	Retinolekvi	30	18
1244	Röding	Retinol	30	18
1244	Röding	Vitamin D	10	5,85
1244	Röding	Vitamin E	1,9	1,59
1244	Röding	Vitamin K		4
1244	Röding	Tiamin	0,08	0,11
1244	Röding	Riboflavin	0,2	0,09
1244	Röding	Niacin	8,4	6
1244	Röding	Niacinekviv	11,7	9,6
1244	Röding	Vitamin B1	5	1,82
1244	Röding	Vitamin B6	0,69	0,47
1244	Röding	Summa n-3 fettsyror		1,9
1244	Röding	Summa n-6 fettsyror		0,5
1244	Röding	Salt	0,1	0,1
1244	Röding	Summa långa n-3 fetts		1,6
1246	Torsk	Summa mä	0,1	0,1
1246	Torsk	Summa enl	0,1	0,1
1246	Torsk	Summa flei	0,3	0,2

1246 Torsk	Fettsyra 16	0,1	0,1
1246 Torsk	Fettsyra 18	0	0
1246 Torsk	Fettsyra 18	0,1	0
1246 Torsk	Fettsyra 18	0	0
1246 Torsk	Fettsyra 20	0	0
1246 Torsk	EPA (Fettsy	0,1	0
1246 Torsk	DHA (Fettsy	0,2	0,2
1246 Torsk	Kolesterol	50	48,4
1246 Torsk	Energi (kJ)	315	328
1246 Torsk	Energi (kca	75	78
1246 Torsk	Vatten	81,2	81
1246 Torsk	Protein	17	18,2
1246 Torsk	Fett	0,7	0,5
1246 Torsk	Fosfor	190	217
1246 Torsk	Jod	55	180
1246 Torsk	Järn	0,2	0,12
1246 Torsk	Kalcium	16	12
1246 Torsk	Kalium	355	402
1246 Torsk	Magnesium	28	27
1246 Torsk	Natrium	50	59
1246 Torsk	Selen	27	27,3
1246 Torsk	Zink	0,4	0,6
1246 Torsk	Retinolekvi	0	2
1246 Torsk	Retinol	0	2
1246 Torsk	Vitamin D	1	1,84
1246 Torsk	Vitamin E	1	0,67
1246 Torsk	Vitamin K		0
1246 Torsk	Tiamin	0,05	0,05
1246 Torsk	Riboflavin	0,04	0,05
1246 Torsk	Vitamin C	2	0
1246 Torsk	Niacin	2	2,2
1246 Torsk	Niacinekviv	5,1	5,5
1246 Torsk	Vitamin B1	0,8	1,41
1246 Torsk	Vitamin B6	0,23	0,14
1246 Torsk	Folat	12	14
1246 Torsk	Summa n-3 fettsyror		0,2
1246 Torsk	Summa n-6 fettsyror		0
1246 Torsk	Salt	0,1	0,2
1246 Torsk	Summa långa n-3 fetts		0,2
1250 Pinklax	Summa mä	1	0,2
1250 Pinklax	Summa enl	1,4	0,6
1250 Pinklax	Summa flel	2	0,5
1250 Pinklax	Fettsyra 14	0,2	0
1250 Pinklax	Fettsyra 16	0,5	0,2
1250 Pinklax	Fettsyra 18	0,2	0
1250 Pinklax	Fettsyra 16	0,2	0,1
1250 Pinklax	Fettsyra 18	0,8	0,1
1250 Pinklax	Fettsyra 18	0,1	0
1250 Pinklax	Fettsyra 18	0,1	0
1250 Pinklax	EPA (Fettsy	0,6	0,1

1250	Pinklax	DPA (Fettsy	0,2	0
1250	Pinklax	DHA (Fettsy	0,9	0,3
1250	Pinklax	Kolesterol	35	48,2
1250	Pinklax	Energi (kJ)	532	432
1250	Pinklax	Energi (kca	127	103
1250	Pinklax	Aska	1,1	1,2
1250	Pinklax	Vatten	73,7	75,8
1250	Pinklax	Protein	20	21,4
1250	Pinklax	Fett	5,2	2
1250	Pinklax	Fosfor	300	263
1250	Pinklax	Jod		19
1250	Pinklax	Järn	0,9	0,3
1250	Pinklax	Kalcium	79	11
1250	Pinklax	Kalium	400	365
1250	Pinklax	Magnesium	26	30
1250	Pinklax	Natrium	45	49
1250	Pinklax	Zink	0,8	0,4
1250	Pinklax	Retinolekvi	30	7
1250	Pinklax	Retinol	30	7
1250	Pinklax	Vitamin D	12,5	8,23
1250	Pinklax	Vitamin E	2,2	0,35
1250	Pinklax	Vitamin K		0
1250	Pinklax	Tiamin	0,1	0,24
1250	Pinklax	Riboflavin	0,23	0,11
1250	Pinklax	Niacin	7,2	6,4
1250	Pinklax	Niacinekviv	10,9	10,3
1250	Pinklax	Vitamin B1	4	2,27
1250	Pinklax	Vitamin B6	0,7	0,45
1250	Pinklax	Summa n-3 fettsyror		0,5
1250	Pinklax	Summa n-6 fettsyror		0
1250	Pinklax	Salt	0,1	0,1
1250	Pinklax	Summa långa n-3 fetts		0,4
1252	Sik urtagen	β-Karoten		0
1275	Tonfisk i olj	Summa mä	2,7	1,2
1275	Tonfisk i olj	Summa enl	3,8	2,4
1275	Tonfisk i olj	Summa flei	10,2	5,3
1275	Tonfisk i olj	Fettsyra 14	0	0
1275	Tonfisk i olj	Fettsyra 16	1,9	0,7
1275	Tonfisk i olj	Fettsyra 18	0,7	0,3
1275	Tonfisk i olj	Fettsyra 20	0,1	0
1275	Tonfisk i olj	Fettsyra 18	3,6	2,3
1275	Tonfisk i olj	Fettsyra 18	8,5	5
1275	Tonfisk i olj	Fettsyra 18	0,8	0
1275	Tonfisk i olj	Fettsyra 20	0	0
1275	Tonfisk i olj	DPA (Fettsy	0	0
1275	Tonfisk i olj	DHA (Fettsy	0,3	0,2
1275	Tonfisk i olj	Summa transfettsyror		0,1
1275	Tonfisk i olj	Kolesterol	100	45,3
1275	Tonfisk i olj	Energi (kJ)	1059	789
1275	Tonfisk i olj	Energi (kca	253	189

1275	Tonfisk i olj Aska	2,4	1,8
1275	Tonfisk i olj Vatten	56	63,4
1275	Tonfisk i olj Protein	24	24,9
1275	Tonfisk i olj Fett	17,6	9,9
1275	Tonfisk i olj Fosfor	310	224
1275	Tonfisk i olj Jod	25	26
1275	Tonfisk i olj Järn	1,4	0,84
1275	Tonfisk i olj Kalcium	13	17
1275	Tonfisk i olj Kalium	260	230
1275	Tonfisk i olj Magnesium	43	32
1275	Tonfisk i olj Natrium	410	406
1275	Tonfisk i olj Selen	42	86,6
1275	Tonfisk i olj Zink	0,7	0,83
1275	Tonfisk i olj Retinolekvi	270	6
1275	Tonfisk i olj Retinol	270	6
1275	Tonfisk i olj Vitamin D	5,8	4,42
1275	Tonfisk i olj Vitamin E	6,3	5,46
1275	Tonfisk i olj Vitamin K		2
1275	Tonfisk i olj Tiamin	0,04	0,01
1275	Tonfisk i olj Riboflavin	0,09	0,09
1275	Tonfisk i olj Niacin	10,1	13,5
1275	Tonfisk i olj Niacinekviv	14,5	18,1
1275	Tonfisk i olj Vitamin B1	2,2	2,69
1275	Tonfisk i olj Vitamin B6	0,42	0,65
1275	Tonfisk i olj Folat	15	14
1275	Tonfisk i olj Summa n-3 fettsyror		0,3
1275	Tonfisk i olj Summa n-6 fettsyror		5
1275	Tonfisk i olj Salt	1	1
1275	Tonfisk i olj Summa långa n-3 fetts		0,3
1277	Ål rund- o \ β-Karoten		0
1278	Tonfisk i va Summa mä	0,3	0,2
1278	Tonfisk i va Summa enl	0,2	0,1
1278	Tonfisk i va Summa flel	0,3	0,3
1278	Tonfisk i va Fettsyra 14	0,1	0
1278	Tonfisk i va Fettsyra 16	0,2	0,1
1278	Tonfisk i va Fettsyra 18	0	0,1
1278	Tonfisk i va Fettsyra 16	0,1	0
1278	Tonfisk i va Fettsyra 18	0,1	0,1
1278	Tonfisk i va Fettsyra 20	0	0
1278	Tonfisk i va EPA (Fettsy	0,1	0
1278	Tonfisk i va DPA (Fettsy	0	0
1278	Tonfisk i va DHA (Fettsy	0,2	0,2
1278	Tonfisk i va Summa tra	0	0
1278	Tonfisk i va Kolesterol	42	55,9
1278	Tonfisk i va Energi (kJ)	461	444
1278	Tonfisk i va Energi (kca	110	106
1278	Tonfisk i va Aska	1,3	1,5
1278	Tonfisk i va Vatten	73	74,1
1278	Tonfisk i va Protein	24,5	24,1
1278	Tonfisk i va Fett	1,2	1

1278	Tonfisk i va Fosfor	170	206
1278	Tonfisk i va Jod	20	26
1278	Tonfisk i va Järn	1,4	1,28
1278	Tonfisk i va Kalcium	13	15
1278	Tonfisk i va Kalium	182	220
1278	Tonfisk i va Magnesium	20	28
1278	Tonfisk i va Natrium	315	384
1278	Tonfisk i va Selen	42	77
1278	Tonfisk i va Zink	0,9	0,93
1278	Tonfisk i va Retinolekvi	370	8
1278	Tonfisk i va Retinol	370	8
1278	Tonfisk i va Vitamin D	4,5	4,2
1278	Tonfisk i va Vitamin E	1,2	0,36
1278	Tonfisk i va Vitamin K		1
1278	Tonfisk i va Tiamin	0,05	0,01
1278	Tonfisk i va Riboflavin	0,06	0,08
1278	Tonfisk i va Niacin	13,5	12,1
1278	Tonfisk i va Niacinekviv	18	16,5
1278	Tonfisk i va Vitamin B1	2,1	2,53
1278	Tonfisk i va Vitamin B6	0,25	0,49
1278	Tonfisk i va Folat	15	5
1278	Tonfisk i va Summa n-3 fettsyror		0,2
1278	Tonfisk i va Summa n-6 fettsyror		0,1
1278	Tonfisk i va Salt	0,8	1
1278	Tonfisk i va Summa långa n-3 fetts		0,2
1289	Makrillfilé \beta-Karoten		0
1294	Fiskpinnar : Summa mä	3,6	1,1
1294	Fiskpinnar : Summa enl	3,6	5,7
1294	Fiskpinnar : Summa flei	1,3	4,1
1294	Fiskpinnar : Fettsyra 4:(	0	0
1294	Fiskpinnar : Fettsyra 12	0,1	0
1294	Fiskpinnar : Fettsyra 14	0,1	0
1294	Fiskpinnar : Fettsyra 16	3,1	0,7
1294	Fiskpinnar : Fettsyra 18	0,3	0,3
1294	Fiskpinnar : Fettsyra 20	0	0,1
1294	Fiskpinnar : Fettsyra 16	0	0
1294	Fiskpinnar : Fettsyra 18	3,6	5,5
1294	Fiskpinnar : Fettsyra 18	1	3,1
1294	Fiskpinnar : Fettsyra 18	0,1	0,8
1294	Fiskpinnar : Fettsyra 20	0	0
1294	Fiskpinnar : EPA (Fettsy	0,1	0,1
1294	Fiskpinnar : DPA (Fettsy	0	0
1294	Fiskpinnar : Summa transfettsyror		0,1
1294	Fiskpinnar : Kolesterol	35	29,5
1294	Fiskpinnar : Monosacke	0,1	0,2
1294	Fiskpinnar : Disackaride	0,6	1
1294	Fiskpinnar : Sackaros	0,3	0
1294	Fiskpinnar : Energi (kJ)	798	932
1294	Fiskpinnar : Energi (kca	191	223
1294	Fiskpinnar : Aska	1,4	1,6



1294 Fiskpinnar : Vatten	62	57,8
1294 Fiskpinnar : Kolhydrat	14,2	16,8
1294 Fiskpinnar : Protein	12,9	11,7
1294 Fiskpinnar : Fiber	0,5	0
1294 Fiskpinnar : Fett	9	12,1
1294 Fiskpinnar : Fosfor	146	140
1294 Fiskpinnar : Jod		34
1294 Fiskpinnar : Järn	0,7	0,32
1294 Fiskpinnar : Kalcium	23	19
1294 Fiskpinnar : Kalium	210	225
1294 Fiskpinnar : Magnesium	18	28
1294 Fiskpinnar : Natrium	300	452
1294 Fiskpinnar : Selen	20	13
1294 Fiskpinnar : Zink	0,4	0,49
1294 Fiskpinnar : Retinolekvi	2	54
1294 Fiskpinnar : Retinol	2	50
1294 Fiskpinnar : Vitamin D	0,75	0,87
1294 Fiskpinnar : Vitamin E	0,75	3,76
1294 Fiskpinnar : $\beta$ -Karoten	0	40
1294 Fiskpinnar : Vitamin K		8
1294 Fiskpinnar : Tiamin	0,09	0,09
1294 Fiskpinnar : Riboflavin	0,06	0,07
1294 Fiskpinnar : Niacin	1,1	1,2
1294 Fiskpinnar : Niacinekviv	3,5	3,3
1294 Fiskpinnar : Vitamin B1	1	1,25
1294 Fiskpinnar : Vitamin B6	0,21	0,07
1294 Fiskpinnar : Folat	15	9
1294 Fiskpinnar : Summa n-3 fettsyror		0,9
1294 Fiskpinnar : Summa n-6 fettsyror		3,1
1294 Fiskpinnar : Salt	0,8	1,1
1294 Fiskpinnar : Summa långa n-3 fetts		0,2
1296 Makrillfilé   Summa mä	3,4	2,6
1296 Makrillfilé   Summa enl	5,8	5,6
1296 Makrillfilé   Summa flei	4,7	4
1296 Makrillfilé   Fettsyra 12	0	0
1296 Makrillfilé   Fettsyra 14	1,1	0,7
1296 Makrillfilé   Fettsyra 16	1,9	1,4
1296 Makrillfilé   Fettsyra 18	0,3	0,3
1296 Makrillfilé   Fettsyra 20	0	0
1296 Makrillfilé   Fettsyra 16	0,6	0,4
1296 Makrillfilé   Fettsyra 18	1,7	2,1
1296 Makrillfilé   Fettsyra 18	0,4	0,5
1296 Makrillfilé   Fettsyra 18	0,3	0,4
1296 Makrillfilé   Fettsyra 20	0	0,2
1296 Makrillfilé   EPA (Fettsy	0,8	0,7
1296 Makrillfilé   DPA (Fettsy	0,1	0,2
1296 Makrillfilé   DHA (Fettsy	2,3	1,3
1296 Makrillfilé   Summa transfettsyror		0,1
1296 Makrillfilé   Kolesterol	23	39,7
1296 Makrillfilé   Monosack	0	3

1296 Makrillfilé	I Disackaride	0,5	0,2
1296 Makrillfilé	I Sackaros	0	0,2
1296 Makrillfilé	I Energi (kJ)	828	779
1296 Makrillfilé	I Energi (kcal)	198	186
1296 Makrillfilé	I Aska	1,4	2,2
1296 Makrillfilé	I Vatten	68	68,3
1296 Makrillfilé	I Kolhydrat	0,5	3,9
1296 Makrillfilé	I Protein	14,4	11,7
1296 Makrillfilé	I Fiber	0,2	0
1296 Makrillfilé	I Fett	15,5	13,9
1296 Makrillfilé	I Fosfor	220	141
1296 Makrillfilé	I Jod		36
1296 Makrillfilé	I Järn	1,1	0,83
1296 Makrillfilé	I Kalcium	20	24
1296 Makrillfilé	I Kalium	326	423
1296 Makrillfilé	I Magnesium	25	32
1296 Makrillfilé	I Natrium	248	368
1296 Makrillfilé	I Selen	36	19,9
1296 Makrillfilé	I Zink	1,8	0,93
1296 Makrillfilé	I Retinolekval	87	36
1296 Makrillfilé	I Retinol	48	23
1296 Makrillfilé	I Vitamin D	2,4	1,36
1296 Makrillfilé	I Vitamin E	0,09	2,29
1296 Makrillfilé	I $\beta$ -Karoten	463	161
1296 Makrillfilé	I Vitamin K	0	5
1296 Makrillfilé	I Tiamin	0,06	0,05
1296 Makrillfilé	I Riboflavin	0,16	0,2
1296 Makrillfilé	I Niacin	6,6	5,9
1296 Makrillfilé	I Niacinekvä	9	8
1296 Makrillfilé	I Vitamin B1	6	5,38
1296 Makrillfilé	I Vitamin B6	0,25	0,29
1296 Makrillfilé	I Summa n-3 fettsyror		3,1
1296 Makrillfilé	I Summa n-6 fettsyror		0,7
1296 Makrillfilé	I Salt	0,6	0,9
1296 Makrillfilé	I Summa långa n-3 fetts		2,3
1297 Surströmm	Summa mätt	2,5	0,7
1297 Surströmm	Summa enl	3	1,1
1297 Surströmm	Summa fler	2,9	0,9
1297 Surströmm	Fettsyra 14	0,6	0,1
1297 Surströmm	Fettsyra 16	1,7	0,5
1297 Surströmm	Fettsyra 18	0,1	0
1297 Surströmm	Fettsyra 16	0,7	0,3
1297 Surströmm	Fettsyra 18	2	0,7
1297 Surströmm	Fettsyra 18	0,5	0,2
1297 Surströmm	Fettsyra 18	0,3	0,1
1297 Surströmm	Fettsyra 20	0	0,1
1297 Surströmm	EPA (Fettsy	0,6	0,1
1297 Surströmm	DHA (Fettsy	0,8	0,2
1297 Surströmm	Summa trans	0	0
1297 Surströmm	Kolesterol	90	82,2

1297	Surströmm Energi (kJ)	579	344
1297	Surströmm Energi (kca)	138	82
1297	Surströmm Aska	9,5	9,6
1297	Surströmm Vatten	67,4	75,9
1297	Surströmm Protein	13,8	11,8
1297	Surströmm Fett	9,3	3,9
1297	Surströmm Fosfor	170	159
1297	Surströmm Jod		17
1297	Surströmm Järn	1	0,67
1297	Surströmm Kalcium	150	89
1297	Surströmm Kalium	160	159
1297	Surströmm Magnesium	10	11
1297	Surströmm Natrium	3400	3523
1297	Surströmm Selen	20	10,8
1297	Surströmm Zink	1,8	1,81
1297	Surströmm Retinolekvi	11	6
1297	Surströmm Retinol	11	6
1297	Surströmm Vitamin D	9,2	5,9
1297	Surströmm Vitamin E	2	4,19
1297	Surströmm $\beta$ -Karoten	5	0
1297	Surströmm Vitamin K		2
1297	Surströmm Tiamin	0,11	0
1297	Surströmm Riboflavin	0,16	0,16
1297	Surströmm Niacin	2,6	1,3
1297	Surströmm Niacinekviv	5,1	3,5
1297	Surströmm Vitamin B1	10	4,49
1297	Surströmm Vitamin B6	0,37	0,06
1297	Surströmm Folat	5	19
1297	Surströmm Summa n-3 fettsyror		0,6
1297	Surströmm Summa n-6 fettsyror		0,3
1297	Surströmm Salt	8,5	8,8
1297	Surströmm Summa långa n-3 fetts		0,5
1298	Lutfisk koki Summa mä	0,1	0,1
1298	Lutfisk koki Summa enl	0	0,1
1298	Lutfisk koki Fettsyra 18	0	0
1298	Lutfisk koki Fettsyra 18	0	0,1
1298	Lutfisk koki EPA (Fettsy	0	0
1298	Lutfisk koki DPA (Fettsy	0	0
1298	Lutfisk koki DHA (Fettsy	0	0,1
1298	Lutfisk koki Summa transfettsyror		0
1298	Lutfisk koki Kolesterol	50	25,9
1298	Lutfisk koki Energi (kJ)	210	119
1298	Lutfisk koki Energi (kca)	50	28
1298	Lutfisk koki Aska	1,5	0,6
1298	Lutfisk koki Vatten	86,6	93
1298	Lutfisk koki Protein	11,5	5,9
1298	Lutfisk koki Fett	0,4	0,5
1298	Lutfisk koki Fosfor	57	24
1298	Lutfisk koki Jod		2
1298	Lutfisk koki Järn	0,2	0,18

1298	Lutfisk koki Kalcium	210	129
1298	Lutfisk koki Kalium	5	4
1298	Lutfisk koki Magnesium	28	12
1298	Lutfisk koki Natrium	330	30
1298	Lutfisk koki Selen	20	12,3
1298	Lutfisk koki Zink	0,4	0,16
1298	Lutfisk koki Vitamin D	1	0,12
1298	Lutfisk koki Vitamin E	1	0,09
1298	Lutfisk koki Vitamin K		0
1298	Lutfisk koki Tiamin	0,01	0
1298	Lutfisk koki Riboflavin	0,01	0
1298	Lutfisk koki Niacin	0,2	0
1298	Lutfisk koki Niacinekviv	2,3	1,1
1298	Lutfisk koki Vitamin B1	0,8	0
1298	Lutfisk koki Vitamin B6	0,23	0
1298	Lutfisk koki Folat	12	0
1298	Lutfisk koki Summa n-3 fettsyror		0,1
1298	Lutfisk koki Summa n-6 fettsyror		0
1298	Lutfisk koki Salt	0,8	0,1
1298	Lutfisk koki Summa långa n-3 fetts		0,1
1305	Abborrfilé   Summa mä	0,7	0,8
1305	Abborrfilé   Summa enl	2,7	2,9
1305	Abborrfilé   Summa flei	1,4	1,6
1305	Abborrfilé   Fettsyra 16	0,4	0,4
1305	Abborrfilé   Fettsyra 18	0,2	0,2
1305	Abborrfilé   Fettsyra 18	2,6	2,9
1305	Abborrfilé   Fettsyra 18	0,9	0,9
1305	Abborrfilé   Fettsyra 18	0,3	0,4
1305	Abborrfilé   Summa tra	0	0
1305	Abborrfilé   Energi (kJ)	580	593
1305	Abborrfilé   Energi (kca	139	142
1305	Abborrfilé   Kolhydrate	3,8	4
1305	Abborrfilé   Protein	18,5	18,4
1305	Abborrfilé   Fett	5,4	5,7
1305	Abborrfilé   Vitamin K	2	2
1305	Abborrfilé   Niacinekviv	8,1	8,1
1306	Friterad fisl Summa mä	2,5	2,4
1306	Friterad fisl Summa enl	1,9	1,8
1306	Friterad fisl Summa flei	0,7	0,7
1306	Friterad fisl Fettsyra 12	0	0
1306	Friterad fisl Fettsyra 14	0,1	0,1
1306	Friterad fisl Fettsyra 16	2,2	2,1
1306	Friterad fisl Fettsyra 18	0,2	0,2
1306	Friterad fisl Fettsyra 16	0	0
1306	Friterad fisl Fettsyra 18	1,8	1,8
1306	Friterad fisl Fettsyra 18	0,5	0,5
1306	Friterad fisl Fettsyra 18	0	0
1306	Friterad fisl Fettsyra 20	0	0
1306	Friterad fisl EPA (Fettsy	0	0
1306	Friterad fisl DPA (Fettsy	0	0

1306 Friterad fisk DHA (Fettsyror)	0,1	0,1
1306 Friterad fisk Kolesterol	38	37,4
1306 Friterad fisk Monosackarider	0	0
1306 Friterad fisk Disackarider	0,2	0,2
1306 Friterad fisk Sackaros	0	0
1306 Friterad fisk Energi (kJ)	631	622
1306 Friterad fisk Energi (kcal)	151	149
1306 Friterad fisk Aska	1,2	1,2
1306 Friterad fisk Vatten	67,9	68,3
1306 Friterad fisk Avfall (skal)	35	35
1306 Friterad fisk Kolhydrater	10	9,9
1306 Friterad fisk Protein	15,1	14,9
1306 Friterad fisk Fibrer	0,4	0,4
1306 Friterad fisk Fett	5,4	5,4
1306 Friterad fisk Fosfor	151	149
1306 Friterad fisk Jod	24	23
1306 Friterad fisk Järn	0,37	0,36
1306 Friterad fisk Kalcium	27	26
1306 Friterad fisk Kalium	272	268
1306 Friterad fisk Magnesium	21	20
1306 Friterad fisk Natrium	182	180
1306 Friterad fisk Selen	18,1	17,9
1306 Friterad fisk Zink	0,39	0,39
1306 Friterad fisk Retinolekviv	1	1
1306 Friterad fisk Retinol	1	1
1306 Friterad fisk Vitamin D	0,77	0,76
1306 Friterad fisk Vitamin E	1,06	1,05
1306 Friterad fisk Vitamin K	1	1
1306 Friterad fisk Tiamin	0,14	0,14
1306 Friterad fisk Riboflavin	0,07	0,07
1306 Friterad fisk Vitamin C	0	0
1306 Friterad fisk Niacin	2,9	2,9
1306 Friterad fisk Niacinekviv	5,7	5,6
1306 Friterad fisk Vitamin B1	0,55	0,54
1306 Friterad fisk Vitamin B6	0,17	0,16
1306 Friterad fisk Folat	8	8
1306 Friterad fisk Salt	0,5	0,4
1306 Friterad fisk Summa långa	0	0
1309 Regnbågsgula Summa mättade	2,9	2,8
1309 Regnbågsgula Summa enomättade	5,6	5,6
1309 Regnbågsgula Summa fleromättade	5,2	5,1
1309 Regnbågsgula Fettsyra 12	0	0
1309 Regnbågsgula Fettsyra 14	0,3	0,3
1309 Regnbågsgula Fettsyra 16	1,9	1,8
1309 Regnbågsgula Fettsyra 18	0,5	0,5
1309 Regnbågsgula Fettsyra 20	0	0
1309 Regnbågsgula Fettsyra 16	0,6	0,6
1309 Regnbågsgula Fettsyra 18	4,4	4,4
1309 Regnbågsgula Fettsyra 18	1,3	1,3
1309 Regnbågsgula Fettsyra 18	0,5	0,5

1309	Regnbågsla Fettsyra 20	0,1	0,1
1309	Regnbågsla EPA (Fettsy	0,7	0,6
1309	Regnbågsla DPA (Fettsy	0,2	0,2
1309	Regnbågsla DHA (Fettsy	2	1,8
1309	Regnbågsla Summa tra	0	0
1309	Regnbågsla Kolesterol	61	57,5
1309	Regnbågsla Monosacke	0,1	0,1
1309	Regnbågsla Disackaride	0,1	0,1
1309	Regnbågsla Sackaros	0	0
1309	Regnbågsla Energi (kJ)	960	918
1309	Regnbågsla Energi (kca	230	219
1309	Regnbågsla Aska	2,3	2,2
1309	Regnbågsla Vatten	58,8	61,2
1309	Regnbågsla Avfall (skal	42	40
1309	Regnbågsla Kolhydrat	2,6	2,6
1309	Regnbågsla Protein	21	19,8
1309	Regnbågsla Fibrer	0,2	0,2
1309	Regnbågsla Fett	15,1	14,5
1309	Regnbågsla Fosfor	280	264
1309	Regnbågsla Jod	43	41
1309	Regnbågsla Järn	0,52	0,49
1309	Regnbågsla Kalcium	80	75
1309	Regnbågsla Kalium	476	449
1309	Regnbågsla Magnesium	30	28
1309	Regnbågsla Natrium	444	418
1309	Regnbågsla Selen	28,9	27,2
1309	Regnbågsla Zink	0,5	0,47
1309	Regnbågsla Retinolekvi	73	69
1309	Regnbågsla Retinol	33	31
1309	Regnbågsla Vitamin D	15,59	14,68
1309	Regnbågsla Vitamin E	3,04	2,86
1309	Regnbågsla Vitamin K	0	
1309	Regnbågsla Tiamin	0,09	0,08
1309	Regnbågsla Riboflavin	0,18	0,17
1309	Regnbågsla Niacin	9,4	8,8
1309	Regnbågsla Niacinekviv	13,2	12,5
1309	Regnbågsla Vitamin B1	4,72	4,44
1309	Regnbågsla Vitamin B6	0,62	0,58
1309	Regnbågsla Folat	22	21
1309	Regnbågsla Fullkorn to	1	1
1309	Regnbågsla Salt	1,1	1
1311	Gädda pan Summa mä	0,9	1
1311	Gädda pan Summa enl	3,4	3,7
1311	Gädda pan Summa flei	1,7	1,9
1311	Gädda pan Fettsyra 16	0,5	0,5
1311	Gädda pan Fettsyra 18	0,2	0,2
1311	Gädda pan Fettsyra 18	3,3	3,7
1311	Gädda pan Fettsyra 18	1,1	1,2
1311	Gädda pan Fettsyra 18	0,4	0,5
1311	Gädda pan Summa tra	0,1	0

1311 Gädpa Energi (kJ)	721	737
1311 Gädpa Energi (kca)	172	176
1311 Gädpa Kolhydrate	5,3	5,5
1311 Gädpa Protein	22,7	22,6
1311 Gädpa Fett	6,6	6,9
1311 Gädpa Vitamin K	3	3
1311 Gädpa Niacinekviv	7,4	7,4
1313 Hälleflundr Summa mä	1,6	1,6
1313 Hälleflundr Summa enl	4,5	4,8
1313 Hälleflundr Summa flei	2,8	2,9
1313 Hälleflundr Fettsyra 16	0,9	1
1313 Hälleflundr Fettsyra 18	0,3	0,3
1313 Hälleflundr Fettsyra 18	3,6	3,9
1313 Hälleflundr Fettsyra 18	1	1,1
1313 Hälleflundr Fettsyra 18	0,4	0,4
1313 Hälleflundr Summa tra	0	0
1313 Hälleflundr Energi (kJ)	743	757
1313 Hälleflundr Energi (kca)	178	181
1313 Hälleflundr Kolhydrate	4	4,2
1313 Hälleflundr Protein	18,6	18,5
1313 Hälleflundr Fett	9,6	10
1313 Hälleflundr Vitamin K	2	2
1313 Hälleflundr Niacinekviv	11,1	11,1
1314 Kolja kokt ( Summa mä	0,1	0,1
1314 Kolja kokt ( Summa enl	0,1	0,1
1314 Kolja kokt ( Summa flei	0,3	0,3
1314 Kolja kokt ( Fettsyra 14	0	0
1314 Kolja kokt ( Fettsyra 16	0,1	0,1
1314 Kolja kokt ( Fettsyra 18	0	0
1314 Kolja kokt ( Fettsyra 16	0	0
1314 Kolja kokt ( Fettsyra 18	0	0
1314 Kolja kokt ( Fettsyra 20	0	0
1314 Kolja kokt ( EPA (Fettsy	0,1	0,1
1314 Kolja kokt ( DPA (Fettsy	0	0
1314 Kolja kokt ( DHA (Fettsy	0,2	0,2
1314 Kolja kokt ( Kolesterol	69,8	69,5
1314 Kolja kokt ( Energi (kJ)	390	388
1314 Kolja kokt ( Energi (kca)	93	93
1314 Kolja kokt ( Aska	1,8	2,2
1314 Kolja kokt ( Vatten	76,1	75,8
1314 Kolja kokt ( Avfall (skal	60	60
1314 Kolja kokt ( Protein	21,4	21,3
1314 Kolja kokt ( Fett	0,7	0,7
1314 Kolja kokt ( Fosfor	256	255
1314 Kolja kokt ( Jod	19	42
1314 Kolja kokt ( Järn	0,58	0,59
1314 Kolja kokt ( Kalcium	42	43
1314 Kolja kokt ( Kalium	355	353
1314 Kolja kokt ( Magnesium	28	28
1314 Kolja kokt ( Natrium	218	404

1314 Kolja kokt ( Selen	23,3	23,2
1314 Kolja kokt ( Zink	0,35	0,35
1314 Kolja kokt ( Retinolekvi	3	3
1314 Kolja kokt ( Retinol	3	3
1314 Kolja kokt ( Vitamin D	0,81	0,81
1314 Kolja kokt ( Vitamin E	0,45	0,45
1314 Kolja kokt ( Tiamin	0,04	0,04
1314 Kolja kokt ( Riboflavin	0,07	0,07
1314 Kolja kokt ( Niacin	3,5	3,5
1314 Kolja kokt ( Niacinekviv	7,4	7,4
1314 Kolja kokt ( Vitamin B1	1,36	1,35
1314 Kolja kokt ( Vitamin B6	0,2	0,2
1314 Kolja kokt ( Folat	8	8
1314 Kolja kokt ( Salt	0,5	1
1315 Kolja paner Summa mä	0,8	0,9
1315 Kolja paner Summa enl	2,9	3,2
1315 Kolja paner Summa flei	1,6	1,7
1315 Kolja paner Fettsyra 16	0,5	0,5
1315 Kolja paner Fettsyra 18	0,2	0,2
1315 Kolja paner Fettsyra 18	2,9	3,1
1315 Kolja paner Fettsyra 18	0,9	1
1315 Kolja paner Fettsyra 18	0,4	0,4
1315 Kolja paner Summa tra	0	0
1315 Kolja paner Energi (kJ)	606	619
1315 Kolja paner Energi (kca	145	148
1315 Kolja paner Kolhydrate	5,4	5,6
1315 Kolja paner Protein	17,2	17,1
1315 Kolja paner Fett	5,9	6,2
1315 Kolja paner Vitamin K	3	2
1315 Kolja paner Niacinekviv	5,9	5,8
1318 Makrill kok Summa mä	4,4	4,3
1318 Makrill kok Summa enl	5,6	5,4
1318 Makrill kok Summa flei	4,4	4,2
1318 Makrill kok Fettsyra 14	0,8	0,8
1318 Makrill kok Fettsyra 16	2,8	2,7
1318 Makrill kok Fettsyra 18	0,6	0,6
1318 Makrill kok Fettsyra 20	0	0
1318 Makrill kok Fettsyra 16	0,7	0,7
1318 Makrill kok Fettsyra 18	2,5	2,4
1318 Makrill kok Fettsyra 18	0,3	0,2
1318 Makrill kok Fettsyra 18	0,2	0,2
1318 Makrill kok Fettsyra 20	0,2	0,2
1318 Makrill kok EPA (Fettsy	0,9	0,9
1318 Makrill kok DPA (Fettsy	0,2	0,2
1318 Makrill kok DHA (Fetts'	1,8	1,8
1318 Makrill kok Kolesterol	53,3	51,5
1318 Makrill kok Energi (kJ)	985	951
1318 Makrill kok Energi (kca	235	227
1318 Makrill kok Aska	3,6	3,3
1318 Makrill kok Vatten	57,9	59,6



1318 Makrill kok Avfall (skal	45	43
1318 Makrill kok Protein	21,9	21,2
1318 Makrill kok Fett	16,5	16
1318 Makrill kok Fosfor	263	254
1318 Makrill kok Jod	86	74
1318 Makrill kok Järn	0,71	0,69
1318 Makrill kok Kalcium	10	9
1318 Makrill kok Kalium	506	489
1318 Makrill kok Magnesium	33	32
1318 Makrill kok Natrium	255	171
1318 Makrill kok Selen	40,5	39,2
1318 Makrill kok Zink	0,36	0,35
1318 Makrill kok Retinolekvi	43	42
1318 Makrill kok Retinol	43	42
1318 Makrill kok Vitamin D	13,99	13,51
1318 Makrill kok Vitamin E	0,3	0,28
1318 Makrill kok Vitamin K	0	0
1318 Makrill kok Tiamin	0,13	0,12
1318 Makrill kok Riboflavin	0,19	0,18
1318 Makrill kok Niacin	12,9	12,5
1318 Makrill kok Niacinekviv	16,9	16,4
1318 Makrill kok Vitamin B1	6,67	6,44
1318 Makrill kok Vitamin B6	0,75	0,73
1318 Makrill kok Folat	9	8
1318 Makrill kok Salt	0,6	0,4
1319 Makrill pan Summa mä	4,4	4,3
1319 Makrill pan Summa enl	7,5	7,6
1319 Makrill pan Summa flei	5,1	5,1
1319 Makrill pan Fettsyra 12	0	0
1319 Makrill pan Fettsyra 14	0,7	0,7
1319 Makrill pan Fettsyra 16	2,7	2,6
1319 Makrill pan Fettsyra 18	0,6	0,6
1319 Makrill pan Fettsyra 20	0	0
1319 Makrill pan Fettsyra 16	0,6	0,6
1319 Makrill pan Fettsyra 18	4,8	4,9
1319 Makrill pan Fettsyra 18	1,1	1,1
1319 Makrill pan Fettsyra 18	0,5	0,6
1319 Makrill pan Fettsyra 20	0,2	0,2
1319 Makrill pan EPA (Fettsy	0,8	0,7
1319 Makrill pan DPA (Fettsy	0,2	0,2
1319 Makrill pan DHA (Fettsy	1,6	1,5
1319 Makrill pan Summa tra	0	0
1319 Makrill pan Kolesterol	46,7	45,1
1319 Makrill pan Monosacke	0,1	0,1
1319 Makrill pan Disackaride	0,1	0,1
1319 Makrill pan Sackaros	0	0
1319 Makrill pan Energi (kJ)	1137	1112
1319 Makrill pan Energi (kca	272	266
1319 Makrill pan Aska	3,8	3,7
1319 Makrill pan Vatten	51,7	53,4

1319 Makrill pan Avfall (skal	39	38
1319 Makrill pan Kolhydrate	5,1	5,1
1319 Makrill pan Protein	19,9	19,2
1319 Makrill pan Fibrer	0,3	0,3
1319 Makrill pan Fett	19,2	18,8
1319 Makrill pan Fosfor	243	234
1319 Makrill pan Jod	100	96
1319 Makrill pan Järn	0,74	0,72
1319 Makrill pan Kalcium	12	11
1319 Makrill pan Kalium	460	444
1319 Makrill pan Magnesium	33	31
1319 Makrill pan Natrium	464	447
1319 Makrill pan Selen	35,6	34,4
1319 Makrill pan Zink	0,41	0,39
1319 Makrill pan Retinolekvi	79	76
1319 Makrill pan Retinol	38	36
1319 Makrill pan Vitamin D	12,77	12,32
1319 Makrill pan Vitamin E	1,25	1,2
1319 Makrill pan Vitamin K	1	0
1319 Makrill pan Tiamin	0,13	0,13
1319 Makrill pan Riboflavin	0,15	0,15
1319 Makrill pan Vitamin C	0	0
1319 Makrill pan Niacin	11,5	11,1
1319 Makrill pan Niacinekviv	15,1	14,6
1319 Makrill pan Vitamin B1	5,51	5,32
1319 Makrill pan Vitamin B6	0,56	0,55
1319 Makrill pan Folat	10	10
1319 Makrill pan Fullkorn to	1	1
1319 Makrill pan Salt	1,2	1,1
1323 Rödspättaf Summa mä	0,8	0,9
1323 Rödspättaf Summa enl	2,9	3,1
1323 Rödspättaf Summa flei	1,5	1,6
1323 Rödspättaf Fettsyra 16	0,5	0,5
1323 Rödspättaf Fettsyra 18	0,2	0,2
1323 Rödspättaf Fettsyra 18	2,8	3
1323 Rödspättaf Fettsyra 18	0,9	1
1323 Rödspättaf Fettsyra 18	0,3	0,4
1323 Rödspättaf Summa tra	0	0
1323 Rödspättaf Energi (kJ)	666	680
1323 Rödspättaf Energi (kca	159	162
1323 Rödspättaf Kolhydrate	6	6,2
1323 Rödspättaf Protein	20,4	20,3
1323 Rödspättaf Fett	5,8	6,1
1323 Rödspättaf Vitamin K	4	4
1323 Rödspättaf Niacinekviv	8,7	8,7
1324 Rödspättaf Summa mä	0,1	0,1
1324 Rödspättaf Summa enl	0,1	0,1
1324 Rödspättaf Summa flei	0,2	0,2
1324 Rödspättaf Fettsyra 14	0	0
1324 Rödspättaf Fettsyra 16	0,1	0,1

1324 Rödspättaf Fettsyra 18	0	0
1324 Rödspättaf Fettsyra 16	0	0
1324 Rödspättaf Fettsyra 18	0,1	0,1
1324 Rödspättaf Fettsyra 20	0	0
1324 Rödspättaf EPA (Fettsy	0,1	0,1
1324 Rödspättaf DPA (Fettsy	0	0
1324 Rödspättaf DHA (Fettsy	0,1	0,1
1324 Rödspättaf Kolesterol	58,2	57,8
1324 Rödspättaf Energi (kJ)	398	395
1324 Rödspättaf Energi (kca	95	94
1324 Rödspättaf Aska	2,3	1,7
1324 Rödspättaf Vatten	75,1	75,8
1324 Rödspättaf Avfall (skal	51	51
1324 Rödspättaf Protein	22	21,9
1324 Rödspättaf Fett	0,6	0,6
1324 Rödspättaf Fosfor	193	192
1324 Rödspättaf Jod	85	59
1324 Rödspättaf Järn	0,08	0,08
1324 Rödspättaf Kalcium	14	13
1324 Rödspättaf Kalium	430	426
1324 Rödspättaf Magnesium	26	25
1324 Rödspättaf Natrium	517	308
1324 Rödspättaf Selen	30,2	30
1324 Rödspättaf Zink	0,45	0,45
1324 Rödspättaf Vitamin D	2,05	2,04
1324 Rödspättaf Vitamin E	0,44	0,43
1324 Rödspättaf Vitamin K	0	0
1324 Rödspättaf Tiamin	0,33	0,33
1324 Rödspättaf Riboflavin	0,07	0,07
1324 Rödspättaf Niacin	5,7	5,6
1324 Rödspättaf Niacinekviv	9,7	9,6
1324 Rödspättaf Vitamin B1	0,62	0,62
1324 Rödspättaf Vitamin B6	0,24	0,24
1324 Rödspättaf Folat	9	9
1324 Rödspättaf Salt	1,3	0,8
1324 Rödspättaf Summa lå	0,2	0,2
1326 Sik panerac Summa mä	0,8	0,9
1326 Sik panerac Summa enl	3	3,3
1326 Sik panerac Summa flei	1,5	1,7
1326 Sik panerac Fettsyra 16	0,5	0,5
1326 Sik panerac Fettsyra 18	0,2	0,2
1326 Sik panerac Fettsyra 18	2,9	3,2
1326 Sik panerac Fettsyra 18	0,9	1
1326 Sik panerac Fettsyra 18	0,4	0,4
1326 Sik panerac Summa tra	0	0
1326 Sik panerac Energi (kJ)	635	649
1326 Sik panerac Energi (kca	152	155
1326 Sik panerac Kolhydrate	4,5	4,7
1326 Sik panerac Protein	19,8	19,8
1326 Sik panerac Fett	5,9	6,3

1326 Sill panerac Vitamin K	3	3
1326 Sill panerac Niacinekviv	9,2	9,2
1328 Sill panerac Summa mä	4,6	2,4
1328 Sill panerac Summa enl	10,1	6,3
1328 Sill panerac Summa flei	6	3,7
1328 Sill panerac Fettsyra 12	0	0
1328 Sill panerac Fettsyra 14	1,2	0,6
1328 Sill panerac Fettsyra 16	2,7	1,3
1328 Sill panerac Fettsyra 18	0,3	0,2
1328 Sill panerac Fettsyra 20	0	0
1328 Sill panerac Fettsyra 16	1	0,3
1328 Sill panerac Fettsyra 18	5	3,7
1328 Sill panerac Fettsyra 18	1,4	1,2
1328 Sill panerac Fettsyra 18	0,7	0,6
1328 Sill panerac Fettsyra 20	0,1	0,1
1328 Sill panerac EPA (Fettsy	1	0,4
1328 Sill panerac DPA (Fettsy	0,1	0,1
1328 Sill panerac DHA (Fettsy	1,6	0,9
1328 Sill panerac Summa tra	0	0
1328 Sill panerac Kolesterol	83,7	53,2
1328 Sill panerac Monosacka	0	0
1328 Sill panerac Disackaride	0,1	0,1
1328 Sill panerac Sackaros	0,1	0,1
1328 Sill panerac Energi (kJ)	1192	850
1328 Sill panerac Energi (kca	285	203
1328 Sill panerac Aska	2,6	3
1328 Sill panerac Vatten	53,3	61,6
1328 Sill panerac Avfall (skal	29	28
1328 Sill panerac Kolhydrate	4,2	4,1
1328 Sill panerac Protein	16,5	16,2
1328 Sill panerac Fibrer	1	0,9
1328 Sill panerac Fett	22,5	13,4
1328 Sill panerac Fosfor	135	284
1328 Sill panerac Jod	119	98
1328 Sill panerac Järn	1,11	0,81
1328 Sill panerac Kalcium	65	56
1328 Sill panerac Kalium	337	341
1328 Sill panerac Magnesium	32	42
1328 Sill panerac Natrium	582	688
1328 Sill panerac Selen	17,4	23,6
1328 Sill panerac Zink	0,63	1,47
1328 Sill panerac Retinolekvi	79	49
1328 Sill panerac Retinol	35	6
1328 Sill panerac Vitamin D	12,1	5,93
1328 Sill panerac Vitamin E	2,07	1,67
1328 Sill panerac Vitamin K		0
1328 Sill panerac Tiamin	0,12	0,02
1328 Sill panerac Riboflavin	0,15	0,16
1328 Sill panerac Niacin	3,4	4,7
1328 Sill panerac Niacinekviv	6,5	7,6

1328 Sill panerac Vitamin B1	4,25	6,97
1328 Sill panerac Vitamin B6	0,3	0,24
1328 Sill panerac Folat	6	10
1328 Sill panerac Summa n-3 fettsyror		1,8
1328 Sill panerac Summa n-6 fettsyror		0,3
1328 Sill panerac Fullkorn to	7	7
1328 Sill panerac Salt	1,5	1,7
1328 Sill panerac Summa långa n-3 fetts		1,4
1329 Strömming Summa mä	3,4	1,3
1329 Strömming Summa enl	4	1,7
1329 Strömming Summa flei	3,9	1,6
1329 Strömming Fettsyra 14	0,8	0,3
1329 Strömming Fettsyra 16	2,3	0,8
1329 Strömming Fettsyra 18	0,1	0,1
1329 Strömming Fettsyra 20	0	0
1329 Strömming Fettsyra 16	1	0,2
1329 Strömming Fettsyra 18	2,7	0,9
1329 Strömming Fettsyra 18	0,7	0,2
1329 Strömming Fettsyra 18	0,4	0,1
1329 Strömming Fettsyra 20	0	0,1
1329 Strömming EPA (Fettsy	0,8	0,3
1329 Strömming DPA (Fettsy	0	0
1329 Strömming DHA (Fettsy	1,1	0,6
1329 Strömming Kolesterol	121	91,2
1329 Strömming Energi (kJ)	833	562
1329 Strömming Energi (kca	199	134
1329 Strömming Aska	2,2	2,5
1329 Strömming Vatten	63,5	69,4
1329 Strömming Avfall (skal	56	52
1329 Strömming Protein	21,8	22,3
1329 Strömming Fett	12,5	5
1329 Strömming Fosfor	310	344
1329 Strömming Jod	64	58
1329 Strömming Järn	0,95	0,98
1329 Strömming Kalcium	68	91
1329 Strömming Kalium	464	508
1329 Strömming Magnesiur	41	40
1329 Strömming Natrium	240	254
1329 Strömming Selen	24,2	31,9
1329 Strömming Zink	1,35	2,18
1329 Strömming Retinolekvi	16	21
1329 Strömming Retinol	15	21
1329 Strömming Vitamin D	12,37	10,15
1329 Strömming Vitamin E	2,69	1,04
1329 Strömming $\beta$ -Karoten	7	0
1329 Strömming Vitamin K		0
1329 Strömming Tiamin	0,13	0,01
1329 Strömming Riboflavin	0,19	0,19
1329 Strömming Niacin	3,5	4,7
1329 Strömming Niacinekviv	7,5	8,7

1329 Strömming Vitamin B1	12,1	10,38
1329 Strömming Vitamin B6	0,47	0,27
1329 Strömming Folat	5	15
1329 Strömming Summa n-3	0,8	1,3
1329 Strömming Summa n-6	0,2	0,2
1329 Strömming Salt	0,6	0,6
1329 Strömming Summa lån	0,7	1
1330 Strömming Summa mä	3	1,5
1330 Strömming Summa enl	5,5	4,1
1330 Strömming Summa flei	4,2	2,6
1330 Strömming Fettsyra 12	0	0
1330 Strömming Fettsyra 14	0,6	0,2
1330 Strömming Fettsyra 16	1,9	0,9
1330 Strömming Fettsyra 18	0,2	0,2
1330 Strömming Fettsyra 20	0	0
1330 Strömming Fettsyra 16	0,7	0,2
1330 Strömming Fettsyra 18	4,6	3,5
1330 Strömming Fettsyra 18	1,4	1,1
1330 Strömming Fettsyra 18	0,7	0,5
1330 Strömming Fettsyra 20	0	0
1330 Strömming EPA (Fettsy	0,6	0,3
1330 Strömming DPA (Fettsy	0	0
1330 Strömming DHA (Fettsy	0,8	0,5
1330 Strömming Summa tra	0	0
1330 Strömming Kolesterol	88,6	70,6
1330 Strömming Monosacke	0	0
1330 Strömming Disackaride	0,1	0,1
1330 Strömming Sackaros	0	0
1330 Strömming Energi (kJ)	847	683
1330 Strömming Energi (kca	203	163
1330 Strömming Aska	2,5	2,7
1330 Strömming Vatten	63,4	66,8
1330 Strömming Avfall (skal	41	40
1330 Strömming Kolhydrat	3,4	3,3
1330 Strömming Protein	16,4	17,7
1330 Strömming Fibrer	0,6	0,6
1330 Strömming Fett	13,7	8,7
1330 Strömming Fosfor	244	283
1330 Strömming Jod	82	80
1330 Strömming Järn	0,85	0,91
1330 Strömming Kalcium	53	73
1330 Strömming Kalium	359	412
1330 Strömming Magnesium	35	36
1330 Strömming Natrium	487	499
1330 Strömming Selen	17,8	24,7
1330 Strömming Zink	1,08	1,79
1330 Strömming Retinolekvi	54	58
1330 Strömming Retinol	11	16
1330 Strömming Vitamin D	9,59	8,38
1330 Strömming Vitamin E	2,95	1,76

1330 Strömning $\beta$ -Karoten	5	0
1330 Strömning Vitamin K	0	0
1330 Strömning Tiamin	0,11	0,02
1330 Strömning Riboflavin	0,13	0,14
1330 Strömning Vitamin C	0	0
1330 Strömning Niacin	2,6	3,7
1330 Strömning Niacinekviv	5,7	6,9
1330 Strömning Vitamin B1	8,37	7,59
1330 Strömning Vitamin B6	0,3	0,19
1330 Strömning Folat	5	14
1330 Strömning Summa n-3	0,6	1
1330 Strömning Summa n-6	0,1	0,2
1330 Strömning Fullkorn to	4	4
1330 Strömning Salt	1,2	1,3
1330 Strömning Summa lån	0,5	0,8
1332 Kräftström Summa mä	1,7	0,7
1332 Kräftström Summa enl	1,9	0,9
1332 Kräftström Summa flei	1,9	0,9
1332 Kräftström Fettsyra 14	0,4	0,2
1332 Kräftström Fettsyra 16	1,1	0,5
1332 Kräftström Fettsyra 18	0,1	0
1332 Kräftström Fettsyra 20	0	0
1332 Kräftström Fettsyra 16	0,5	0,1
1332 Kräftström Fettsyra 18	1,3	0,5
1332 Kräftström Fettsyra 18	0,4	0,1
1332 Kräftström Fettsyra 18	0,2	0,1
1332 Kräftström Fettsyra 20	0	0
1332 Kräftström EPA (Fettsy	0,4	0,2
1332 Kräftström DPA (Fettsy	0	0
1332 Kräftström DHA (Fettsy	0,5	0,3
1332 Kräftström Kolesterol	58,8	47,2
1332 Kräftström Monosacke	0,9	0,9
1332 Kräftström Disackaride	0	0
1332 Kräftström Sackaros	0	0
1332 Kräftström Energi (kJ)	438	324
1332 Kräftström Energi (kca	105	78
1332 Kräftström Aska	1,6	1,8
1332 Kräftström Vatten	79,4	81,3
1332 Kräftström Avfall (skal	27	27
1332 Kräftström Kolhydrat	1	0,9
1332 Kräftström Protein	11	11,9
1332 Kräftström Fibrer	0,8	0,8
1332 Kräftström Fett	6,2	2,7
1332 Kräftström Fosfor	159	187
1332 Kräftström Jod	39	38
1332 Kräftström Järn	0,7	0,74
1332 Kräftström Kalcium	47	60
1332 Kräftström Kalium	326	362
1332 Kräftström Magnesium	25	26
1332 Kräftström Natrium	248	261

1332 Kräftström Selen	12	16,7
1332 Kräftström Zink	0,8	1,27
1332 Kräftström Retinolekvi	17	20
1332 Kräftström Retinol	7	11
1332 Kräftström Vitamin D	6,01	5,26
1332 Kräftström Vitamin E	1,64	0,87
1332 Kräftström $\beta$ -Karoten	118	112
1332 Kräftström Vitamin K		0
1332 Kräftström Tiamin	0,08	0,02
1332 Kräftström Riboflavin	0,09	0,1
1332 Kräftström Vitamin C	3	3
1332 Kräftström Niacin	2	2,7
1332 Kräftström Niacinekviv	4	4,9
1332 Kräftström Vitamin B1	5,55	5,08
1332 Kräftström Vitamin B6	0,24	0,16
1332 Kräftström Folat	10	16
1332 Kräftström Summa n-3	0,4	0,6
1332 Kräftström Summa n-6	0,1	0,1
1332 Kräftström Salt	0,6	0,7
1332 Kräftström Summa lån	0,3	0,5
1333 Strömning Summa mä	2,8	1,1
1333 Strömning Summa enl	3,4	1,5
1333 Strömning Summa flel	3,3	1,4
1333 Strömning Fettsyra 14	0,7	0,3
1333 Strömning Fettsyra 16	2	0,7
1333 Strömning Fettsyra 18	0,1	0,1
1333 Strömning Fettsyra 20	0	0
1333 Strömning Fettsyra 16	0,8	0,2
1333 Strömning Fettsyra 18	2,3	0,8
1333 Strömning Fettsyra 18	0,6	0,2
1333 Strömning Fettsyra 18	0,3	0,1
1333 Strömning Fettsyra 20	0	0,1
1333 Strömning EPA (Fettsy	0,6	0,3
1333 Strömning DPA (Fettsy	0	0
1333 Strömning DHA (Fettsy	0,9	0,6
1333 Strömning Kolesterol	102,3	80,7
1333 Strömning Energi (kJ)	704	497
1333 Strömning Energi (kca	168	119
1333 Strömning Aska	2,6	2,9
1333 Strömning Vatten	68,4	72,3
1333 Strömning Avfall (skal	48	46
1333 Strömning Protein	18,4	19,7
1333 Strömning Fett	10,6	4,4
1333 Strömning Fosfor	262	305
1333 Strömning Jod	91	87
1333 Strömning Järn	0,8	0,87
1333 Strömning Kalcium	59	81
1333 Strömning Kalium	392	450
1333 Strömning Magnesium	34	36
1333 Strömning Natrium	495	507



1333 Strömming Selen	20,5	28,2
1333 Strömming Zink	1,14	1,93
1333 Strömming Retinolekvi	13	19
1333 Strömming Retinol	13	19
1333 Strömming Vitamin D	10,45	8,98
1333 Strömming Vitamin E	2,27	0,92
1333 Strömming $\beta$ -Karoten	6	0
1333 Strömming Vitamin K		0
1333 Strömming Tiamin	0,11	0,01
1333 Strömming Riboflavin	0,15	0,15
1333 Strömming Niacin	3	4,1
1333 Strömming Niacinekviv	6,3	7,7
1333 Strömming Vitamin B1	9,66	8,67
1333 Strömming Vitamin B6	0,34	0,2
1333 Strömming Folat	4	14
1333 Strömming Summa n-3	0,7	1,1
1333 Strömming Summa n-6	0,1	0,2
1333 Strömming Salt	1,2	1,3
1333 Strömming Summa lån	0,6	0,9
1335 Torskfilé kc Summa mä	0,1	0,1
1335 Torskfilé kc Summa enl	0,1	0,1
1335 Torskfilé kc Summa flel	0,3	0,2
1335 Torskfilé kc Fettsyra 16	0,1	0,1
1335 Torskfilé kc Fettsyra 18	0	0
1335 Torskfilé kc Fettsyra 16	0	0
1335 Torskfilé kc Fettsyra 18	0,1	0
1335 Torskfilé kc Fettsyra 18	0	0
1335 Torskfilé kc Fettsyra 20	0	0
1335 Torskfilé kc EPA (Fettsy	0,1	0
1335 Torskfilé kc DPA (Fettsy	0	0
1335 Torskfilé kc DHA (Fettsy	0,2	0,2
1335 Torskfilé kc Kolesterol	57,2	53,9
1335 Torskfilé kc Energi (kJ)	361	365
1335 Torskfilé kc Energi (kca	86	87
1335 Torskfilé kc Aska	1,7	1,6
1335 Torskfilé kc Vatten	78,1	78,5
1335 Torskfilé kc Avfall (skal	39	38
1335 Torskfilé kc Protein	19,5	20,3
1335 Torskfilé kc Fett	0,8	0,6
1335 Torskfilé kc Fosfor	218	242
1335 Torskfilé kc Jod	83	220
1335 Torskfilé kc Järn	0,23	0,14
1335 Torskfilé kc Kalcium	19	14
1335 Torskfilé kc Kalium	407	448
1335 Torskfilé kc Magnesium	32	30
1335 Torskfilé kc Natrium	216	220
1335 Torskfilé kc Selen	30,9	30,4
1335 Torskfilé kc Zink	0,46	0,66
1335 Torskfilé kc Retinolekvi	0	3
1335 Torskfilé kc Retinol	0	3

1335 Torskfilé kc Vitamin D	1,14	2,05
1335 Torskfilé kc Vitamin E	1,14	0,75
1335 Torskfilé kc Vitamin K		0
1335 Torskfilé kc Tiamin	0,05	0,05
1335 Torskfilé kc Riboflavin	0,04	0,05
1335 Torskfilé kc Vitamin C	2	0
1335 Torskfilé kc Niacin	2,3	2,4
1335 Torskfilé kc Niacinekviv	5,9	6,1
1335 Torskfilé kc Vitamin B1	0,82	1,41
1335 Torskfilé kc Vitamin B6	0,25	0,15
1335 Torskfilé kc Folat	10	11
1335 Torskfilé kc Summa n-3 fettsyror		0,2
1335 Torskfilé kc Summa n-6 fettsyror		0
1335 Torskfilé kc Salt	0,5	0,6
1335 Torskfilé kc Summa långa n-3 fetts		0,2
1336 Torsk pane Summa mä	0,8	0,9
1336 Torsk pane Summa enl	2,8	3
1336 Torsk pane Summa flel	1,5	1,6
1336 Torsk pane Fettsyra 12	0	0
1336 Torsk pane Fettsyra 14	0	0
1336 Torsk pane Fettsyra 16	0,5	0,5
1336 Torsk pane Fettsyra 18	0,2	0,2
1336 Torsk pane Fettsyra 20	0	0
1336 Torsk pane Fettsyra 16	0	0
1336 Torsk pane Fettsyra 18	2,7	3
1336 Torsk pane Fettsyra 18	0,9	1
1336 Torsk pane Fettsyra 18	0,3	0,4
1336 Torsk pane Fettsyra 20	0	0
1336 Torsk pane EPA (Fettsy	0,1	0
1336 Torsk pane DPA (Fettsy	0	0
1336 Torsk pane DHA (Fettsy	0,2	0,1
1336 Torsk pane Summa tra	0	0
1336 Torsk pane Kolesterol	77,8	76,5
1336 Torsk pane Monosacke	0,1	0,1
1336 Torsk pane Disackaride	0,1	0,1
1336 Torsk pane Sackaros	0	0
1336 Torsk pane Energi (kJ)	567	591
1336 Torsk pane Energi (kca	136	141
1336 Torsk pane Aska	2	2
1336 Torsk pane Vatten	71,2	71
1336 Torsk pane Avfall (skal	30	30
1336 Torsk pane Kolhydrate	4,5	4,7
1336 Torsk pane Protein	16,2	17,2
1336 Torsk pane Fibrer	0,3	0,3
1336 Torsk pane Fett	5,7	5,9
1336 Torsk pane Fosfor	191	214
1336 Torsk pane Jod	92	197
1336 Torsk pane Järn	0,45	0,39
1336 Torsk pane Kalcium	23	19
1336 Torsk pane Kalium	327	367

1336 Torsk pane Magnesium	28	27
1336 Torsk pane Natrium	435	442
1336 Torsk pane Selen	25,2	25,5
1336 Torsk pane Zink	0,55	0,72
1336 Torsk pane Retinolekvi	61	63
1336 Torsk pane Retinol	25	26
1336 Torsk pane Vitamin D	1,45	2,15
1336 Torsk pane Vitamin E	2,3	2,02
1336 Torsk pane Vitamin K	3	3
1336 Torsk pane Tiamin	0,06	0,06
1336 Torsk pane Riboflavin	0,08	0,08
1336 Torsk pane Vitamin C	1	0
1336 Torsk pane Niacin	1,8	2
1336 Torsk pane Niacinekviv	4,9	5,2
1336 Torsk pane Vitamin B1	0,7	1,14
1336 Torsk pane Vitamin B6	0,17	0,12
1336 Torsk pane Folat	16	17
1336 Torsk pane Summa n-3	0	0,2
1336 Torsk pane Summa n-6	0,1	0,2
1336 Torsk pane Fullkorn to	1	1
1336 Torsk pane Salt	1,1	1,1
1336 Torsk pane Summa lån	0	0,2
1337 Torsk opan Summa mä	0,1	0,1
1337 Torsk opan Summa enl	0,1	0,1
1337 Torsk opan Summa flei	0,3	0,2
1337 Torsk opan Fettsyra 16	0,1	0,1
1337 Torsk opan Fettsyra 18	0	0
1337 Torsk opan Fettsyra 16	0	0
1337 Torsk opan Fettsyra 18	0,1	0
1337 Torsk opan Fettsyra 18	0	0
1337 Torsk opan Fettsyra 20	0	0
1337 Torsk opan EPA (Fettsy	0,1	0
1337 Torsk opan DPA (Fettsy	0	0
1337 Torsk opan DHA (Fettsy	0,2	0,2
1337 Torsk opan Kolesterol	54,3	51,6
1337 Torsk opan Energi (kJ)	342	350
1337 Torsk opan Energi (kca	82	84
1337 Torsk opan Aska	2,3	2,2
1337 Torsk opan Vatten	78,5	78,7
1337 Torsk opan Avfall (skal	37	36
1337 Torsk opan Protein	18,5	19,4
1337 Torsk opan Fett	0,8	0,5
1337 Torsk opan Fosfor	207	232
1337 Torsk opan Jod	114	245
1337 Torsk opan Järn	0,23	0,14
1337 Torsk opan Kalcium	19	14
1337 Torsk opan Kalium	386	429
1337 Torsk opan Magnesium	31	29
1337 Torsk opan Natrium	485	486
1337 Torsk opan Selen	29,3	29,1

1337 Torsk opan Zink	0,44	0,64
1337 Torsk opan Retinolekvi	0	2
1337 Torsk opan Retinol	0	2
1337 Torsk opan Vitamin D	1,09	1,96
1337 Torsk opan Vitamin E	1,09	0,71
1337 Torsk opan Vitamin K		0
1337 Torsk opan Tiamin	0,05	0,05
1337 Torsk opan Riboflavin	0,03	0,04
1337 Torsk opan Vitamin C	2	0
1337 Torsk opan Niacin	2,2	2,3
1337 Torsk opan Niacinekviv	5,6	5,9
1337 Torsk opan Vitamin B1	0,74	1,28
1337 Torsk opan Vitamin B6	0,2	0,12
1337 Torsk opan Folat	9	10
1337 Torsk opan Summa n-3 fettsyrur		0,2
1337 Torsk opan Summa n-6 fettsyrur		0
1337 Torsk opan Salt	1,2	1,2
1337 Torsk opan Summa långa n-3 fettsyrur		0,2
1339 Vitlingfilé p Summa mä	0,8	0,8
1339 Vitlingfilé p Summa enl	3	3,2
1339 Vitlingfilé p Summa flei	1,5	1,6
1339 Vitlingfilé p Fettsyra 16	0,4	0,5
1339 Vitlingfilé p Fettsyra 18	0,2	0,2
1339 Vitlingfilé p Fettsyra 18	2,9	3,1
1339 Vitlingfilé p Fettsyra 18	0,9	1
1339 Vitlingfilé p Fettsyra 18	0,4	0,4
1339 Vitlingfilé p Summa tra	0	0
1339 Vitlingfilé p Energi (kJ)	584	598
1339 Vitlingfilé p Energi (kca)	140	143
1339 Vitlingfilé p Kolhydrate	4,4	4,6
1339 Vitlingfilé p Protein	17,2	17,2
1339 Vitlingfilé p Fett	5,8	6,1
1339 Vitlingfilé p Vitamin K	3	2
1339 Vitlingfilé p Niacinekviv	5	5
1345 Fiskbullar n Summa mä	0,3	0,6
1345 Fiskbullar n Summa enl	0,6	1,6
1345 Fiskbullar n Summa flei	0,6	0,8
1345 Fiskbullar n Fettsyra 4:(	0	0,1
1345 Fiskbullar n Fettsyra 12	0	0
1345 Fiskbullar n Fettsyra 14	0	0,1
1345 Fiskbullar n Fettsyra 16	0,2	0,3
1345 Fiskbullar n Fettsyra 18	0,1	0,1
1345 Fiskbullar n Fettsyra 16	0	0
1345 Fiskbullar n Fettsyra 18	0,5	1,5
1345 Fiskbullar n Fettsyra 18	0,4	0,5
1345 Fiskbullar n Fettsyra 18	0,1	0,3
1345 Fiskbullar n Fettsyra 20	0	0
1345 Fiskbullar n EPA (Fettsy	0	0
1345 Fiskbullar n DHA (Fettsy	0	0
1345 Fiskbullar n Summa transfettsyrur		0

1345 Fiskbullar n Kolesterol	35	22,9
1345 Fiskbullar n Disackaride	0	0,6
1345 Fiskbullar n Energi (kJ)	273	369
1345 Fiskbullar n Energi (kca	65	88
1345 Fiskbullar n Aska	1,8	1,4
1345 Fiskbullar n Vatten	84	82
1345 Fiskbullar n Kolhydrate	6,2	7,4
1345 Fiskbullar n Protein	6,4	4,8
1345 Fiskbullar n Fett	1,6	4,4
1345 Fiskbullar n Fosfor	100	57
1345 Fiskbullar n Jod		28
1345 Fiskbullar n Kalcium	58	28
1345 Fiskbullar n Kalium	205	86
1345 Fiskbullar n Magnesium	11	9
1345 Fiskbullar n Natrium	860	492
1345 Fiskbullar n Selen	20	9,3
1345 Fiskbullar n Zink	0,4	0,33
1345 Fiskbullar n Retinolekvi	40	19
1345 Fiskbullar n Retinol	40	17
1345 Fiskbullar n Vitamin D	0,32	0,19
1345 Fiskbullar n Vitamin E	0,18	0,94
1345 Fiskbullar n $\beta$ -Karoten	0	22
1345 Fiskbullar n Vitamin K		5
1345 Fiskbullar n Tiamin	0,04	0
1345 Fiskbullar n Riboflavin	0,04	0,05
1345 Fiskbullar n Niacin	1	0,6
1345 Fiskbullar n Niacinekviv	2,2	1,5
1345 Fiskbullar n Vitamin B1	0,6	0,3
1345 Fiskbullar n Vitamin B6	0,06	0,02
1345 Fiskbullar n Folat	4	2
1345 Fiskbullar n Summa n-3 fettsyror		0,3
1345 Fiskbullar n Summa n-6 fettsyror		0,5
1345 Fiskbullar n Salt	2,2	1,2
1345 Fiskbullar n Summa långa n-3 fetts		0,1
1351 Fiskbullar p Summa mä	1,1	1,4
1351 Fiskbullar p Summa enl	3,6	4,6
1351 Fiskbullar p Summa flel	1,9	2,3
1351 Fiskbullar p Fettsyra 4:(	0	0
1351 Fiskbullar p Fettsyra 12	0	0
1351 Fiskbullar p Fettsyra 14	0	0,1
1351 Fiskbullar p Fettsyra 16	0,6	0,7
1351 Fiskbullar p Fettsyra 18	0,2	0,3
1351 Fiskbullar p Fettsyra 20	0	0
1351 Fiskbullar p Fettsyra 16	0	0
1351 Fiskbullar p Fettsyra 18	3,5	4,5
1351 Fiskbullar p Fettsyra 18	1,3	1,5
1351 Fiskbullar p Fettsyra 18	0,5	0,6
1351 Fiskbullar p Fettsyra 20	0	0
1351 Fiskbullar p EPA (Fettsy	0	0
1351 Fiskbullar p DHA (Fettsy	0	0

1351 Fiskbullar ꝑ Summa tra	0,1	0,1
1351 Fiskbullar ꝑ Kolesterol	58,1	48,5
1351 Fiskbullar ꝑ Monosackarid	0,2	0,2
1351 Fiskbullar ꝑ Disackarid	0,2	0,7
1351 Fiskbullar ꝑ Sackaros	0	0
1351 Fiskbullar ꝑ Energi (kJ)	579	668
1351 Fiskbullar ꝑ Energi (kcal)	138	160
1351 Fiskbullar ꝑ Aska	1,7	1,4
1351 Fiskbullar ꝑ Vatten	72,3	70,8
1351 Fiskbullar ꝑ Avfall (skal)	1	1
1351 Fiskbullar ꝑ Kolhydrat	11,2	12,4
1351 Fiskbullar ꝑ Protein	7,1	5,7
1351 Fiskbullar ꝑ Fibrer	0,4	0,4
1351 Fiskbullar ꝑ Fett	7,2	9,6
1351 Fiskbullar ꝑ Fosfor	114	79
1351 Fiskbullar ꝑ Jod	3	25
1351 Fiskbullar ꝑ Järn	0,39	0,39
1351 Fiskbullar ꝑ Kalcium	55	31
1351 Fiskbullar ꝑ Kalium	198	104
1351 Fiskbullar ꝑ Magnesium	15	13
1351 Fiskbullar ꝑ Natrium	761	469
1351 Fiskbullar ꝑ Selen	18	9,5
1351 Fiskbullar ꝑ Zink	0,56	0,51
1351 Fiskbullar ꝑ Retinolekvid	94	78
1351 Fiskbullar ꝑ Retinol	53	34
1351 Fiskbullar ꝑ Vitamin D	0,91	0,8
1351 Fiskbullar ꝑ Vitamin E	1,68	2,28
1351 Fiskbullar ꝑ �-Karoten	0	17
1351 Fiskbullar ꝑ Vitamin K	3	6
1351 Fiskbullar ꝑ Tiamin	0,05	0,02
1351 Fiskbullar ꝑ Riboflavin	0,07	0,08
1351 Fiskbullar ꝑ Niacin	1	0,7
1351 Fiskbullar ꝑ Niacinekviv	2,3	1,8
1351 Fiskbullar ꝑ Vitamin B1	0,52	0,31
1351 Fiskbullar ꝑ Vitamin B6	0,05	0,03
1351 Fiskbullar ꝑ Folat	12	11
1351 Fiskbullar ꝑ Summa n-3	0	0,3
1351 Fiskbullar ꝑ Summa n-6	0,1	0,5
1351 Fiskbullar ꝑ Fullkorn to	2	2
1351 Fiskbullar ꝑ Salt	1,9	1,2
1351 Fiskbullar ꝑ Summa långa n-3 fetts		0
1352 Fiskbullar i Summa m�	1,2	1,4
1352 Fiskbullar i Summa enl	1,5	2,2
1352 Fiskbullar i Summa fler	0,8	1
1352 Fiskbullar i Fettsyra 4:(	0,2	0,2
1352 Fiskbullar i Fettsyra 12	0	0,1
1352 Fiskbullar i Fettsyra 14	0,2	0,2
1352 Fiskbullar i Fettsyra 16	0,6	0,7
1352 Fiskbullar i Fettsyra 18	0,2	0,3
1352 Fiskbullar i Fettsyra 20	0	0

1352 Fiskbullar i Fettsyra 16	0	0
1352 Fiskbullar i Fettsyra 18	1,5	2,1
1352 Fiskbullar i Fettsyra 18	0,5	0,6
1352 Fiskbullar i Fettsyra 18	0,2	0,3
1352 Fiskbullar i Fettsyra 20	0	0
1352 Fiskbullar i EPA (Fettsy	0	0
1352 Fiskbullar i DHA (Fettsy	0	0
1352 Fiskbullar i Summa tra	0	0,1
1352 Fiskbullar i Kolesterol	26,5	18,7
1352 Fiskbullar i Monosacke	0	0
1352 Fiskbullar i Disackaride	2,2	2,5
1352 Fiskbullar i Sackaros	0	0
1352 Fiskbullar i Energi (kJ)	366	424
1352 Fiskbullar i Energi (kca	87	101
1352 Fiskbullar i Aska	2,1	1,5
1352 Fiskbullar i Vatten	80,8	80,1
1352 Fiskbullar i Kolhydrate	7,5	8,2
1352 Fiskbullar i Protein	5,7	4,7
1352 Fiskbullar i Fibrer	0,1	0,1
1352 Fiskbullar i Fett	3,8	5,6
1352 Fiskbullar i Fosfor	106	78
1352 Fiskbullar i Jod	38	39
1352 Fiskbullar i Järn	0,11	0,11
1352 Fiskbullar i Kalcium	90	69
1352 Fiskbullar i Kalium	204	127
1352 Fiskbullar i Magnesium	13	11
1352 Fiskbullar i Natrium	816	455
1352 Fiskbullar i Selen	13,4	6,6
1352 Fiskbullar i Zink	0,46	0,41
1352 Fiskbullar i Retinolekvi	50	36
1352 Fiskbullar i Retinol	36	21
1352 Fiskbullar i Vitamin D	0,38	0,29
1352 Fiskbullar i Vitamin E	0,45	0,92
1352 Fiskbullar i $\beta$ -Karoten	6	20
1352 Fiskbullar i Vitamin K	0	3
1352 Fiskbullar i Tiamin	0,05	0,03
1352 Fiskbullar i Riboflavin	0,08	0,08
1352 Fiskbullar i Vitamin C	0	0
1352 Fiskbullar i Niacin	0,7	0,5
1352 Fiskbullar i Niacinekviv	1,9	1,4
1352 Fiskbullar i Vitamin B1	0,49	0,32
1352 Fiskbullar i Vitamin B6	0,05	0,03
1352 Fiskbullar i Folat	3	2
1352 Fiskbullar i Summa n-3	0	0,2
1352 Fiskbullar i Summa n-6	0	0,3
1352 Fiskbullar i Salt	2	1,1
1352 Fiskbullar i Summa lån	0	0
1354 Fisksoppa ( Summa mä	0,2	0,2
1354 Fisksoppa ( Summa enl	0,5	0,5
1354 Fisksoppa ( Summa flei	0,3	0,3

1354 Fisksoppa ( Fettsyra 12	0	0
1354 Fisksoppa ( Fettsyra 14	0	0
1354 Fisksoppa ( Fettsyra 16	0,1	0,1
1354 Fisksoppa ( Fettsyra 18	0,1	0,1
1354 Fisksoppa ( Fettsyra 16	0	0
1354 Fisksoppa ( Fettsyra 18	0,4	0,5
1354 Fisksoppa ( Fettsyra 18	0,2	0,2
1354 Fisksoppa ( Fettsyra 18	0,1	0,1
1354 Fisksoppa ( Fettsyra 20	0	0
1354 Fisksoppa ( EPA (Fettsy	0	0
1354 Fisksoppa ( DPA (Fettsy	0	0
1354 Fisksoppa ( DHA (Fetts'	0	0
1354 Fisksoppa ( Summa tra	0	0
1354 Fisksoppa ( Kolesterol	26,2	25,6
1354 Fisksoppa ( Monosacke	0,7	0,7
1354 Fisksoppa ( Disackaride	0,4	0,4
1354 Fisksoppa ( Sackaros	0,4	0,4
1354 Fisksoppa ( Energi (kJ)	198	197
1354 Fisksoppa ( Energi (kca	47	47
1354 Fisksoppa ( Aska	1,8	1,8
1354 Fisksoppa ( Vatten	87,7	88
1354 Fisksoppa ( Avfall (skal	10	9
1354 Fisksoppa ( Kolhydrate	2,7	2,7
1354 Fisksoppa ( Protein	6,1	6
1354 Fisksoppa ( Fibrer	0,6	0,6
1354 Fisksoppa ( Fett	1,2	1,2
1354 Fisksoppa ( Fosfor	79	82
1354 Fisksoppa ( Jod	27	34
1354 Fisksoppa ( Järn	0,86	0,84
1354 Fisksoppa ( Kalcium	22	21
1354 Fisksoppa ( Kalium	155	143
1354 Fisksoppa ( Magnesium	15	16
1354 Fisksoppa ( Natrium	414	410
1354 Fisksoppa ( Selen	9,6	9,8
1354 Fisksoppa ( Zink	0,46	0,48
1354 Fisksoppa ( Retinolekvi	76	75
1354 Fisksoppa ( Retinol	8	8
1354 Fisksoppa ( Vitamin D	0,31	0,31
1354 Fisksoppa ( Vitamin E	0,5	0,51
1354 Fisksoppa ( $\beta$ -Karoten	644	634
1354 Fisksoppa ( Vitamin K	0	0
1354 Fisksoppa ( Tiamin	0,04	0,04
1354 Fisksoppa ( Riboflavin	0,04	0,04
1354 Fisksoppa ( Vitamin C	3	3
1354 Fisksoppa ( Niacin	1,1	1,2
1354 Fisksoppa ( Niacinekviv	2,3	2,3
1354 Fisksoppa ( Vitamin B1	0,9	0,99
1354 Fisksoppa ( Vitamin B6	0,07	0,07
1354 Fisksoppa ( Folat	10	10
1354 Fisksoppa ( Summa n-3	0	0



1354 Fisksoppa ( Summa n-6	0	0
1354 Fisksoppa ( Salt	1	1
1354 Fisksoppa ( Summa lå	0	0
1356 Fiskpaté m Summa mä	4	4,1
1356 Fiskpaté m Summa enl	2,7	2,8
1356 Fiskpaté m Summa flei	1,1	1,1
1356 Fiskpaté m Fettsyra 4:(	0,5	0,5
1356 Fiskpaté m Fettsyra 12	0,1	0,2
1356 Fiskpaté m Fettsyra 14	0,6	0,6
1356 Fiskpaté m Fettsyra 16	2	2
1356 Fiskpaté m Fettsyra 18	0,7	0,7
1356 Fiskpaté m Fettsyra 20	0	0
1356 Fiskpaté m Fettsyra 16	0,3	0,3
1356 Fiskpaté m Fettsyra 18	2,3	2,3
1356 Fiskpaté m Fettsyra 18	0,3	0,3
1356 Fiskpaté m Fettsyra 18	0,1	0,1
1356 Fiskpaté m Fettsyra 20	0	0,1
1356 Fiskpaté m EPA (Fettsy	0,1	0,1
1356 Fiskpaté m DPA (Fettsy	0,1	0,1
1356 Fiskpaté m DHA (Fetts	0,3	0,4
1356 Fiskpaté m Summa tra	0,1	0,1
1356 Fiskpaté m Kolesterol	106,3	101,6
1356 Fiskpaté m Monosacke	0,1	0,1
1356 Fiskpaté m Disackaride	1,4	1,4
1356 Fiskpaté m Sackaros	0	0
1356 Fiskpaté m Energi (kJ)	646	639
1356 Fiskpaté m Energi (kca	154	153
1356 Fiskpaté m Aska	2,9	2,7
1356 Fiskpaté m Vatten	70	70,3
1356 Fiskpaté m Avfall (skal	20	26
1356 Fiskpaté m Kolhydrate	2,8	2,8
1356 Fiskpaté m Protein	14,6	14,9
1356 Fiskpaté m Alkohol	0,7	0
1356 Fiskpaté m Fibrer	0,1	0,1
1356 Fiskpaté m Fett	8,9	9,1
1356 Fiskpaté m Fosfor	198	202
1356 Fiskpaté m Jod	87	77
1356 Fiskpaté m Järn	1,4	1,43
1356 Fiskpaté m Kalcium	76	77
1356 Fiskpaté m Kalium	271	277
1356 Fiskpaté m Magnesiur	27	27
1356 Fiskpaté m Natrium	708	631
1356 Fiskpaté m Selen	20,4	20,8
1356 Fiskpaté m Zink	0,99	1,01
1356 Fiskpaté m Retinolekvi	91	93
1356 Fiskpaté m Retinol	81	83
1356 Fiskpaté m Vitamin D	4,3	4,39
1356 Fiskpaté m Vitamin E	1,42	1,45
1356 Fiskpaté m $\beta$ -Karoten	111	114
1356 Fiskpaté m Vitamin K	4	4

1356 Fiskpaté m Tiamin	0,08	0,09
1356 Fiskpaté m Riboflavin	0,14	0,14
1356 Fiskpaté m Vitamin C	1	1
1356 Fiskpaté m Niacin	2,4	2,6
1356 Fiskpaté m Niacinekviv	5,3	5,5
1356 Fiskpaté m Vitamin B1	2,73	2,79
1356 Fiskpaté m Vitamin B6	0,31	0,32
1356 Fiskpaté m Folat	16	16
1356 Fiskpaté m Summa n-3	0	0
1356 Fiskpaté m Summa n-6	0,1	0,1
1356 Fiskpaté m Salt	1,8	1,6
1356 Fiskpaté m Summa lån	0	0
1357 Fiskfärs kol Summa mä	5,7	5,7
1357 Fiskfärs kol Summa enl	2,6	2,6
1357 Fiskfärs kol Summa flei	0,5	0,5
1357 Fiskfärs kol Fettsyra 4:(	0,8	0,8
1357 Fiskfärs kol Fettsyra 12	0,2	0,2
1357 Fiskfärs kol Fettsyra 14	0,8	0,8
1357 Fiskfärs kol Fettsyra 16	2,7	2,7
1357 Fiskfärs kol Fettsyra 18	1	1
1357 Fiskfärs kol Fettsyra 20	0	0
1357 Fiskfärs kol Fettsyra 16	0,1	0,1
1357 Fiskfärs kol Fettsyra 18	2,4	2,4
1357 Fiskfärs kol Fettsyra 18	0,3	0,3
1357 Fiskfärs kol Fettsyra 18	0,1	0,1
1357 Fiskfärs kol Fettsyra 20	0	0
1357 Fiskfärs kol EPA (Fettsy	0	0
1357 Fiskfärs kol DPA (Fettsy	0	0
1357 Fiskfärs kol DHA (Fettsy	0,1	0,1
1357 Fiskfärs kol Summa tra	0,2	0,2
1357 Fiskfärs kol Kolesterol	124,1	123,4
1357 Fiskfärs kol Monosacke	0,1	0,1
1357 Fiskfärs kol Disackaride	2,3	2,3
1357 Fiskfärs kol Sackaros	0	0
1357 Fiskfärs kol Energi (kJ)	749	754
1357 Fiskfärs kol Energi (kca	179	180
1357 Fiskfärs kol Aska	3,4	3,4
1357 Fiskfärs kol Vatten	64,2	64,1
1357 Fiskfärs kol Avfall (skal	33	33
1357 Fiskfärs kol Kolhydrate	4,1	4,1
1357 Fiskfärs kol Protein	18,1	18,5
1357 Fiskfärs kol Fibrer	0	0
1357 Fiskfärs kol Fett	10	10
1357 Fiskfärs kol Fosfor	241	252
1357 Fiskfärs kol Jod	137	184
1357 Fiskfärs kol Järn	0,52	0,49
1357 Fiskfärs kol Kalcium	90	89
1357 Fiskfärs kol Kalium	411	429
1357 Fiskfärs kol Magnesiur	30	30
1357 Fiskfärs kol Natrium	872	875

1357 Fiskfärs kol Selen	22,9	23,1
1357 Fiskfärs kol Zink	0,92	0,99
1357 Fiskfärs kol Retinolekvi	113	114
1357 Fiskfärs kol Retinol	110	111
1357 Fiskfärs kol Vitamin D	2,72	3,04
1357 Fiskfärs kol Vitamin E	1,81	1,69
1357 Fiskfärs kol $\beta$ -Karoten	36	36
1357 Fiskfärs kol Vitamin K	7	7
1357 Fiskfärs kol Tiamin	0,07	0,07
1357 Fiskfärs kol Riboflavin	0,15	0,16
1357 Fiskfärs kol Vitamin C	1	0
1357 Fiskfärs kol Niacin	1,9	2
1357 Fiskfärs kol Niacinekviv	5,5	5,6
1357 Fiskfärs kol Vitamin B1	1,23	1,42
1357 Fiskfärs kol Vitamin B6	0,21	0,18
1357 Fiskfärs kol Folat	20	21
1357 Fiskfärs kol Summa n-3	0	0,1
1357 Fiskfärs kol Summa n-6	0,2	0,2
1357 Fiskfärs kol Salt	2,2	2,2
1357 Fiskfärs kol Summa lån	0	0,1
1358 Fiskgratäng Summa mä	1,3	1,3
1358 Fiskgratäng Summa enl	1	1
1358 Fiskgratäng Summa flei	0,4	0,4
1358 Fiskgratäng Fettsyra 4:(	0,2	0,2
1358 Fiskgratäng Fettsyra 12	0,1	0,1
1358 Fiskgratäng Fettsyra 14	0,2	0,2
1358 Fiskgratäng Fettsyra 16	0,6	0,6
1358 Fiskgratäng Fettsyra 18	0,2	0,2
1358 Fiskgratäng Fettsyra 20	0	0
1358 Fiskgratäng Fettsyra 16	0	0
1358 Fiskgratäng Fettsyra 18	0,9	1
1358 Fiskgratäng Fettsyra 18	0,2	0,2
1358 Fiskgratäng Fettsyra 18	0,1	0,1
1358 Fiskgratäng Fettsyra 20	0	0
1358 Fiskgratäng EPA (Fettsy	0	0
1358 Fiskgratäng DPA (Fettsy	0	0
1358 Fiskgratäng DHA (Fettsy	0,1	0,1
1358 Fiskgratäng Summa tra	0	0
1358 Fiskgratäng Kolesterol	24,4	24
1358 Fiskgratäng Monosacke	0,2	0,2
1358 Fiskgratäng Disackaride	1	1
1358 Fiskgratäng Sackaros	0,1	0,1
1358 Fiskgratäng Energi (kJ)	406	404
1358 Fiskgratäng Energi (kca	97	97
1358 Fiskgratäng Aska	1,5	1,5
1358 Fiskgratäng Vatten	77,8	78,1
1358 Fiskgratäng Avfall (skal	10	10
1358 Fiskgratäng Kolhydrate	8,5	8,4
1358 Fiskgratäng Protein	8,6	8,6
1358 Fiskgratäng Fibrer	0,7	0,7

1358 Fiskgratäng Fett	3	2,9
1358 Fiskgratäng Fosfor	123	134
1358 Fiskgratäng Jod	31	51
1358 Fiskgratäng Järn	0,3	0,3
1358 Fiskgratäng Kalcium	50	47
1358 Fiskgratäng Kalium	298	301
1358 Fiskgratäng Magnesium	17	19
1358 Fiskgratäng Natrium	242	246
1358 Fiskgratäng Selen	8,6	9,5
1358 Fiskgratäng Zink	0,43	0,48
1358 Fiskgratäng Retinolekvi	22	21
1358 Fiskgratäng Retinol	13	13
1358 Fiskgratäng Vitamin D	0,4	0,42
1358 Fiskgratäng Vitamin E	0,45	0,47
1358 Fiskgratäng $\beta$ -Karoten	9	9
1358 Fiskgratäng Vitamin K	0	0
1358 Fiskgratäng Tiamin	0,04	0,05
1358 Fiskgratäng Riboflavin	0,05	0,06
1358 Fiskgratäng Vitamin C	3	3
1358 Fiskgratäng Niacin	1,3	1,4
1358 Fiskgratäng Niacinekviv	2,9	3
1358 Fiskgratäng Vitamin B1	0,43	0,7
1358 Fiskgratäng Vitamin B6	0,13	0,13
1358 Fiskgratäng Folat	7	8
1358 Fiskgratäng Summa n-3	0	0
1358 Fiskgratäng Summa n-6	0	0
1358 Fiskgratäng Salt	0,6	0,6
1358 Fiskgratäng Summa lån	0	0
1359 Fiskgratäng Summa mä	0,8	0,8
1359 Fiskgratäng Summa enl	0,9	1
1359 Fiskgratäng Summa flei	0,5	0,5
1359 Fiskgratäng Fettsyra 4:(	0,1	0,1
1359 Fiskgratäng Fettsyra 12	0	0
1359 Fiskgratäng Fettsyra 14	0,1	0,1
1359 Fiskgratäng Fettsyra 16	0,4	0,4
1359 Fiskgratäng Fettsyra 18	0,2	0,1
1359 Fiskgratäng Fettsyra 20	0	0
1359 Fiskgratäng Fettsyra 16	0	0
1359 Fiskgratäng Fettsyra 18	0,9	1
1359 Fiskgratäng Fettsyra 18	0,2	0,3
1359 Fiskgratäng Fettsyra 18	0,1	0,1
1359 Fiskgratäng Fettsyra 20	0	0
1359 Fiskgratäng EPA (Fettsy	0	0
1359 Fiskgratäng DPA (Fettsy	0	0
1359 Fiskgratäng DHA (Fettsy	0,1	0,1
1359 Fiskgratäng Summa tra	0	0
1359 Fiskgratäng Kolesterol	36,6	29
1359 Fiskgratäng Monosacke	0,1	0,2
1359 Fiskgratäng Disackaride	1	1
1359 Fiskgratäng Sackaros	0,1	0,1

1359 Fiskgratäng Energi (kJ)	425	434
1359 Fiskgratäng Energi (kca)	102	104
1359 Fiskgratäng Aska	2,2	2,1
1359 Fiskgratäng Vatten	75,2	75,2
1359 Fiskgratäng Avfall (skal	13	21
1359 Fiskgratäng Kolhydrat	9,9	9,8
1359 Fiskgratäng Protein	9,3	9,5
1359 Fiskgratäng Fibrer	1	1
1359 Fiskgratäng Fett	2,5	2,6
1359 Fiskgratäng Fosfor	128	145
1359 Fiskgratäng Jod	59	87
1359 Fiskgratäng Järn	0,78	0,56
1359 Fiskgratäng Kalcium	64	56
1359 Fiskgratäng Kalium	299	275
1359 Fiskgratäng Magnesium	23	26
1359 Fiskgratäng Natrium	477	450
1359 Fiskgratäng Selen	11,4	12,9
1359 Fiskgratäng Zink	0,59	0,65
1359 Fiskgratäng Retinolekvi	30	30
1359 Fiskgratäng Retinol	16	16
1359 Fiskgratäng Vitamin D	0,45	0,43
1359 Fiskgratäng Vitamin E	0,62	0,94
1359 Fiskgratäng $\beta$ -Karoten	48	50
1359 Fiskgratäng Vitamin K	1	1
1359 Fiskgratäng Tiamin	0,04	0,04
1359 Fiskgratäng Riboflavin	0,05	0,07
1359 Fiskgratäng Vitamin C	2	2
1359 Fiskgratäng Niacin	1,7	1,8
1359 Fiskgratäng Niacinekviv	3,4	3,5
1359 Fiskgratäng Vitamin B1	0,64	1,13
1359 Fiskgratäng Vitamin B6	0,09	0,09
1359 Fiskgratäng Folat	9	11
1359 Fiskgratäng Summa n-3	0	0,1
1359 Fiskgratäng Summa n-6	0	0
1359 Fiskgratäng Salt	1,2	1,1
1359 Fiskgratäng Summa lån	0	0,1
1361 Sillbullar (b Summa mä	1,7	1,7
1361 Sillbullar (b Summa enl	4,2	4,4
1361 Sillbullar (b Summa flei	2,2	2,3
1361 Sillbullar (b Fettsyra 4:(	0	0
1361 Sillbullar (b Fettsyra 12	0	0
1361 Sillbullar (b Fettsyra 14	0,3	0,3
1361 Sillbullar (b Fettsyra 16	0,9	0,9
1361 Sillbullar (b Fettsyra 18	0,3	0,3
1361 Sillbullar (b Fettsyra 20	0	0
1361 Sillbullar (b Fettsyra 16	0,2	0,2
1361 Sillbullar (b Fettsyra 18	3,2	3,4
1361 Sillbullar (b Fettsyra 18	1	1,1
1361 Sillbullar (b Fettsyra 18	0,4	0,5
1361 Sillbullar (b Fettsyra 20	0	0

1361 Sillbullar (b EPA (Fettsy	0,2	0,2
1361 Sillbullar (b DPA (Fettsy	0	0
1361 Sillbullar (b DHA (Fettsy	0,3	0,3
1361 Sillbullar (b Summa tra	0	0
1361 Sillbullar (b Kolesterol	27	26,5
1361 Sillbullar (b Monosacke	0,6	0,5
1361 Sillbullar (b Disackaride	0,7	0,7
1361 Sillbullar (b Sackaros	0,4	0,4
1361 Sillbullar (b Energi (kJ)	684	687
1361 Sillbullar (b Energi (kca	163	164
1361 Sillbullar (b Aska	1,5	1,5
1361 Sillbullar (b Vatten	67,1	67,7
1361 Sillbullar (b Avfall (skal	7	7
1361 Sillbullar (b Kolhydrate	12,1	11,9
1361 Sillbullar (b Protein	8,7	8,5
1361 Sillbullar (b Fibrer	1,6	1,6
1361 Sillbullar (b Fett	8,6	8,9
1361 Sillbullar (b Fosfor	87	85
1361 Sillbullar (b Jod	10	10
1361 Sillbullar (b Järn	0,87	0,85
1361 Sillbullar (b Kalcium	19	19
1361 Sillbullar (b Kalium	266	261
1361 Sillbullar (b Magnesium	22	21
1361 Sillbullar (b Natrium	318	312
1361 Sillbullar (b Selen	6,5	6,4
1361 Sillbullar (b Zink	1,02	1
1361 Sillbullar (b Retinolekvi	46	46
1361 Sillbullar (b Retinol	5	5
1361 Sillbullar (b Vitamin D	1,63	1,6
1361 Sillbullar (b Vitamin E	1,29	1,27
1361 Sillbullar (b $\beta$ -Karoten	5	5
1361 Sillbullar (b Vitamin K	1	1
1361 Sillbullar (b Tiamin	0,1	0,1
1361 Sillbullar (b Riboflavin	0,09	0,09
1361 Sillbullar (b Vitamin C	4	4
1361 Sillbullar (b Niacin	2,4	2,4
1361 Sillbullar (b Niacinekviv	4	3,9
1361 Sillbullar (b Vitamin B1	1,03	1,02
1361 Sillbullar (b Vitamin B6	0,15	0,15
1361 Sillbullar (b Folat	11	11
1361 Sillbullar (b Fullkorn to	4	4
1361 Sillbullar (b Salt	0,8	0,8
1363 Sushi lax (b Summa mä	1	1
1363 Sushi lax (b Summa enl	2	2
1363 Sushi lax (b Summa flei	1,3	1,3
1363 Sushi lax (b Fettsyra 16	0,7	0,7
1363 Sushi lax (b Fettsyra 18	0,1	0,1
1363 Sushi lax (b Fettsyra 18	1,4	1,5
1363 Sushi lax (b Fettsyra 18	0,2	0,2
1363 Sushi lax (b Fettsyra 18	0,1	0,1

1363 Sushi lax (b Disackaride	0,2	0,2
1363 Sushi lax (b Sackaros	0,2	0,2
1363 Sushi lax (b Energi (kJ)	566	604
1363 Sushi lax (b Energi (kca	135	144
1363 Sushi lax (b Aska	1,1	1,2
1363 Sushi lax (b Vatten	71	68,8
1363 Sushi lax (b Kolhydrat	14,3	16,3
1363 Sushi lax (b Protein	8,4	8,5
1363 Sushi lax (b Fiber	0,4	0,5
1363 Sushi lax (b Fett	4,8	4,8
1363 Sushi lax (b Fosfor	99	101
1363 Sushi lax (b Jod	33	36
1363 Sushi lax (b Järn	0,4	0,41
1363 Sushi lax (b Kalcium	11	11
1363 Sushi lax (b Kalium	171	171
1363 Sushi lax (b Magnesium	16	17
1363 Sushi lax (b Natrium	162	183
1363 Sushi lax (b Zink	0,39	0,42
1363 Sushi lax (b Tiamin	0,12	0,13
1363 Sushi lax (b Riboflavin	0,05	0,05
1363 Sushi lax (b Niacin	2,6	2,6
1363 Sushi lax (b Niacinekviv	4,1	4,1
1363 Sushi lax (b Vitamin B6	0,41	0,41
1363 Sushi lax (b Folat	12	12
1363 Sushi lax (b Salt	0,4	0,5
1364 Sushi hållet Summa mä	0,4	0,4
1364 Sushi hållet Summa enl	0,7	0,7
1364 Sushi hållet Summa flel	0,6	0,6
1364 Sushi hållet Fettsyra 16	0,2	0,2
1364 Sushi hållet Fettsyra 18	0,1	0,1
1364 Sushi hållet Fettsyra 18	0,4	0,4
1364 Sushi hållet Fettsyra 18	0,1	0,1
1364 Sushi hållet Fettsyra 18	0	0
1364 Sushi hållet Disackaride	0,2	0,2
1364 Sushi hållet Sackaros	0,2	0,2
1364 Sushi hållet Energi (kJ)	463	503
1364 Sushi hållet Energi (kca	111	120
1364 Sushi hållet Aska	1	1,1
1364 Sushi hållet Vatten	73,7	71,3
1364 Sushi hållet Kolhydrat	15,3	17,4
1364 Sushi hållet Protein	7,8	8
1364 Sushi hållet Fiber	0,5	0,5
1364 Sushi hållet Fett	1,8	1,8
1364 Sushi hållet Fosfor	95	98
1364 Sushi hållet Jod	26	28
1364 Sushi hållet Järn	0,34	0,35
1364 Sushi hållet Kalcium	8	8
1364 Sushi hållet Kalium	184	185
1364 Sushi hållet Magnesium	15	16
1364 Sushi hållet Natrium	169	190

1364 Sushi hällel	Zink	0,43	0,45
1364 Sushi hällel	Tiamin	0,06	0,06
1364 Sushi hällel	Riboflavin	0,04	0,04
1364 Sushi hällel	Niacin	3,1	3,2
1364 Sushi hällel	Niacinekviv	4,5	4,6
1364 Sushi hällel	Vitamin B6	0,17	0,17
1364 Sushi hällel	Folat	7	7
1364 Sushi hällel	Salt	0,4	0,5
1365 Sushi tonfis	Summa mä	0,4	0,4
1365 Sushi tonfis	Summa enl	0,5	0,5
1365 Sushi tonfis	Summa flel	0,5	0,5
1365 Sushi tonfis	Fettsyra 16	0,2	0,2
1365 Sushi tonfis	Fettsyra 18	0,1	0,1
1365 Sushi tonfis	Fettsyra 18	0,3	0,3
1365 Sushi tonfis	Fettsyra 18	0,1	0,1
1365 Sushi tonfis	Fettsyra 18	0	0
1365 Sushi tonfis	Disackaride	0,3	0,3
1365 Sushi tonfis	Sackaros	0,3	0,3
1365 Sushi tonfis	Energi (kJ)	481	526
1365 Sushi tonfis	Energi (kca)	115	126
1365 Sushi tonfis	Aska	0,9	1
1365 Sushi tonfis	Vatten	72,3	69,6
1365 Sushi tonfis	Kolhydrate	17	19,4
1365 Sushi tonfis	Protein	7,8	8
1365 Sushi tonfis	Fibrer	0,5	0,5
1365 Sushi tonfis	Fett	1,5	1,5
1365 Sushi tonfis	Fosfor	94	97
1365 Sushi tonfis	Jod	21	24
1365 Sushi tonfis	Järn	0,38	0,39
1365 Sushi tonfis	Kalcium	6	6
1365 Sushi tonfis	Kalium	119	120
1365 Sushi tonfis	Magnesium	22	23
1365 Sushi tonfis	Natrium	178	202
1365 Sushi tonfis	Zink	0,44	0,48
1365 Sushi tonfis	Tiamin	0,1	0,11
1365 Sushi tonfis	Riboflavin	0,08	0,08
1365 Sushi tonfis	Niacin	2,6	2,7
1365 Sushi tonfis	Niacinekviv	4	4,1
1365 Sushi tonfis	Vitamin B6	0,16	0,16
1365 Sushi tonfis	Folat	3	3
1365 Sushi tonfis	Salt	0,4	0,5
1366 Sushi rulle	Summa mä	0	0
1366 Sushi rulle	Summa enl	0,1	0,1
1366 Sushi rulle	Summa flel	0,1	0,1
1366 Sushi rulle	Fettsyra 16	0	0
1366 Sushi rulle	Fettsyra 18	0	0
1366 Sushi rulle	Fettsyra 18	0,1	0,1
1366 Sushi rulle	Fettsyra 18	0,1	0,1
1366 Sushi rulle	Fettsyra 18	0	0
1366 Sushi rulle	Fettsyra 20	0	0



1366 Sushi rulle	EPA (Fettsy	0	0
1366 Sushi rulle	DHA (Fettsy	0	0
1366 Sushi rulle	Kolesterol	6	5,9
1366 Sushi rulle	Disackaride	0	0
1366 Sushi rulle	Sackaros	0	0
1366 Sushi rulle	Energi (kJ)	387	435
1366 Sushi rulle	Energi (kca	92	104
1366 Sushi rulle	Aska	1,1	1,2
1366 Sushi rulle	Vatten	76,3	73,4
1366 Sushi rulle	Kolhydrate	18,6	21,1
1366 Sushi rulle	Protein	3,4	3,7
1366 Sushi rulle	Fibrer	0,3	0,3
1366 Sushi rulle	Fett	0,3	0,3
1366 Sushi rulle	Fosfor	48	54
1366 Sushi rulle	Jod	27	41
1366 Sushi rulle	Järn	0,17	0,17
1366 Sushi rulle	Kalcium	17	17
1366 Sushi rulle	Kalium	200	204
1366 Sushi rulle	Magnesium	12	12
1366 Sushi rulle	Natrium	238	265
1366 Sushi rulle	Selen	3,2	3,2
1366 Sushi rulle	Zink	0,39	0,44
1366 Sushi rulle	Retinolekvi	2	2
1366 Sushi rulle	Retinol	0	0
1366 Sushi rulle	Vitamin D	0,09	0,16
1366 Sushi rulle	Vitamin E	0,12	0,09
1366 Sushi rulle	Vitamin K		0
1366 Sushi rulle	Tiamin	0,05	0,05
1366 Sushi rulle	Riboflavin	0,02	0,02
1366 Sushi rulle	Vitamin C	1	1
1366 Sushi rulle	Niacin	0,5	0,6
1366 Sushi rulle	Niacinekviv	1,1	1,3
1366 Sushi rulle	Vitamin B1	0,24	0,29
1366 Sushi rulle	Vitamin B6	0,06	0,05
1366 Sushi rulle	Folat	4	5
1366 Sushi rulle	Summa n-3 fettsyror		0
1366 Sushi rulle	Summa n-6 fettsyror		0
1366 Sushi rulle	Salt	0,6	0,7
1366 Sushi rulle	Summa lå	0	0
1367 Tonfisksall	Summa mä	0,1	0,1
1367 Tonfisksall	Summa enl	0,1	0
1367 Tonfisksall	Summa flei	0,1	0,1
1367 Tonfisksall	Fettsyra 14	0	0
1367 Tonfisksall	Fettsyra 16	0,1	0,1
1367 Tonfisksall	Fettsyra 18	0	0
1367 Tonfisksall	Fettsyra 16	0	0
1367 Tonfisksall	Fettsyra 18	0	0
1367 Tonfisksall	Fettsyra 20	0	0
1367 Tonfisksall	EPA (Fettsy	0	0
1367 Tonfisksall	DPA (Fettsy	0	0

1367 Tonfisksall: DHA (Fetts'	0	0
1367 Tonfisksall: Summa tra	0	0
1367 Tonfisksall: Kolesterol	9,7	12,9
1367 Tonfisksall: Energi (kJ)	267	263
1367 Tonfisksall: Energi (kca	64	63
1367 Tonfisksall: Aska	1,1	1,1
1367 Tonfisksall: Vatten	82,7	83
1367 Tonfisksall: Protein	7,3	7,2
1367 Tonfisksall: Fett	0,4	0,4
1367 Tonfisksall: Fosfor	72	80
1367 Tonfisksall: Jod	8	9
1367 Tonfisksall: Järn	0,79	0,77
1367 Tonfisksall: Kalcium	28	28
1367 Tonfisksall: Kalium	262	271
1367 Tonfisksall: Magnesium	17	19
1367 Tonfisksall: Natrium	128	143
1367 Tonfisksall: Selen	9,9	17,9
1367 Tonfisksall: Zink	0,53	0,53
1367 Tonfisksall: Retinolekvi	124	40
1367 Tonfisksall: Retinol	85	2
1367 Tonfisksall: Vitamin D	1,04	0,97
1367 Tonfisksall: Vitamin E	0,42	0,22
1367 Tonfisksall: Vitamin K	0	1
1367 Tonfisksall: Tiamin	0,08	0,07
1367 Tonfisksall: Riboflavin	0,06	0,07
1367 Tonfisksall: Niacin	3,9	3,6
1367 Tonfisksall: Niacinekviv	5,2	4,9
1367 Tonfisksall: Vitamin B1	0,48	0,58
1367 Tonfisksall: Vitamin B6	0,15	0,2
1367 Tonfisksall: Folat	38	36
1367 Tonfisksall: Summa n-3	0	0,1
1367 Tonfisksall: Summa n-6	0	0
1367 Tonfisksall: Salt	0,3	0,4
1367 Tonfisksall: Summa lån	0	0,1
1368 Sushi olika Summa mä	0,4	0,5
1368 Sushi olika Summa enl	0,8	0,8
1368 Sushi olika Summa flel	0,6	0,6
1368 Sushi olika Fettsyra 16	0,3	0,3
1368 Sushi olika Fettsyra 18	0,1	0,1
1368 Sushi olika Fettsyra 18	0,5	0,6
1368 Sushi olika Fettsyra 18	0,1	0,1
1368 Sushi olika Fettsyra 18	0	0
1368 Sushi olika Fettsyra 20	0	0
1368 Sushi olika EPA (Fettsy	0,1	0,1
1368 Sushi olika DHA (Fetts'	0,3	0,3
1368 Sushi olika Kolesterol	15,2	15,1
1368 Sushi olika Disackaride	0,2	0,2
1368 Sushi olika Sackaros	0,2	0,2
1368 Sushi olika Energi (kJ)	474	517
1368 Sushi olika Energi (kca	113	124

1368 Sushi olika Aska	1	1,1
1368 Sushi olika Vatten	73,3	70,8
1368 Sushi olika Kolhydrater	16,3	18,5
1368 Sushi olika Protein	6,8	7
1368 Sushi olika Fibrer	0,4	0,5
1368 Sushi olika Fett	2,1	2,1
1368 Sushi olika Fosfor	84	88
1368 Sushi olika Jod	27	32
1368 Sushi olika Järn	0,32	0,33
1368 Sushi olika Kalcium	11	11
1368 Sushi olika Kalium	169	170
1368 Sushi olika Magnesium	16	17
1368 Sushi olika Natrium	187	210
1368 Sushi olika Selen	9,1	9,1
1368 Sushi olika Zink	0,41	0,45
1368 Sushi olika Retinolekvi	47	48
1368 Sushi olika Retinol	50	50
1368 Sushi olika Vitamin D	2,31	2,33
1368 Sushi olika Vitamin E	0,28	0,28
1368 Sushi olika Vitamin K		0
1368 Sushi olika Tiamin	0,08	0,09
1368 Sushi olika Riboflavin	0,05	0,05
1368 Sushi olika Vitamin C	3	3
1368 Sushi olika Niacin	2,2	2,3
1368 Sushi olika Niacinekviv	3,4	3,5
1368 Sushi olika Vitamin B1	1,38	1,39
1368 Sushi olika Vitamin B6	0,2	0,2
1368 Sushi olika Folat	7	7
1368 Sushi olika Summa n-3 fettsyror		0
1368 Sushi olika Summa n-6 fettsyror		0
1368 Sushi olika Salt	0,5	0,5
1368 Sushi olika Summa låna	0	0
1370 Fiskgryta nr Summa mä	0,5	0,5
1370 Fiskgryta nr Summa enl	2	2,2
1370 Fiskgryta nr Summa flei	1,2	1,2
1370 Fiskgryta nr Fettsyra 12	0	0
1370 Fiskgryta nr Fettsyra 14	0	0
1370 Fiskgryta nr Fettsyra 16	0,2	0,2
1370 Fiskgryta nr Fettsyra 18	0,1	0,1
1370 Fiskgryta nr Fettsyra 16	0	0
1370 Fiskgryta nr Fettsyra 18	2	2,1
1370 Fiskgryta nr Fettsyra 18	0,7	0,7
1370 Fiskgryta nr Fettsyra 18	0,3	0,3
1370 Fiskgryta nr Fettsyra 20	0	0
1370 Fiskgryta nr EPA (Fettsy	0	0
1370 Fiskgryta nr DPA (Fettsy	0	0
1370 Fiskgryta nr DHA (Fettsy	0,1	0,1
1370 Fiskgryta nr Summa tra	0	0
1370 Fiskgryta nr Kolesterol	35	33,6
1370 Fiskgryta nr Monosacke	0,9	0,9

1370 Fiskgryta r Disackaride	1	1
1370 Fiskgryta r Sackaros	1	1
1370 Fiskgryta r Energi (kJ)	427	424
1370 Fiskgryta r Energi (kca	102	101
1370 Fiskgryta r Aska	2	2
1370 Fiskgryta r Vatten	76,7	77,6
1370 Fiskgryta r Avfall (skal	25	25
1370 Fiskgryta r Kolhydrate	2,8	2,7
1370 Fiskgryta r Protein	13,1	12,7
1370 Fiskgryta r Fibrer	1,8	1,7
1370 Fiskgryta r Fett	3,9	4
1370 Fiskgryta r Fosfor	147	159
1370 Fiskgryta r Jod	62	87
1370 Fiskgryta r Järn	0,67	0,65
1370 Fiskgryta r Kalcium	34	30
1370 Fiskgryta r Kalium	334	313
1370 Fiskgryta r Magnesium	23	25
1370 Fiskgryta r Natrium	392	387
1370 Fiskgryta r Selen	14,8	15,7
1370 Fiskgryta r Zink	0,46	0,53
1370 Fiskgryta r Retinolekvi	105	102
1370 Fiskgryta r Retinol	2	2
1370 Fiskgryta r Vitamin D	0,91	0,91
1370 Fiskgryta r Vitamin E	1,16	1,17
1370 Fiskgryta r $\beta$ -Karoten	757	736
1370 Fiskgryta r Vitamin K		0
1370 Fiskgryta r Tiamin	0,09	0,09
1370 Fiskgryta r Riboflavin	0,07	0,07
1370 Fiskgryta r Vitamin C	5	5
1370 Fiskgryta r Niacin	1,8	1,9
1370 Fiskgryta r Niacinekviv	4,2	4,2
1370 Fiskgryta r Vitamin B1	0,56	0,94
1370 Fiskgryta r Vitamin B6	0,15	0,14
1370 Fiskgryta r Folat	21	22
1370 Fiskgryta r Summa n-3 fettsyror		0,1
1370 Fiskgryta r Summa n-6 fettsyror		0
1370 Fiskgryta r Salt	1	1
1370 Fiskgryta r Summa lån	0	0,1
1383 Torskrom s Summa mä	0,7	0,8
1383 Torskrom s Summa enl	2,8	3
1383 Torskrom s Summa flei	1,8	2
1383 Torskrom s Fettsyra 12	0	0
1383 Torskrom s Fettsyra 14	0	0
1383 Torskrom s Fettsyra 16	0,4	0,4
1383 Torskrom s Fettsyra 18	0,1	0,1
1383 Torskrom s Fettsyra 20	0,1	0,1
1383 Torskrom s Fettsyra 16	0,1	0,1
1383 Torskrom s Fettsyra 18	2,7	2,9
1383 Torskrom s Fettsyra 18	0,8	0,9
1383 Torskrom s Fettsyra 18	0,4	0,4

1383 Torskrom s EPA (Fettsy	0,2	0,2
1383 Torskrom s DHA (Fetts'	0,4	0,4
1383 Torskrom s Summa tra	0	0
1383 Torskrom s Kolesterol	233,3	229,8
1383 Torskrom s Energi (kJ)	666	673
1383 Torskrom s Energi (kca	159	161
1383 Torskrom s Aska	1,9	1,8
1383 Torskrom s Vatten	65,9	66,4
1383 Torskrom s Kolhydrate	2	2
1383 Torskrom s Protein	24,3	24
1383 Torskrom s Fett	5,9	6,3
1383 Torskrom s Fosfor	407	401
1383 Torskrom s Järn	1,79	1,76
1383 Torskrom s Kalcium	12	12
1383 Torskrom s Kalium	233	230
1383 Torskrom s Magnesium	11	11
1383 Torskrom s Natrium	432	426
1383 Torskrom s Selen	19,9	19,6
1383 Torskrom s Zink	2,58	2,54
1383 Torskrom s Retinolekvi	41	40
1383 Torskrom s Vitamin D	4,48	4,42
1383 Torskrom s Vitamin E	10,84	10,68
1383 Torskrom s Tiamin	0,22	0,22
1383 Torskrom s Riboflavin	0,44	0,43
1383 Torskrom s Niacin	0,8	0,8
1383 Torskrom s Niacinekviv	5,3	5,2
1383 Torskrom s Vitamin B1	12,66	12,47
1383 Torskrom s Vitamin B6	0,16	0,16
1383 Torskrom s Folat	8	8
1383 Torskrom s Salt	1,1	1,1
1385 Blåmusslor Summa mä	0,4	0,5
1385 Blåmusslor Summa enl	0,4	0,5
1385 Blåmusslor Summa flei	0,5	1,1
1385 Blåmusslor Fettsyra 14	0	0,1
1385 Blåmusslor Fettsyra 16	0,2	0,3
1385 Blåmusslor Fettsyra 18	0,1	0,1
1385 Blåmusslor Fettsyra 16	0,1	0,2
1385 Blåmusslor Fettsyra 18	0,1	0,3
1385 Blåmusslor Fettsyra 18	0	0,1
1385 Blåmusslor Fettsyra 18	0	0,1
1385 Blåmusslor Fettsyra 20	0,1	0
1385 Blåmusslor EPA (Fettsy	0,2	0,4
1385 Blåmusslor DHA (Fetts'	0,1	0,3
1385 Blåmusslor Summa tra	0	0
1385 Blåmusslor Kolesterol	50	30,9
1385 Blåmusslor Monosacke	0	0,1
1385 Blåmusslor Energi (kJ)	326	474
1385 Blåmusslor Energi (kca	78	113
1385 Blåmusslor Aska	1,5	2,4
1385 Blåmusslor Vatten	81,9	73,5

1385 Blåmusslor Kolhydrat	0	2,3
1385 Blåmusslor Protein	14,4	18,5
1385 Blåmusslor Fett	2,2	3,3
1385 Blåmusslor Fosfor	235	393
1385 Blåmusslor Järn	3,4	4,16
1385 Blåmusslor Kalcium	88	66
1385 Blåmusslor Kalium	315	120
1385 Blåmusslor Magnesium	23	60
1385 Blåmusslor Natrium	290	273
1385 Blåmusslor Selen	60	68,1
1385 Blåmusslor Zink	1,5	2,88
1385 Blåmusslor Retinolekvi	84	67
1385 Blåmusslor Retinol	84	61
1385 Blåmusslor Vitamin E	0,9	3,07
1385 Blåmusslor $\beta$ -Karoten	0	44
1385 Blåmusslor Vitamin K		6
1385 Blåmusslor Tiamin	0,16	0,04
1385 Blåmusslor Riboflavin	0,21	0,43
1385 Blåmusslor Niacin	1,6	2
1385 Blåmusslor Niacinekviv	4,2	5,3
1385 Blåmusslor Vitamin B1	10,2	7,87
1385 Blåmusslor Vitamin B6	0,1	0,09
1385 Blåmusslor Folat	42	37
1385 Blåmusslor Summa n-3 fettsyror		0,9
1385 Blåmusslor Summa n-6 fettsyror		0,2
1385 Blåmusslor Salt	0,7	0,7
1385 Blåmusslor Summa långa n-3 fetts		0,7
1394 Kräfta Summa mä	0,2	0,1
1394 Kräfta Summa enl	0,2	0,2
1394 Kräfta Summa flei	0,3	0,2
1394 Kräfta Fettsyra 14	0	0
1394 Kräfta Fettsyra 16	0,1	0,1
1394 Kräfta Fettsyra 18	0	0
1394 Kräfta Fettsyra 16	0	0
1394 Kräfta Fettsyra 18	0,1	0,1
1394 Kräfta Fettsyra 18	0	0,1
1394 Kräfta Fettsyra 18	0	0
1394 Kräfta Fettsyra 20	0	0
1394 Kräfta DPA (Fettsy)	0	0
1394 Kräfta DHA (Fettsy)	0	0
1394 Kräfta Kolesterol	140	110
1394 Kräfta Disackaride	0	0,2
1394 Kräfta Sackaros	0	0,2
1394 Kräfta Energi (kJ)	288	289
1394 Kräfta Energi (kca)	69	69
1394 Kräfta Aska	1	3
1394 Kräfta Vatten	82	80,9
1394 Kräfta Kolhydrat	0	0,2
1394 Kräfta Protein	14,9	15,6
1394 Kräfta Fett	1	0,8

1394 Kräfte	Fosfor	200	148
1394 Kräfte	Jod		77
1394 Kräfte	Järn	1,5	0,75
1394 Kräfte	Kalcium	77	78
1394 Kräfte	Kalium	220	148
1394 Kräfte	Magnesium	25	28
1394 Kräfte	Natrium	140	893
1394 Kräfte	Selen	50	18
1394 Kräfte	Zink	2,3	2,06
1394 Kräfte	Retinolekvi	15	11
1394 Kräfte	Retinol	15	0
1394 Kräfte	Vitamin D	0,5	0
1394 Kräfte	Vitamin E	1,5	2,04
1394 Kräfte	β-Karoten	0	126
1394 Kräfte	Vitamin K		2
1394 Kräfte	Tiamin	0,15	0,04
1394 Kräfte	Riboflavin	0,04	0,12
1394 Kräfte	Niacin	1,9	1,6
1394 Kräfte	Niacinekviv	4,6	4,4
1394 Kräfte	Vitamin B1	2,7	3,63
1394 Kräfte	Vitamin B6	0,2	0,03
1394 Kräfte	Folat	17	30
1394 Kräfte	Summa n-3 fettsyror		0,1
1394 Kräfte	Summa n-6 fettsyror		0,1
1394 Kräfte	Salt	0,4	2,2
1394 Kräfte	Summa långa n-3 fetts		0,1
1395 Råkor	Summa mä	0,2	0,1
1395 Råkor	Summa enl	0,2	0,2
1395 Råkor	Summa flei	0,3	0,2
1395 Råkor	Fettsyra 14	0	0
1395 Råkor	Fettsyra 16	0,1	0,1
1395 Råkor	Fettsyra 18	0	0
1395 Råkor	Fettsyra 16	0,1	0
1395 Råkor	Fettsyra 18	0,1	0,1
1395 Råkor	Fettsyra 18	0	0
1395 Råkor	EPA (Fettsy	0,2	0,1
1395 Råkor	DPA (Fettsy	0	0
1395 Råkor	DHA (Fettsy	0,1	0,1
1395 Råkor	Kolesterol	152	147
1395 Råkor	Energi (kJ)	409	323
1395 Råkor	Energi (kca	98	77
1395 Råkor	Aska	1,4	2,2
1395 Råkor	Vatten	76,6	78,7
1395 Råkor	Protein	20,3	17,6
1395 Råkor	Fett	1,7	0,6
1395 Råkor	Fosfor	166	147
1395 Råkor	Jod		20
1395 Råkor	Järn	1,6	0,22
1395 Råkor	Kalcium	63	21
1395 Råkor	Kalium	220	88

1395 Råkor	Magnesium	42	37
1395 Råkor	Natrium	140	630
1395 Råkor	Selen	21	23
1395 Råkor	Zink	1,3	1,12
1395 Råkor	Retinolekvi	15	0
1395 Råkor	Retinol	15	0
1395 Råkor	Vitamin D	0,5	0
1395 Råkor	Vitamin E	4	3,93
1395 Råkor	Vitamin K		0
1395 Råkor	Tiamin	0,02	0,04
1395 Råkor	Riboflavin	0,03	0
1395 Råkor	Niacin	3,2	1
1395 Råkor	Niacinekviv	6,9	4,2
1395 Råkor	Vitamin B1	0,9	3,52
1395 Råkor	Vitamin B6	0,1	0,04
1395 Råkor	Folat	7	14
1395 Råkor	Summa n-3 fettsyror		0,2
1395 Råkor	Summa n-6 fettsyror		0
1395 Råkor	Salt	0,4	1,6
1395 Råkor	Summa långa n-3 fetts		0,2
1409 Hummerså	Summa mä	5	4,9
1409 Hummerså	Summa enl	3	3
1409 Hummerså	Summa flei	0,9	1
1409 Hummerså	Fettsyra 4:(	0,7	0,7
1409 Hummerså	Fettsyra 12	0,2	0,2
1409 Hummerså	Fettsyra 14	0,8	0,8
1409 Hummerså	Fettsyra 16	2,2	2,1
1409 Hummerså	Fettsyra 18	0,9	0,9
1409 Hummerså	Fettsyra 20	0	0
1409 Hummerså	Fettsyra 16	0,1	0,1
1409 Hummerså	Fettsyra 18	2,8	2,8
1409 Hummerså	Fettsyra 18	0,5	0,6
1409 Hummerså	Fettsyra 18	0,2	0,2
1409 Hummerså	EPA (Fettsy	0,1	0,1
1409 Hummerså	DPA (Fettsy	0	0
1409 Hummerså	DHA (Fettsy	0	0
1409 Hummerså	Summa tra	0,2	0,2
1409 Hummerså	Kolesterol	72	70
1409 Hummerså	Monosacke	0,1	0,1
1409 Hummerså	Disackaride	0,7	0,6
1409 Hummerså	Sackaros	0,1	0,1
1409 Hummerså	Energi (kJ)	557	550
1409 Hummerså	Energi (kca	133	131
1409 Hummerså	Aska	1,9	1,8
1409 Hummerså	Vatten	76,8	77,4
1409 Hummerså	Avfall (skal	28	28
1409 Hummerså	Kolhydrate	3,2	3,1
1409 Hummerså	Protein	8,3	8
1409 Hummerså	Fibrer	0,1	0,1
1409 Hummerså	Fett	9,8	9,7



1409 Hummerså Fosfor	92	89
1409 Hummerså Jod	2	2
1409 Hummerså Järn	0,43	0,42
1409 Hummerså Kalcium	41	40
1409 Hummerså Kalium	132	128
1409 Hummerså Magnesium	22	22
1409 Hummerså Natrium	313	305
1409 Hummerså Selen	39,8	38,8
1409 Hummerså Zink	1,43	1,39
1409 Hummerså Retinolekvi	83	81
1409 Hummerså Retinol	59	58
1409 Hummerså Vitamin D	0,3	0,29
1409 Hummerså Vitamin E	1,21	1,18
1409 Hummerså $\beta$ -Karoten	50	49
1409 Hummerså Vitamin K	1	1
1409 Hummerså Tiamin	0,06	0,06
1409 Hummerså Riboflavin	0,04	0,04
1409 Hummerså Vitamin C	0	0
1409 Hummerså Niacin	0,8	0,8
1409 Hummerså Niacinekviv	2,4	2,3
1409 Hummerså Vitamin B1	0,27	0,26
1409 Hummerså Vitamin B6	0,04	0,04
1409 Hummerså Folat	7	7
1409 Hummerså Salt	0,8	0,8
1411 Räkstuvnin Summa mä	1,9	1,9
1411 Räkstuvnin Summa enl	2,6	2,7
1411 Räkstuvnin Summa flei	1,1	1,2
1411 Räkstuvnin Fettsyra 4:(	0,2	0,2
1411 Räkstuvnin Fettsyra 12	0,1	0,1
1411 Räkstuvnin Fettsyra 14	0,2	0,2
1411 Räkstuvnin Fettsyra 16	0,9	0,8
1411 Räkstuvnin Fettsyra 18	0,4	0,4
1411 Räkstuvnin Fettsyra 20	0	0
1411 Räkstuvnin Fettsyra 16	0	0
1411 Räkstuvnin Fettsyra 18	2,5	2,6
1411 Räkstuvnin Fettsyra 18	0,7	0,8
1411 Räkstuvnin Fettsyra 18	0,3	0,3
1411 Räkstuvnin Fettsyra 20	0	0
1411 Räkstuvnin EPA (Fettsy	0,1	0
1411 Räkstuvnin DPA (Fettsy	0	0
1411 Räkstuvnin DHA (Fettsy	0	0
1411 Räkstuvnin Summa tra	0,1	0,1
1411 Räkstuvnin Kolesterol	80,2	59,2
1411 Räkstuvnin Monosacke	0	0
1411 Räkstuvnin Disackaride	0,7	0,7
1411 Räkstuvnin Sackaros	0	0
1411 Räkstuvnin Energi (kJ)	477	441
1411 Räkstuvnin Energi (kca	114	105
1411 Räkstuvnin Aska	2,1	1,5
1411 Räkstuvnin Vatten	76,8	79,7

1411 Räkstuvnin Avfall (skal	11	22
1411 Räkstuvnin Kolhydrater	5,1	5,1
1411 Räkstuvnin Protein	9,9	7,5
1411 Räkstuvnin Fibrer	0,2	0,2
1411 Räkstuvnin Fett	6	6,1
1411 Räkstuvnin Fosfor	116	73
1411 Räkstuvnin Jod	2	9
1411 Räkstuvnin Järn	1,25	0,21
1411 Räkstuvnin Kalcium	60	26
1411 Räkstuvnin Kalium	77	63
1411 Räkstuvnin Magnesium	22	18
1411 Räkstuvnin Natrium	512	383
1411 Räkstuvnin Selen	7,8	8,7
1411 Räkstuvnin Zink	0,58	0,51
1411 Räkstuvnin Retinolekvi	59	52
1411 Räkstuvnin Retinol	25	18
1411 Räkstuvnin Vitamin D	0,63	0,41
1411 Räkstuvnin Vitamin E	1,32	2,19
1411 Räkstuvnin $\beta$ -Karoten	23	23
1411 Räkstuvnin Vitamin K	0	0
1411 Räkstuvnin Tiamin	0,04	0,05
1411 Räkstuvnin Riboflavin	0,04	0,03
1411 Räkstuvnin Vitamin C	0	0
1411 Räkstuvnin Niacin	1,2	0,7
1411 Räkstuvnin Niacinekviv	3	2,1
1411 Räkstuvnin Vitamin B1	0,42	1,23
1411 Räkstuvnin Vitamin B6	0,05	0,03
1411 Räkstuvnin Folat	3	6
1411 Räkstuvnin Summa n-3	0	0,1
1411 Räkstuvnin Summa n-6	0	0
1411 Räkstuvnin Salt	1,3	1
1411 Räkstuvnin Summa lån	0	0,1
1412 Räksoppa ( Summa mä	1,3	1,3
1412 Räksoppa ( Summa enl	0,9	0,9
1412 Räksoppa ( Summa flei	0,3	0,3
1412 Räksoppa ( Fettsyra 4:(	0,2	0,2
1412 Räksoppa ( Fettsyra 12	0,1	0,1
1412 Räksoppa ( Fettsyra 14	0,2	0,2
1412 Räksoppa ( Fettsyra 16	0,6	0,6
1412 Räksoppa ( Fettsyra 18	0,2	0,2
1412 Räksoppa ( Fettsyra 20	0	0
1412 Räksoppa ( Fettsyra 16	0	0
1412 Räksoppa ( Fettsyra 18	0,8	0,8
1412 Räksoppa ( Fettsyra 18	0,2	0,2
1412 Räksoppa ( Fettsyra 18	0,1	0,1
1412 Räksoppa ( Fettsyra 20	0	0
1412 Räksoppa ( EPA (Fettsy	0	0
1412 Räksoppa ( DPA (Fettsy	0	0
1412 Räksoppa ( DHA (Fettsy	0	0
1412 Räksoppa ( Summa tra	0,1	0,1

1412 Råksoppa ( Kolesterol	44,9	44,6
1412 Råksoppa ( Monosackarid	0,4	0,4
1412 Råksoppa ( Disackaride	0,4	0,4
1412 Råksoppa ( Sackaros	0,1	0,1
1412 Råksoppa ( Energi (kJ)	256	257
1412 Råksoppa ( Energi (kca	61	61
1412 Råksoppa ( Aska	1,9	1,8
1412 Råksoppa ( Vatten	86	86,1
1412 Råksoppa ( Avfall (skal	16	16
1412 Råksoppa ( Kolhydrat	2,4	2,4
1412 Råksoppa ( Protein	6,6	6,5
1412 Råksoppa ( Fibrer	0,2	0,2
1412 Råksoppa ( Fett	2,7	2,8
1412 Råksoppa ( Fosfor	78	78
1412 Råksoppa ( Jod	1	1
1412 Råksoppa ( Järn	0,93	0,92
1412 Råksoppa ( Kalcium	42	42
1412 Råksoppa ( Kalium	78	71
1412 Råksoppa ( Magnesium	16	16
1412 Råksoppa ( Natrium	428	426
1412 Råksoppa ( Selen	5,1	5,1
1412 Råksoppa ( Zink	0,39	0,39
1412 Råksoppa ( Retinolekvi	30	30
1412 Råksoppa ( Retinol	19	19
1412 Råksoppa ( Vitamin D	0,25	0,25
1412 Råksoppa ( Vitamin E	0,67	0,67
1412 Råksoppa ( $\beta$ -Karoten	52	52
1412 Råksoppa ( Vitamin K	0	0
1412 Råksoppa ( Tiamin	0,02	0,02
1412 Råksoppa ( Riboflavin	0,03	0,02
1412 Råksoppa ( Vitamin C	1	1
1412 Råksoppa ( Niacin	1	1
1412 Råksoppa ( Niacinekviv	2,2	2,2
1412 Råksoppa ( Vitamin B1	0,29	0,29
1412 Råksoppa ( Vitamin B6	0,04	0,04
1412 Råksoppa ( Folat	3	3
1412 Råksoppa ( Salt	1,1	1,1
1433 Paltbröd kc Summa mä	0,1	0,1
1433 Paltbröd kc Summa enl	0,2	0,2
1433 Paltbröd kc Summa flei	0,3	0,2
1433 Paltbröd kc Fettsyra 16	0,1	0,1
1433 Paltbröd kc Fettsyra 18	0	0
1433 Paltbröd kc Fettsyra 18	0,2	0,2
1433 Paltbröd kc Fettsyra 18	0,2	0,2
1433 Paltbröd kc Fettsyra 18	0	0
1433 Paltbröd kc Kolesterol	16,4	13,4
1433 Paltbröd kc Monosackarid	2,6	2,1
1433 Paltbröd kc Disackaride	5,1	4,2
1433 Paltbröd kc Sackaros	5,1	4,2
1433 Paltbröd kc Energi (kJ)	328	268

1433 Paltbröd kc Energi (kca	78	64
1433 Paltbröd kc Aska	1,2	1
1433 Paltbröd kc Vatten	79,7	83,4
1433 Paltbröd kc Kolhydrate	13,1	10,7
1433 Paltbröd kc Protein	3,9	3,2
1433 Paltbröd kc Fiberer	1,3	1,1
1433 Paltbröd kc Fett	0,8	0,6
1433 Paltbröd kc Fosfor	65	53
1433 Paltbröd kc Jod	14	11
1433 Paltbröd kc Järn	7,13	5,82
1433 Paltbröd kc Kalcium	12	10
1433 Paltbröd kc Kalium	47	37
1433 Paltbröd kc Magnesium	4	4
1433 Paltbröd kc Natrium	207	169
1433 Paltbröd kc Selen	0,8	0,7
1433 Paltbröd kc Zink	0,36	0,29
1433 Paltbröd kc Retinolekvi	3	3
1433 Paltbröd kc Retinol	3	3
1433 Paltbröd kc Vitamin D	0,25	0,2
1433 Paltbröd kc Vitamin E	0,07	0,05
1433 Paltbröd kc Tiamin	0,06	0,05
1433 Paltbröd kc Riboflavin	0,03	0,03
1433 Paltbröd kc Niacin	0,7	0,6
1433 Paltbröd kc Niacinekviv	1,4	1,2
1433 Paltbröd kc Vitamin B1	0,07	0,06
1433 Paltbröd kc Vitamin B6	0,04	0,03
1433 Paltbröd kc Folat	3	2
1433 Paltbröd kc Salt	0,5	0,4
1452 Kycklinghä Vitamin C	3	0
1458 Nötlever p: Summa mä	1,7	1,5
1458 Nötlever p: Summa enl	2,9	2,9
1458 Nötlever p: Summa flei	1,8	1,8
1458 Nötlever p: Fettsyra 12	0	0
1458 Nötlever p: Fettsyra 14	0	0
1458 Nötlever p: Fettsyra 16	0,8	0,7
1458 Nötlever p: Fettsyra 18	0,6	0,6
1458 Nötlever p: Fettsyra 20	0	0
1458 Nötlever p: Fettsyra 16	0,1	0,1
1458 Nötlever p: Fettsyra 18	2,8	2,7
1458 Nötlever p: Fettsyra 18	0,9	0,9
1458 Nötlever p: Fettsyra 18	0,3	0,3
1458 Nötlever p: Fettsyra 20	0,2	0,2
1458 Nötlever p: EPA (Fettsy	0,1	0,1
1458 Nötlever p: DPA (Fettsy	0,1	0,1
1458 Nötlever p: DHA (Fettsy	0	0
1458 Nötlever p: Summa tra	0	0
1458 Nötlever p: Kolesterol	360,7	328,6
1458 Nötlever p: Monosackä	0	0
1458 Nötlever p: Disackaride	0,1	0,1
1458 Nötlever p: Sackaros	0	0

1458 Nötlever p: Energi (kJ)	877	812
1458 Nötlever p: Energi (kca)	210	194
1458 Nötlever p: Aska	3,3	3
1458 Nötlever p: Vatten	53,7	57,9
1458 Nötlever p: Avfall (skal	8	8
1458 Nötlever p: Kolhydrat	10,6	9,6
1458 Nötlever p: Protein	24,8	22,6
1458 Nötlever p: Fibrer	0,2	0,2
1458 Nötlever p: Fett	7,4	7,1
1458 Nötlever p: Fosfor	424	387
1458 Nötlever p: Jod	75	69
1458 Nötlever p: Järn	11,4	10,39
1458 Nötlever p: Kalcium	13	12
1458 Nötlever p: Kalium	352	321
1458 Nötlever p: Magnesium	43	39
1458 Nötlever p: Natrium	680	619
1458 Nötlever p: Selen	18,2	16,6
1458 Nötlever p: Zink	4,87	4,44
1458 Nötlever p: Retinolekvi	17204	15674
1458 Nötlever p: Retinol	17074	15555
1458 Nötlever p: Vitamin D	0,59	0,54
1458 Nötlever p: Vitamin E	1,76	1,6
1458 Nötlever p: $\beta$ -Karoten	1142	1041
1458 Nötlever p: Vitamin K	0	0
1458 Nötlever p: Tiamin	0,27	0,25
1458 Nötlever p: Riboflavin	4,05	3,69
1458 Nötlever p: Vitamin C	28	25
1458 Nötlever p: Niacin	13,8	12,5
1458 Nötlever p: Niacinekviv	18,3	16,7
1458 Nötlever p: Vitamin B1	105,81	96,4
1458 Nötlever p: Vitamin B6	0,98	0,89
1458 Nötlever p: Folat	2075	1891
1458 Nötlever p: Salt	1,7	1,6
1459 Nötlever ej Summa mä	1,4	1,3
1459 Nötlever ej Summa enl	0,9	0,8
1459 Nötlever ej Summa flei	0,8	0,7
1459 Nötlever ej Fettsyra 14	0	0
1459 Nötlever ej Fettsyra 16	0,7	0,6
1459 Nötlever ej Fettsyra 18	0,6	0,6
1459 Nötlever ej Fettsyra 20	0	0
1459 Nötlever ej Fettsyra 16	0,1	0,1
1459 Nötlever ej Fettsyra 18	0,7	0,7
1459 Nötlever ej Fettsyra 18	0,2	0,2
1459 Nötlever ej Fettsyra 18	0	0
1459 Nötlever ej Fettsyra 20	0,2	0,2
1459 Nötlever ej EPA (Fettsy	0,1	0,1
1459 Nötlever ej DPA (Fettsy	0,1	0,1
1459 Nötlever ej DHA (Fettsy	0	0
1459 Nötlever ej Kolesterol	410	372,9
1459 Nötlever ej Energi (kJ)	724	658

1459 Nötlever ej Energi (kca	173	157
1459 Nötlever ej Aska	3,6	2,3
1459 Nötlever ej Vatten	58,8	63,5
1459 Nötlever ej Avfall (skal	10	9
1459 Nötlever ej Kolhydrat	6	5,5
1459 Nötlever ej Protein	27,3	24,9
1459 Nötlever ej Fett	4,2	3,9
1459 Nötlever ej Fosfor	473	429
1459 Nötlever ej Jod	86	26
1459 Nötlever ej Järn	12,86	11,69
1459 Nötlever ej Kalcium	13	11
1459 Nötlever ej Kalium	390	354
1459 Nötlever ej Magnesium	47	42
1459 Nötlever ej Natrium	744	266
1459 Nötlever ej Selen	20,5	18,6
1459 Nötlever ej Zink	5,47	4,97
1459 Nötlever ej Retinolekvi	19516	17748
1459 Nötlever ej Retinol	19408	17650
1459 Nötlever ej Vitamin D	0,18	0,16
1459 Nötlever ej Vitamin E	1,09	0,99
1459 Nötlever ej $\beta$ -Karoten	1298	1181
1459 Nötlever ej Tiamin	0,28	0,25
1459 Nötlever ej Riboflavin	4,59	4,18
1459 Nötlever ej Vitamin C	32	29
1459 Nötlever ej Niacin	15,3	13,9
1459 Nötlever ej Niacinekviv	20,3	18,5
1459 Nötlever ej Vitamin B1	120,27	109,38
1459 Nötlever ej Vitamin B6	1,09	0,99
1459 Nötlever ej Folat	2358	2144
1459 Nötlever ej Salt	1,9	0,7
1462 Hjärtgryta   Summa mä	1,5	1,5
1462 Hjärtgryta   Summa enl	1,9	2
1462 Hjärtgryta   Summa flel	0,6	0,6
1462 Hjärtgryta   Fettsyra 16	0,7	0,7
1462 Hjärtgryta   Fettsyra 18	0,6	0,6
1462 Hjärtgryta   Fettsyra 18	1,8	1,9
1462 Hjärtgryta   Fettsyra 18	0,4	0,4
1462 Hjärtgryta   Fettsyra 18	0,1	0,2
1462 Hjärtgryta   Energi (kJ)	384	389
1462 Hjärtgryta   Energi (kca	92	93
1462 Hjärtgryta   Fett	4,8	4,9
1463 Korvkaka   Summa mä	1	1
1463 Korvkaka   Summa enl	0,9	1
1463 Korvkaka   Summa flel	0,4	0,5
1463 Korvkaka   Fettsyra 4:(	0,1	0,1
1463 Korvkaka   Fettsyra 12	0	0
1463 Korvkaka   Fettsyra 14	0,1	0,1
1463 Korvkaka   Fettsyra 16	0,5	0,5
1463 Korvkaka   Fettsyra 18	0,2	0,2
1463 Korvkaka   Fettsyra 20	0	0

1463 Korvkaka le Fettsyra 16	0	0
1463 Korvkaka le Fettsyra 18	0,9	0,9
1463 Korvkaka le Fettsyra 18	0,3	0,3
1463 Korvkaka le Fettsyra 18	0,1	0,1
1463 Korvkaka le Fettsyra 20	0	0
1463 Korvkaka le EPA (Fettsy	0	0
1463 Korvkaka le DPA (Fettsy	0	0
1463 Korvkaka le DHA (Fetts	0	0
1463 Korvkaka le Summa tra	0	0
1463 Korvkaka le Kolesterol	67,3	67,4
1463 Korvkaka le Monosacke	3	3
1463 Korvkaka le Disackaride	2,1	2,1
1463 Korvkaka le Sackaros	0,7	0,7
1463 Korvkaka le Energi (kJ)	370	371
1463 Korvkaka le Energi (kca	89	89
1463 Korvkaka le Aska	1,5	1,5
1463 Korvkaka le Vatten	79,2	79,3
1463 Korvkaka le Avfall (skal	3	3
1463 Korvkaka le Kolhydrate	10,1	10
1463 Korvkaka le Protein	5,5	5,5
1463 Korvkaka le Fibrer	0,7	0,7
1463 Korvkaka le Fett	2,7	2,8
1463 Korvkaka le Fosfor	108	108
1463 Korvkaka le Jod	43	43
1463 Korvkaka le Järn	2,35	2,35
1463 Korvkaka le Kalcium	45	45
1463 Korvkaka le Kalium	151	151
1463 Korvkaka le Magnesium	13	13
1463 Korvkaka le Natrium	357	355
1463 Korvkaka le Selen	6,7	6,7
1463 Korvkaka le Zink	1,15	1,15
1463 Korvkaka le Retinolekvi	2041	2041
1463 Korvkaka le Retinol	2028	2028
1463 Korvkaka le Vitamin D	0,19	0,19
1463 Korvkaka le Vitamin E	0,64	0,64
1463 Korvkaka le $\beta$ -Karoten	76	76
1463 Korvkaka le Vitamin K	2	2
1463 Korvkaka le Tiamin	0,06	0,06
1463 Korvkaka le Riboflavin	0,69	0,69
1463 Korvkaka le Vitamin C	4	4
1463 Korvkaka le Niacin	2,1	2,1
1463 Korvkaka le Niacinekviv	3,2	3,2
1463 Korvkaka le Vitamin B1	9,03	9,03
1463 Korvkaka le Vitamin B6	0,16	0,16
1463 Korvkaka le Folat	214	214
1463 Korvkaka le Summa n-3	0	0
1463 Korvkaka le Summa n-6	0,1	0,1
1463 Korvkaka le Salt	0,9	0,9
1464 Kycklinglev Summa mä	1,6	3,1
1464 Kycklinglev Summa enl	3,1	3,2

1464 Kycklinglev Summa flei	1,9	1,6
1464 Kycklinglev Fettsyra 4:(	0	0,3
1464 Kycklinglev Fettsyra 12	0	0,1
1464 Kycklinglev Fettsyra 14	0	0,3
1464 Kycklinglev Fettsyra 16	0,9	1,4
1464 Kycklinglev Fettsyra 18	0,4	0,7
1464 Kycklinglev Fettsyra 20	0	0
1464 Kycklinglev Fettsyra 16	0	0,1
1464 Kycklinglev Fettsyra 18	3,1	3,1
1464 Kycklinglev Fettsyra 18	1,1	1
1464 Kycklinglev Fettsyra 18	0,4	0,3
1464 Kycklinglev Fettsyra 20	0,1	0,1
1464 Kycklinglev EPA (Fettsy	0,1	0,1
1464 Kycklinglev DPA (Fettsy	0	0
1464 Kycklinglev DHA (Fetts	0,1	0,1
1464 Kycklinglev Summa tra	0	0,1
1464 Kycklinglev Kolesterol	223,1	222,6
1464 Kycklinglev Monosacke	0,2	0,2
1464 Kycklinglev Disackaride	0,2	0,5
1464 Kycklinglev Sackaros	0,1	0
1464 Kycklinglev Energi (kJ)	525	567
1464 Kycklinglev Energi (kca	125	136
1464 Kycklinglev Aska	1,9	2,3
1464 Kycklinglev Vatten	75,7	74,7
1464 Kycklinglev Avfall (skal	1	1
1464 Kycklinglev Kolhydrate	3,4	3,4
1464 Kycklinglev Protein	11,2	10,8
1464 Kycklinglev Alkohol	0,1	0
1464 Kycklinglev Fibrer	0,4	0,4
1464 Kycklinglev Fett	7,3	8,7
1464 Kycklinglev Fosfor	210	205
1464 Kycklinglev Jod	0	26
1464 Kycklinglev Järn	3,87	3,7
1464 Kycklinglev Kalcium	11	18
1464 Kycklinglev Kalium	242	226
1464 Kycklinglev Magnesium	16	16
1464 Kycklinglev Natrium	376	543
1464 Kycklinglev Selen	24,2	23,3
1464 Kycklinglev Zink	1,4	1,37
1464 Kycklinglev Retinolekvi	4844	4664
1464 Kycklinglev Retinol	4813	4632
1464 Kycklinglev Vitamin D	0,61	0,6
1464 Kycklinglev Vitamin E	2,35	2,03
1464 Kycklinglev $\beta$ -Karoten	13	20
1464 Kycklinglev Vitamin K	1	0
1464 Kycklinglev Tiamin	0,2	0,19
1464 Kycklinglev Riboflavin	1,05	1,01
1464 Kycklinglev Vitamin C	15	14
1464 Kycklinglev Niacin	7,2	6,9
1464 Kycklinglev Niacinekviv	9,2	8,9



1464 Kycklinglev Vitamin B1	10,54	10,12
1464 Kycklinglev Vitamin B6	0,24	0,23
1464 Kycklinglev Folat	360	345
1464 Kycklinglev Summa n-3 fettsyror		0
1464 Kycklinglev Summa n-6 fettsyror		0
1464 Kycklinglev Salt	0,9	1,4
1465 Levergryta Summa mä	3,2	3,1
1465 Levergryta Summa enl	2,8	2,8
1465 Levergryta Summa flei	1,2	1,2
1465 Levergryta Fettsyra 4:(	0,4	0,3
1465 Levergryta Fettsyra 12	0,1	0,1
1465 Levergryta Fettsyra 14	0,4	0,4
1465 Levergryta Fettsyra 16	1,5	1,4
1465 Levergryta Fettsyra 18	0,7	0,7
1465 Levergryta Fettsyra 20	0	0
1465 Levergryta Fettsyra 16	0,1	0,1
1465 Levergryta Fettsyra 18	2,6	2,6
1465 Levergryta Fettsyra 18	0,7	0,7
1465 Levergryta Fettsyra 18	0,3	0,3
1465 Levergryta Fettsyra 20	0,1	0,1
1465 Levergryta EPA (Fettsy	0	0
1465 Levergryta DPA (Fettsy	0,1	0
1465 Levergryta DHA (Fetts'	0	0
1465 Levergryta Summa tra	0,1	0,1
1465 Levergryta Kolesterol	180,1	169,5
1465 Levergryta Monosackä	0,8	0,7
1465 Levergryta Disackaride	1,6	1,5
1465 Levergryta Sackaros	0,5	0,4
1465 Levergryta Energi (kJ)	636	609
1465 Levergryta Energi (kca	152	145
1465 Levergryta Aska	2,6	2,5
1465 Levergryta Vatten	68,4	70,3
1465 Levergryta Avfall (skal	6	5
1465 Levergryta Kolhydrate	6,9	6,5
1465 Levergryta Protein	12,9	12,1
1465 Levergryta Fibrer	0,4	0,4
1465 Levergryta Fett	8	7,8
1465 Levergryta Fosfor	233	219
1465 Levergryta Jod	50	47
1465 Levergryta Järn	5,53	5,21
1465 Levergryta Kalcium	40	38
1465 Levergryta Kalium	260	231
1465 Levergryta Magnesium	27	26
1465 Levergryta Natrium	624	587
1465 Levergryta Selen	9	8,5
1465 Levergryta Zink	2,45	2,31
1465 Levergryta Retinolekvi	8138	7659
1465 Levergryta Retinol	8067	7592
1465 Levergryta Vitamin D	0,48	0,45
1465 Levergryta Vitamin E	1,19	1,12

1465	Levergryta $\beta$ -Karoten	583	549
1465	Levergryta Vitamin K	0	0
1465	Levergryta Tiamin	0,14	0,13
1465	Levergryta Riboflavin	1,71	1,61
1465	Levergryta Vitamin C	14	13
1465	Levergryta Niacin	6,5	6,1
1465	Levergryta Niacinekviv	8,9	8,4
1465	Levergryta Vitamin B1	40,53	38,14
1465	Levergryta Vitamin B6	0,33	0,31
1465	Levergryta Folat	917	863
1465	Levergryta Salt	1,6	1,5
1466	Njurstuvnir Summa mä	3	2,9
1466	Njurstuvnir Summa enl	2,8	2,8
1466	Njurstuvnir Summa flei	1,1	1,1
1466	Njurstuvnir Fettsyra 4:(	0,3	0,3
1466	Njurstuvnir Fettsyra 12	0,1	0,1
1466	Njurstuvnir Fettsyra 14	0,3	0,3
1466	Njurstuvnir Fettsyra 16	1,3	1,3
1466	Njurstuvnir Fettsyra 18	0,8	0,8
1466	Njurstuvnir Fettsyra 20	0	0
1466	Njurstuvnir Fettsyra 16	0,1	0,1
1466	Njurstuvnir Fettsyra 18	2,7	2,7
1466	Njurstuvnir Fettsyra 18	0,7	0,7
1466	Njurstuvnir Fettsyra 18	0,3	0,3
1466	Njurstuvnir Fettsyra 20	0,1	0,1
1466	Njurstuvnir Summa tra	0,1	0,1
1466	Njurstuvnir Kolesterol	198	189,1
1466	Njurstuvnir Monosacka	0,5	0,5
1466	Njurstuvnir Disackaride	0,6	0,6
1466	Njurstuvnir Sackaros	0,2	0,2
1466	Njurstuvnir Energi (kJ)	511	493
1466	Njurstuvnir Energi (kca	122	118
1466	Njurstuvnir Aska	1,2	1,5
1466	Njurstuvnir Vatten	77,6	78,3
1466	Njurstuvnir Avfall (skal	5	5
1466	Njurstuvnir Kolhydrate	3,3	3,3
1466	Njurstuvnir Protein	9,1	8,7
1466	Njurstuvnir Alkohol	0,3	0
1466	Njurstuvnir Fibrer	0,4	0,4
1466	Njurstuvnir Fett	7,8	7,7
1466	Njurstuvnir Fosfor	163	156
1466	Njurstuvnir Jod	2	22
1466	Njurstuvnir Järn	2,84	2,68
1466	Njurstuvnir Kalcium	21	20
1466	Njurstuvnir Kalium	236	206
1466	Njurstuvnir Magnesiur	15	14
1466	Njurstuvnir Natrium	176	322
1466	Njurstuvnir Selen	47,5	45,4
1466	Njurstuvnir Zink	1,32	1,26
1466	Njurstuvnir Retinolekvi	95	91

1466 Njurstuvnir Retinol	67	64
1466 Njurstuvnir Vitamin D	0,69	0,66
1466 Njurstuvnir Vitamin E	0,86	0,83
1466 Njurstuvnir $\beta$ -Karoten	36	36
1466 Njurstuvnir Vitamin K	0	0
1466 Njurstuvnir Tiamin	0,22	0,21
1466 Njurstuvnir Riboflavin	1,1	1,05
1466 Njurstuvnir Vitamin C	8	8
1466 Njurstuvnir Niacin	4	3,8
1466 Njurstuvnir Niacinekviv	5,7	5,4
1466 Njurstuvnir Vitamin B1	14,21	13,57
1466 Njurstuvnir Vitamin B6	0,14	0,14
1466 Njurstuvnir Folat	27	26
1466 Njurstuvnir Salt	0,4	0,8
1480 Paté på köti Summa mä	4,3	4,3
1480 Paté på köti Summa enl	4,5	4,6
1480 Paté på köti Summa flei	1,3	1,3
1480 Paté på köti Fettsyra 16	2,4	2,4
1480 Paté på köti Fettsyra 18	1,6	1,6
1480 Paté på köti Fettsyra 18	4,1	4,2
1480 Paté på köti Fettsyra 18	0,9	0,9
1480 Paté på köti Fettsyra 18	0,1	0,2
1480 Paté på köti Energi (kJ)	754	758
1480 Paté på köti Energi (kca)	180	181
1480 Paté på köti Fett	11,1	11,2
1523 Bacon mag Summa mä	1,1	1,1
1523 Bacon mag Summa enl	1,3	1,3
1523 Bacon mag Summa flei	0,4	0,3
1523 Bacon mag Fettsyra 14	0	0
1523 Bacon mag Fettsyra 16	0,7	0,6
1523 Bacon mag Fettsyra 18	0,4	0,4
1523 Bacon mag Fettsyra 20	0	0
1523 Bacon mag Fettsyra 16	0,1	0,1
1523 Bacon mag Fettsyra 18	1,2	1,2
1523 Bacon mag Fettsyra 18	0,3	0,2
1523 Bacon mag Fettsyra 18	0	0
1523 Bacon mag Fettsyra 20	0	0
1523 Bacon mag DPA (Fettsy)	0	0
1523 Bacon mag DHA (Fettsy)	0	0
1523 Bacon mag Summa tra	0	0
1523 Bacon mag Kolesterol	36,5	35,5
1523 Bacon mag Monosacke	0,6	0,6
1523 Bacon mag Disackaride	0,2	0,2
1523 Bacon mag Sackaros	0,1	0,1
1523 Bacon mag Energi (kJ)	527	485
1523 Bacon mag Energi (kca)	126	116
1523 Bacon mag Aska	4,9	4,7
1523 Bacon mag Vatten	69,4	70,3
1523 Bacon mag Kolhydrate	1,1	1,1
1523 Bacon mag Protein	21,5	20,9

1523 Bacon mag Fett	3,1	3
1523 Bacon mag Fosfor	186	181
1523 Bacon mag Jod	4	4
1523 Bacon mag Järn	0,64	0,62
1523 Bacon mag Kalcium	8	8
1523 Bacon mag Kalium	391	381
1523 Bacon mag Magnesium	21	20
1523 Bacon mag Natrium	1251	1217
1523 Bacon mag Selen	13,3	12,9
1523 Bacon mag Zink	1,53	1,49
1523 Bacon mag Retinolekvi	6	5
1523 Bacon mag Retinol	6	5
1523 Bacon mag Vitamin D	0,11	0,11
1523 Bacon mag Vitamin E	0,2	0,19
1523 Bacon mag $\beta$ -Karoten	2	2
1523 Bacon mag Vitamin K	0	0
1523 Bacon mag Tiamin	0,72	0,7
1523 Bacon mag Riboflavin	0,12	0,12
1523 Bacon mag Niacin	8,3	8,1
1523 Bacon mag Niacinekviv	12,3	12
1523 Bacon mag Vitamin B1	0,22	0,22
1523 Bacon mag Vitamin B6	0,42	0,4
1523 Bacon mag Folat	8	8
1523 Bacon mag Salt	3,1	3
1523 Bacon mag Summa lån	0	0
1537 Falukorv m Summa mä	5,5	5,3
1537 Falukorv m Summa enl	5,3	5,2
1537 Falukorv m Summa flei	1,1	1,1
1537 Falukorv m Fettsyra 4:(	0,3	0,3
1537 Falukorv m Fettsyra 12	0,1	0,1
1537 Falukorv m Fettsyra 14	0,4	0,4
1537 Falukorv m Fettsyra 16	3	2,9
1537 Falukorv m Fettsyra 18	1,5	1,5
1537 Falukorv m Fettsyra 20	0	0
1537 Falukorv m Fettsyra 16	0,4	0,4
1537 Falukorv m Fettsyra 18	4,7	4,6
1537 Falukorv m Fettsyra 18	0,9	0,8
1537 Falukorv m Fettsyra 18	0,1	0,1
1537 Falukorv m Fettsyra 20	0	0
1537 Falukorv m DPA (Fettsy	0	0
1537 Falukorv m DHA (Fettsy	0	0
1537 Falukorv m Summa tra	0,1	0,1
1537 Falukorv m Kolesterol	35,5	34,6
1537 Falukorv m Monosacke	2,9	2,8
1537 Falukorv m Disackaride	1	1
1537 Falukorv m Sackaros	1	1
1537 Falukorv m Energi (kJ)	705	687
1537 Falukorv m Energi (kca	169	164
1537 Falukorv m Aska	1,6	1,6
1537 Falukorv m Vatten	70,8	71,5

1537 Falukorv m Avfall (skal	3	3
1537 Falukorv m Kolhydrat	6,4	6,2
1537 Falukorv m Protein	7,3	7,1
1537 Falukorv m Fibrer	0,9	0,8
1537 Falukorv m Fett	12,6	12,3
1537 Falukorv m Fosfor	97	95
1537 Falukorv m Jod	3	3
1537 Falukorv m Järn	0,65	0,63
1537 Falukorv m Kalcium	82	80
1537 Falukorv m Kalium	150	146
1537 Falukorv m Magnesium	13	12
1537 Falukorv m Natrium	386	376
1537 Falukorv m Selen	1,9	1,8
1537 Falukorv m Zink	1,2	1,17
1537 Falukorv m Retinolekvi	36	35
1537 Falukorv m Retinol	27	26
1537 Falukorv m Vitamin D	0,1	0,1
1537 Falukorv m Vitamin E	0,4	0,39
1537 Falukorv m $\beta$ -Karoten	107	105
1537 Falukorv m Vitamin K	0	0
1537 Falukorv m Tiamin	0,05	0,05
1537 Falukorv m Riboflavin	0,07	0,07
1537 Falukorv m Vitamin C	3	3
1537 Falukorv m Niacin	1	1
1537 Falukorv m Niacinekviv	2,5	2,4
1537 Falukorv m Vitamin B1	0,5	0,49
1537 Falukorv m Vitamin B6	0,09	0,08
1537 Falukorv m Folat	9	9
1537 Falukorv m Salt	1	0,9
1546 Korvgryta $\xi$ Summa mä	2,5	2,4
1546 Korvgryta $\xi$ Summa enl	3,6	3,5
1546 Korvgryta $\xi$ Summa flei	1	1
1546 Korvgryta $\xi$ Fettsyra 12	0	0
1546 Korvgryta $\xi$ Fettsyra 14	0,1	0,1
1546 Korvgryta $\xi$ Fettsyra 16	1,5	1,5
1546 Korvgryta $\xi$ Fettsyra 18	0,8	0,7
1546 Korvgryta $\xi$ Fettsyra 20	0	0
1546 Korvgryta $\xi$ Fettsyra 16	0,2	0,2
1546 Korvgryta $\xi$ Fettsyra 18	3,3	3,2
1546 Korvgryta $\xi$ Fettsyra 18	0,8	0,8
1546 Korvgryta $\xi$ Fettsyra 18	0,1	0,1
1546 Korvgryta $\xi$ Fettsyra 20	0	0
1546 Korvgryta $\xi$ DPA (Fettsy	0	0
1546 Korvgryta $\xi$ DHA (Fettsy	0	0
1546 Korvgryta $\xi$ Summa tra	0	0
1546 Korvgryta $\xi$ Kolesterol	18,2	17,7
1546 Korvgryta $\xi$ Monosackar	1,5	1,4
1546 Korvgryta $\xi$ Disackaride	1,4	1,3
1546 Korvgryta $\xi$ Sackaros	1,3	1,3
1546 Korvgryta $\xi$ Energi (kJ)	512	498

1546 Korvgryta ξ Energi (kca	122	119
1546 Korvgryta ξ Aska	1,4	1,3
1546 Korvgryta ξ Vatten	75,4	76,2
1546 Korvgryta ξ Avfall (skal	2	2
1546 Korvgryta ξ Kolhydrat	8,1	7,8
1546 Korvgryta ξ Protein	4,8	4,6
1546 Korvgryta ξ Fibrer	2,2	2,1
1546 Korvgryta ξ Fett	7,4	7,3
1546 Korvgryta ξ Fosfor	69	66
1546 Korvgryta ξ Jod	9	9
1546 Korvgryta ξ Järn	0,84	0,81
1546 Korvgryta ξ Kalcium	15	15
1546 Korvgryta ξ Kalium	186	155
1546 Korvgryta ξ Magnesium	18	17
1546 Korvgryta ξ Natrium	366	354
1546 Korvgryta ξ Selen	0,8	0,8
1546 Korvgryta ξ Zink	0,86	0,83
1546 Korvgryta ξ Retinolekvi	27	26
1546 Korvgryta ξ Retinol	3	3
1546 Korvgryta ξ Vitamin D	0,15	0,14
1546 Korvgryta ξ Vitamin E	0,56	0,55
1546 Korvgryta ξ β-Karoten	202	195
1546 Korvgryta ξ Tiamin	0,1	0,1
1546 Korvgryta ξ Riboflavin	0,05	0,05
1546 Korvgryta ξ Vitamin C	5	5
1546 Korvgryta ξ Niacin	1,4	1,3
1546 Korvgryta ξ Niacinekviv	2,2	2,1
1546 Korvgryta ξ Vitamin B1	0,2	0,19
1546 Korvgryta ξ Vitamin B6	0,09	0,09
1546 Korvgryta ξ Folat	19	18
1546 Korvgryta ξ Fullkorn to	17	16
1546 Korvgryta ξ Salt	0,9	0,9
1582 Ostbågar Energi (kJ)	2113	2200
1582 Ostbågar Energi (kca	505	526
1582 Ostbågar Kolhydrat	44	53,7
1582 Ostbågar Fibrer	11	1,3
1594 Sött vetebr Summa mä	1,5	1,7
1594 Sött vetebr Summa enl	6,3	6,9
1594 Sött vetebr Summa flei	3,3	3,6
1594 Sött vetebr Fettsyra 16	0,7	0,8
1594 Sött vetebr Fettsyra 18	0,3	0,3
1594 Sött vetebr Fettsyra 18	6,2	6,8
1594 Sött vetebr Fettsyra 18	2,3	2,5
1594 Sött vetebr Fettsyra 18	0,9	1
1594 Sött vetebr Energi (kJ)	1309	1349
1594 Sött vetebr Energi (kca	313	322
1594 Sött vetebr Fett	11,5	12,6
1609 Sött vetebr Summa mä	1,2	1,3
1609 Sött vetebr Summa enl	4,3	4,7
1609 Sött vetebr Summa flei	2,4	2,6

1609 Sött vetebr Fettsyra 16	0,6	0,6
1609 Sött vetebr Fettsyra 18	0,2	0,3
1609 Sött vetebr Fettsyra 18	4,2	4,6
1609 Sött vetebr Fettsyra 18	1,7	1,8
1609 Sött vetebr Fettsyra 18	0,6	0,7
1609 Sött vetebr Energi (kJ)	1236	1263
1609 Sött vetebr Energi (kca)	295	302
1609 Sött vetebr Fett	8,2	8,9
1610 Saffransbrö Summa mä	1,4	1,5
1610 Saffransbrö Summa enl	4,1	4,6
1610 Saffransbrö Summa flei	2,2	2,5
1610 Saffransbrö Fettsyra 16	0,7	0,7
1610 Saffransbrö Fettsyra 18	0,3	0,3
1610 Saffransbrö Fettsyra 18	4,1	4,5
1610 Saffransbrö Fettsyra 18	1,6	1,7
1610 Saffransbrö Fettsyra 18	0,6	0,6
1610 Saffransbrö Energi (kJ)	1247	1272
1610 Saffransbrö Energi (kca)	298	304
1610 Saffransbrö Fett	8,2	8,9
1638 Mandelbrö Summa mä	1,8	1,6
1638 Mandelbrö Summa enl	15,9	14,1
1638 Mandelbrö Summa flei	5	4,4
1638 Mandelbrö Fettsyra 16	1,4	1,3
1638 Mandelbrö Fettsyra 18	0,4	0,4
1638 Mandelbrö Fettsyra 16	0,1	0,1
1638 Mandelbrö Fettsyra 18	15,8	14
1638 Mandelbrö Fettsyra 18	5	4,4
1638 Mandelbrö Monosackar	0,5	0,4
1638 Mandelbrö Disackaride	51,8	45,8
1638 Mandelbrö Sackaros	50,7	44,8
1638 Mandelbrö Energi (kJ)	2012	1779
1638 Mandelbrö Energi (kca)	481	425
1638 Mandelbrö Aska	1,4	1,3
1638 Mandelbrö Vatten	6,3	17,2
1638 Mandelbrö Kolhydrat	53,3	47,1
1638 Mandelbrö Protein	11,5	10,2
1638 Mandelbrö Fibrer	3,6	3,2
1638 Mandelbrö Fett	23,8	21
1638 Mandelbrö Fosfor	250	221
1638 Mandelbrö Järn	1,97	1,74
1638 Mandelbrö Kalcium	62	55
1638 Mandelbrö Kalium	297	263
1638 Mandelbrö Magnesium	146	129
1638 Mandelbrö Natrium	54	47
1638 Mandelbrö Selen	3,6	3,2
1638 Mandelbrö Zink	1,55	1,37
1638 Mandelbrö Retinolekvi	13	11
1638 Mandelbrö Retinol	12	11
1638 Mandelbrö Vitamin E	12,42	10,98
1638 Mandelbrö $\beta$ -Karoten	6	5

1638	Mandelbisl	Tiamin	0,11	0,1
1638	Mandelbisl	Riboflavin	0,41	0,36
1638	Mandelbisl	Niacin	1,7	1,5
1638	Mandelbisl	Niacinekviv	3,7	3,3
1638	Mandelbisl	Vitamin B1	0,01	0,01
1638	Mandelbisl	Vitamin B6	0,06	0,05
1638	Mandelbisl	Folat	47	41
1638	Mandelbisl	Salt	0,1	0,1
1660	Äppelkaka	Summa mä	0,7	0,7
1660	Äppelkaka	Summa enl	3	3,1
1660	Äppelkaka	Summa flei	1,5	1,5
1660	Äppelkaka	Fettsyra 12	0	0
1660	Äppelkaka	Fettsyra 14	0	0
1660	Äppelkaka	Fettsyra 16	0,3	0,4
1660	Äppelkaka	Fettsyra 18	0,1	0,1
1660	Äppelkaka	Fettsyra 20	0	0
1660	Äppelkaka	Fettsyra 16	0	0
1660	Äppelkaka	Fettsyra 18	2,9	3,1
1660	Äppelkaka	Fettsyra 18	1	1,1
1660	Äppelkaka	Fettsyra 18	0,4	0,4
1660	Äppelkaka	Summa tra	0,1	0
1660	Äppelkaka	Monosacke	6,4	6,1
1660	Äppelkaka	Disackaride	14,3	13,7
1660	Äppelkaka	Sackaros	14,1	13,5
1660	Äppelkaka	Energi (kJ)	768	748
1660	Äppelkaka	Energi (kca)	183	179
1660	Äppelkaka	Aska	0,5	0,5
1660	Äppelkaka	Vatten	59,8	61,4
1660	Äppelkaka	Avfall (skal	6	6
1660	Äppelkaka	Kolhydrat	30,4	29,5
1660	Äppelkaka	Protein	1,5	1,4
1660	Äppelkaka	Fibrer	2,1	2
1660	Äppelkaka	Fett	5,6	5,6
1660	Äppelkaka	Fosfor	34	32
1660	Äppelkaka	Jod	1	1
1660	Äppelkaka	Järn	0,34	0,33
1660	Äppelkaka	Kalcium	9	9
1660	Äppelkaka	Kalium	123	118
1660	Äppelkaka	Magnesium	12	11
1660	Äppelkaka	Natrium	85	81
1660	Äppelkaka	Selen	0,2	0,2
1660	Äppelkaka	Zink	0,18	0,18
1660	Äppelkaka	Retinolekvi	45	43
1660	Äppelkaka	Vitamin D	0,55	0,53
1660	Äppelkaka	Vitamin E	1,29	1,24
1660	Äppelkaka	β-Karoten	9	8
1660	Äppelkaka	Vitamin K	0	
1660	Äppelkaka	Tiamin	0,03	0,03
1660	Äppelkaka	Riboflavin	0,02	0,02
1660	Äppelkaka	Vitamin C	5	5



1660	Äppelkaka Niacin	0,3	0,3
1660	Äppelkaka Niacinekviv	0,6	0,5
1660	Äppelkaka Vitamin B6	0,03	0,03
1660	Äppelkaka Folat	8	7
1660	Äppelkaka Fullkorn to	2	2
1660	Äppelkaka Salt	0,2	0,2
1663	Chokladrut Summa mä	4,5	4,6
1663	Chokladrut Summa enl	8,4	9,2
1663	Chokladrut Summa flei	4,1	4,5
1663	Chokladrut Fettsyra 16	1,1	1,2
1663	Chokladrut Fettsyra 18	0,5	0,6
1663	Chokladrut Fettsyra 18	8,2	9,1
1663	Chokladrut Fettsyra 18	2,8	3,1
1663	Chokladrut Fettsyra 18	1,1	1,2
1663	Chokladrut Energi (kJ)	1634	1686
1663	Chokladrut Energi (kca	391	403
1663	Chokladrut Fett	17,4	18,8
1664	Mjuk kaka Summa mä	1,8	2
1664	Mjuk kaka Summa enl	8,4	9,2
1664	Mjuk kaka Summa flei	4,2	4,6
1664	Mjuk kaka Fettsyra 16	0,9	0,9
1664	Mjuk kaka Fettsyra 18	0,4	0,4
1664	Mjuk kaka Fettsyra 18	8,2	9,1
1664	Mjuk kaka Fettsyra 18	2,8	3,1
1664	Mjuk kaka Fettsyra 18	1,1	1,3
1664	Mjuk kaka Energi (kJ)	1512	1565
1664	Mjuk kaka Energi (kca	361	374
1664	Mjuk kaka Fett	14,7	16,1
1666	Arraksboll   Summa mä	7,8	7,8
1666	Arraksboll   Summa enl	9,4	9,5
1666	Arraksboll   Summa flei	3,5	3,6
1666	Arraksboll   Fettsyra 16	3,3	3,3
1666	Arraksboll   Fettsyra 18	1,1	1,1
1666	Arraksboll   Fettsyra 18	9,6	9,6
1666	Arraksboll   Fettsyra 18	2,9	2,9
1666	Arraksboll   Fettsyra 18	0,4	0,4
1666	Arraksboll   Energi (kJ)	1917	1920
1666	Arraksboll   Energi (kca	458	459
1666	Arraksboll   Fett	21,5	21,6
1667	Petits-chou Summa mä	9,9	10
1667	Petits-chou Summa enl	7	7,3
1667	Petits-chou Summa flei	2,1	2,2
1667	Petits-chou Fettsyra 16	4,5	4,6
1667	Petits-chou Fettsyra 18	1,8	1,8
1667	Petits-chou Fettsyra 18	6,6	7
1667	Petits-chou Fettsyra 18	1,5	1,6
1667	Petits-chou Fettsyra 18	0,5	0,6
1667	Petits-chou Energi (kJ)	1151	1171
1667	Petits-chou Energi (kca	275	280
1667	Petits-chou Fett	20,7	21,3

1669 Fransk äpp Summa mä	0,2	1,4
1669 Fransk äpp Summa enl	0,8	6,8
1669 Fransk äpp Summa flei	0,4	3,1
1669 Fransk äpp Fettsyra 12	0	0
1669 Fransk äpp Fettsyra 14	0	0
1669 Fransk äpp Fettsyra 16	0,1	0,8
1669 Fransk äpp Fettsyra 18	0	0,3
1669 Fransk äpp Fettsyra 16	0	0
1669 Fransk äpp Fettsyra 18	0,8	6,7
1669 Fransk äpp Fettsyra 18	0,3	2,2
1669 Fransk äpp Fettsyra 18	0,1	0,7
1669 Fransk äpp Fettsyra 20	0	0
1669 Fransk äpp DHA (Fetts'	0	0
1669 Fransk äpp Summa tra	0	0
1669 Fransk äpp Kolesterol	5,3	40,4
1669 Fransk äpp Monosacke	8,5	5,8
1669 Fransk äpp Disackaride	4,9	13,7
1669 Fransk äpp Sackaros	4,9	13,7
1669 Fransk äpp Energi (kJ)	340	844
1669 Fransk äpp Energi (kca	81	202
1669 Fransk äpp Aska	0,4	0,6
1669 Fransk äpp Vatten	80,2	63,3
1669 Fransk äpp Avfall (skal	9	10
1669 Fransk äpp Kolhydrate	15,3	21
1669 Fransk äpp Protein	0,6	2,5
1669 Fransk äpp Fibrer	2	1,7
1669 Fransk äpp Fett	1,5	11,6
1669 Fransk äpp Fosfor	17	52
1669 Fransk äpp Jod	1	4
1669 Fransk äpp Järn	0,21	0,54
1669 Fransk äpp Kalcium	7	21
1669 Fransk äpp Kalium	127	129
1669 Fransk äpp Magnesium	7	18
1669 Fransk äpp Natrium	10	71
1669 Fransk äpp Selen	0,4	2,8
1669 Fransk äpp Zink	0,04	0,3
1669 Fransk äpp Retinolekvi	14	100
1669 Fransk äpp Retinol	4	28
1669 Fransk äpp Vitamin D	0,14	1,06
1669 Fransk äpp Vitamin E	0,64	3,45
1669 Fransk äpp $\beta$ -Karoten	13	14
1669 Fransk äpp Vitamin K	0	4
1669 Fransk äpp Tiamin	0,01	0,02
1669 Fransk äpp Riboflavin	0,02	0,09
1669 Fransk äpp Vitamin C	6	4
1669 Fransk äpp Niacin	0,2	0,2
1669 Fransk äpp Niacinekviv	0,3	0,8
1669 Fransk äpp Vitamin B1	0,02	0,15
1669 Fransk äpp Vitamin B6	0,02	0,03
1669 Fransk äpp Folat	3	11

1669	Fransk äpp	Summa n-3	0	0
1669	Fransk äpp	Summa n-6	0	0,2
1669	Fransk äpp	Salt	0	0,2
1671	Toscakaka	Summa mä	5,9	5,9
1671	Toscakaka	Summa enl	8,6	8,8
1671	Toscakaka	Summa flei	3	3,1
1671	Toscakaka	Fettsyra 4:(	0,5	0,5
1671	Toscakaka	Fettsyra 12	0,2	0,2
1671	Toscakaka	Fettsyra 14	0,8	0,8
1671	Toscakaka	Fettsyra 16	3	3
1671	Toscakaka	Fettsyra 18	1	1
1671	Toscakaka	Fettsyra 20	0	0
1671	Toscakaka	Fettsyra 16	0,2	0,2
1671	Toscakaka	Fettsyra 18	8,2	8,5
1671	Toscakaka	Fettsyra 18	2,4	2,5
1671	Toscakaka	Fettsyra 18	0,4	0,5
1671	Toscakaka	Fettsyra 20	0	0
1671	Toscakaka	EPA (Fettsy	0	0
1671	Toscakaka	DPA (Fettsy	0	0
1671	Toscakaka	Summa tra	0,3	0,3
1671	Toscakaka	Kolesterol	60,4	60,4
1671	Toscakaka	Monosacke	3,6	3,6
1671	Toscakaka	Disackaride	28,9	28,9
1671	Toscakaka	Sackaros	28	28
1671	Toscakaka	Energi (kJ)	1623	1638
1671	Toscakaka	Energi (kca	388	392
1671	Toscakaka	Aska	1,3	1,3
1671	Toscakaka	Vatten	24	24,1
1671	Toscakaka	Avfall (skal	8	8
1671	Toscakaka	Kolhydrat	48,7	48,7
1671	Toscakaka	Protein	6,2	6,2
1671	Toscakaka	Fibrer	1,3	1,3
1671	Toscakaka	Fett	18,3	18,8
1671	Toscakaka	Fosfor	185	185
1671	Toscakaka	Jod	6	6
1671	Toscakaka	Järn	1,06	1,06
1671	Toscakaka	Kalcium	149	149
1671	Toscakaka	Kalium	147	147
1671	Toscakaka	Magnesium	40	39
1671	Toscakaka	Natrium	222	222
1671	Toscakaka	Selen	3,6	3,6
1671	Toscakaka	Zink	0,77	0,77
1671	Toscakaka	Retinolekvi	127	127
1671	Toscakaka	Retinol	84	84
1671	Toscakaka	Vitamin D	0,7	0,7
1671	Toscakaka	Vitamin E	4,39	4,39
1671	Toscakaka	β-Karoten	46	45
1671	Toscakaka	Vitamin K	4	4
1671	Toscakaka	Tiamin	0,11	0,11
1671	Toscakaka	Riboflavin	0,17	0,17

1671 Toscakaka	Vitamin C	0	0
1671 Toscakaka	Niacin	1,2	1,2
1671 Toscakaka	Niacinekviv	2,4	2,4
1671 Toscakaka	Vitamin B1	0,18	0,18
1671 Toscakaka	Vitamin B6	0,08	0,08
1671 Toscakaka	Folat	19	19
1671 Toscakaka	Salt	0,6	0,6
1672 Chokladkak	Summa mä	2,9	3,1
1672 Chokladkak	Summa enl	9,1	10
1672 Chokladkak	Summa flei	4,3	4,8
1672 Chokladkak	Fettsyra 16	1,4	1,4
1672 Chokladkak	Fettsyra 18	0,8	0,9
1672 Chokladkak	Fettsyra 18	9	9,9
1672 Chokladkak	Fettsyra 18	3	3,2
1672 Chokladkak	Fettsyra 18	1,2	1,3
1672 Chokladkak	Energi (kJ)	1425	1480
1672 Chokladkak	Energi (kca	341	354
1672 Chokladkak	Fett	16,9	18,4
1673 Choklادتår	Summa mä	8,3	8,4
1673 Choklادتår	Summa enl	11,1	11,8
1673 Choklادتår	Summa flei	4,1	4,5
1673 Choklادتår	Fettsyra 16	3,8	3,9
1673 Choklادتår	Fettsyra 18	3,3	3,3
1673 Choklادتår	Fettsyra 18	10,9	11,6
1673 Choklادتår	Fettsyra 18	2,9	3,1
1673 Choklادتår	Fettsyra 18	1	1,1
1673 Choklادتår	Energi (kJ)	1779	1825
1673 Choklادتår	Energi (kca	425	436
1673 Choklادتår	Fett	24,5	25,8
1680 Mjuk chokl	Summa mä	2,9	3,1
1680 Mjuk chokl	Summa enl	9,1	10
1680 Mjuk chokl	Summa flei	4,3	4,8
1680 Mjuk chokl	Fettsyra 16	1,4	1,4
1680 Mjuk chokl	Fettsyra 18	0,8	0,9
1680 Mjuk chokl	Fettsyra 18	9	9,9
1680 Mjuk chokl	Fettsyra 18	2,9	3,2
1680 Mjuk chokl	Fettsyra 18	1,2	1,3
1680 Mjuk chokl	Energi (kJ)	1424	1478
1680 Mjuk chokl	Energi (kca	340	353
1680 Mjuk chokl	Fett	16,9	18,4
1681 Sockerkaka	Summa mä	2,5	2,7
1681 Sockerkaka	Summa enl	11,7	12,9
1681 Sockerkaka	Summa flei	5,8	6,4
1681 Sockerkaka	Fettsyra 16	1,2	1,3
1681 Sockerkaka	Fettsyra 18	0,6	0,6
1681 Sockerkaka	Fettsyra 18	11,5	12,7
1681 Sockerkaka	Fettsyra 18	3,9	4,3
1681 Sockerkaka	Fettsyra 18	1,6	1,8
1681 Sockerkaka	Energi (kJ)	1737	1810
1681 Sockerkaka	Energi (kca	415	433

1681 Sockerkaka Fett	20,5	22,5
1682 Mjuk pepp: Summa mä	2	2,2
1682 Mjuk pepp: Summa enl	7,2	7,9
1682 Mjuk pepp: Summa flei	3,5	3,9
1682 Mjuk pepp: Fettsyra 16	1	1,1
1682 Mjuk pepp: Fettsyra 18	0,4	0,5
1682 Mjuk pepp: Fettsyra 18	7	7,7
1682 Mjuk pepp: Fettsyra 18	2,4	2,7
1682 Mjuk pepp: Fettsyra 18	0,9	1
1682 Mjuk pepp: Energi (kJ)	1372	1415
1682 Mjuk pepp: Energi (kca	328	338
1682 Mjuk pepp: Fett	13,2	14,4
1684 Sockerkaka Summa mä	1,1	1,2
1684 Sockerkaka Summa enl	4,2	4,6
1684 Sockerkaka Summa flei	2,2	2,4
1684 Sockerkaka Fettsyra 16	0,6	0,7
1684 Sockerkaka Fettsyra 18	0,3	0,3
1684 Sockerkaka Fettsyra 18	4,1	4,5
1684 Sockerkaka Fettsyra 18	1,5	1,6
1684 Sockerkaka Fettsyra 18	0,5	0,6
1684 Sockerkaka Energi (kJ)	1240	1264
1684 Sockerkaka Energi (kca	296	302
1684 Sockerkaka Fett	8	8,6
1685 Sockerkaka Summa mä	1,5	1,6
1685 Sockerkaka Summa enl	4,5	4,9
1685 Sockerkaka Summa flei	2,3	2,5
1685 Sockerkaka Fettsyra 16	0,8	0,8
1685 Sockerkaka Fettsyra 18	0,3	0,3
1685 Sockerkaka Fettsyra 18	4,4	4,8
1685 Sockerkaka Fettsyra 18	1,6	1,7
1685 Sockerkaka Fettsyra 18	0,6	0,6
1685 Sockerkaka Energi (kJ)	1342	1367
1685 Sockerkaka Energi (kca	321	327
1685 Sockerkaka Fett	8,8	9,5
1687 Mjuk frukt: Summa mä	2,2	2,3
1687 Mjuk frukt: Summa enl	10,3	11,2
1687 Mjuk frukt: Summa flei	4,9	5,3
1687 Mjuk frukt: Fettsyra 16	1,1	1,2
1687 Mjuk frukt: Fettsyra 18	0,5	0,5
1687 Mjuk frukt: Fettsyra 18	10,2	11,1
1687 Mjuk frukt: Fettsyra 18	3,5	3,8
1687 Mjuk frukt: Fettsyra 18	1,2	1,3
1687 Mjuk frukt: Energi (kJ)	1583	1637
1687 Mjuk frukt: Energi (kca	378	391
1687 Mjuk frukt: Fett	17,9	19,4
1708 Glass parfa Salt	0	0
1732 Apelsinsop Protein	0,6	0,6
1732 Apelsinsop Kalium	141	106
1734 Blåbärssop Salt	0	0
1742 Äppelkräm Summa mä	0	0

1742	Äppelkräm Summa flei	0	0
1742	Äppelkräm Fettsyra 16	0	0
1742	Äppelkräm Fettsyra 18	0	0
1742	Äppelkräm Monosackarid	5,1	4,6
1742	Äppelkräm Disackarid	6,1	6,4
1742	Äppelkräm Sackaros	6,1	6,4
1742	Äppelkräm Energi (kJ)	276	271
1742	Äppelkräm Energi (kcal)	66	65
1742	Äppelkräm Aska	0,2	0,2
1742	Äppelkräm Vatten	84,1	84,3
1742	Äppelkräm Avfall (skal)	13	12
1742	Äppelkräm Kolhydrat	15,6	15,4
1742	Äppelkräm Protein	0,2	0,1
1742	Äppelkräm Fibrer	0,6	0,6
1742	Äppelkräm Fett	0,1	0,1
1742	Äppelkräm Fosfor	7	6
1742	Äppelkräm Järn	0,08	0,07
1742	Äppelkräm Kalcium	5	5
1742	Äppelkräm Kalium	74	50
1742	Äppelkräm Magnesium	2	2
1742	Äppelkräm Natrium	2	2
1742	Äppelkräm Zink	0,01	0,01
1742	Äppelkräm Retinolekviv	1	1
1742	Äppelkräm Vitamin E	0,34	0,3
1742	Äppelkräm $\beta$ -Karoten	16	15
1742	Äppelkräm Tiamin	0,01	0,01
1742	Äppelkräm Riboflavin	0	0
1742	Äppelkräm Vitamin C	3	2
1742	Äppelkräm Niacin	0,1	0,1
1742	Äppelkräm Niacinekviv	0,1	0,1
1742	Äppelkräm Vitamin B6	0,02	0,02
1742	Äppelkräm Folat	0	0
1742	Äppelkräm Salt	0	0
1744	Kräm bär o Salt	0	0
1745	Pajfyllning Salt	0	0
1754	Saftkräm p Monosackarid	6	2,2
1754	Saftkräm p Disackarid	13	17
1754	Saftkräm p Sackaros	13	17
1754	Saftkräm p Energi (kJ)	390	335
1754	Saftkräm p Energi (kcal)	93	80
1754	Saftkräm p Vatten	77	80
1754	Saftkräm p Kolhydrat	22,7	19,2
1754	Saftkräm p Fibrer	0,1	0,6
1754	Saftkräm p Vitamin C	20	40
1769	Kolasås (be Summa mä	13,4	12,8
1769	Kolasås (be Summa enl	6,6	6,5
1769	Kolasås (be Summa flei	1,3	1,3
1769	Kolasås (be Fettsyra 4:(	2	1,9
1769	Kolasås (be Fettsyra 12	0,6	0,6
1769	Kolasås (be Fettsyra 14	2,1	2

1769 Kolasås (be Fettsyra 16	5,9	5,6
1769 Kolasås (be Fettsyra 18	2,4	2,3
1769 Kolasås (be Fettsyra 20	0	0
1769 Kolasås (be Fettsyra 16	0,2	0,2
1769 Kolasås (be Fettsyra 18	6,2	6,1
1769 Kolasås (be Fettsyra 18	0,9	1
1769 Kolasås (be Fettsyra 18	0,4	0,4
1769 Kolasås (be Summa tra	0,6	0,6
1769 Kolasås (be Kolesterol	56,5	53,8
1769 Kolasås (be Monosacke	9,9	9,4
1769 Kolasås (be Disackaride	21,1	20,1
1769 Kolasås (be Sackaros	18,2	17,3
1769 Kolasås (be Energi (kJ)	1417	1361
1769 Kolasås (be Energi (kca	339	325
1769 Kolasås (be Aska	0,8	0,8
1769 Kolasås (be Vatten	43	45,8
1769 Kolasås (be Kolhydrate	30,9	29,4
1769 Kolasås (be Protein	2,1	2
1769 Kolasås (be Fett	23,1	22,4
1769 Kolasås (be Fosfor	55	53
1769 Kolasås (be Jod	9	8
1769 Kolasås (be Järn	0,11	0,11
1769 Kolasås (be Kalcium	73	69
1769 Kolasås (be Kalium	107	102
1769 Kolasås (be Magnesium	8	8
1769 Kolasås (be Natrium	148	141
1769 Kolasås (be Selen	1,5	1,4
1769 Kolasås (be Zink	0,29	0,27
1769 Kolasås (be Retinolekvi	205	195
1769 Kolasås (be Retinol	166	158
1769 Kolasås (be Vitamin D	0,54	0,51
1769 Kolasås (be Vitamin E	1,17	1,11
1769 Kolasås (be $\beta$ -Karoten	91	87
1769 Kolasås (be Vitamin K	2	2
1769 Kolasås (be Tiamin	0,03	0,03
1769 Kolasås (be Riboflavin	0,08	0,07
1769 Kolasås (be Niacin	0	0
1769 Kolasås (be Niacinekviv	0,5	0,5
1769 Kolasås (be Vitamin B1	0,23	0,22
1769 Kolasås (be Vitamin B6	0,02	0,02
1769 Kolasås (be Folat	2	2
1769 Kolasås (be Salt	0,4	0,4
1770 Vaniljpuddi Summa mä	1,7	1,7
1770 Vaniljpuddi Summa enl	1,9	1,9
1770 Vaniljpuddi Summa flei	0,6	0,6
1770 Vaniljpuddi Fettsyra 16	1	1
1770 Vaniljpuddi Fettsyra 18	0,4	0,4
1770 Vaniljpuddi Fettsyra 18	1,7	1,8
1770 Vaniljpuddi Fettsyra 18	0,5	0,5
1770 Vaniljpuddi Fettsyra 18	0,1	0,1

1770 Vaniljpuddi Energi (kJ)	381	382
1770 Vaniljpuddi Energi (kca)	91	91
1770 Vaniljpuddi Fett	4,9	4,9
1781 Rabarberp: Summa mä	4,5	4,5
1781 Rabarberp: Summa enl	4,2	4,2
1781 Rabarberp: Summa flei	2,7	2,7
1781 Rabarberp: Fettsyra 4:(	0	0
1781 Rabarberp: Fettsyra 12	0,3	0,3
1781 Rabarberp: Fettsyra 14	0,2	0,2
1781 Rabarberp: Fettsyra 16	3,3	3,3
1781 Rabarberp: Fettsyra 18	0,4	0,4
1781 Rabarberp: Fettsyra 18	4,7	4,7
1781 Rabarberp: Fettsyra 18	1,6	1,6
1781 Rabarberp: Fettsyra 18	0,6	0,6
1781 Rabarberp: Summa tra	0,1	0,1
1781 Rabarberp: Monosacke	0,3	0,3
1781 Rabarberp: Disackaride	12,8	12,7
1781 Rabarberp: Sackaros	12,5	12,4
1781 Rabarberp: Energi (kJ)	984	980
1781 Rabarberp: Energi (kca)	235	234
1781 Rabarberp: Aska	0,8	0,8
1781 Rabarberp: Vatten	54,2	54,4
1781 Rabarberp: Avfall (skal	6	6
1781 Rabarberp: Kolhydrate	29,6	29,5
1781 Rabarberp: Protein	2,6	2,6
1781 Rabarberp: Fibrer	1,3	1,3
1781 Rabarberp: Fett	11,5	11,4
1781 Rabarberp: Fosfor	33	33
1781 Rabarberp: Jod	1	1
1781 Rabarberp: Järn	0,41	0,41
1781 Rabarberp: Kalcium	82	81
1781 Rabarberp: Kalium	180	180
1781 Rabarberp: Magnesium	12	12
1781 Rabarberp: Natrium	85	85
1781 Rabarberp: Selen	0,8	0,8
1781 Rabarberp: Zink	0,27	0,27
1781 Rabarberp: Retinolekvi	114	113
1781 Rabarberp: Vitamin D	1,39	1,38
1781 Rabarberp: Vitamin E	1,94	1,93
1781 Rabarberp: $\beta$ -Karoten	34	34
1781 Rabarberp: Vitamin K	0	0
1781 Rabarberp: Tiamin	0,09	0,09
1781 Rabarberp: Riboflavin	0,03	0,03
1781 Rabarberp: Vitamin C	4	4
1781 Rabarberp: Niacin	0,9	0,9
1781 Rabarberp: Niacinekviv	1,4	1,3
1781 Rabarberp: Vitamin B6	0,06	0,06
1781 Rabarberp: Folat	6	6
1781 Rabarberp: Salt	0,2	0,2
1782 Äppelpaj (k Summa mä	4,7	4,6



1782 Äppelpaj (t Summa enl	4,3	4,3
1782 Äppelpaj (t Summa flei	2,8	2,7
1782 Äppelpaj (t Fettsyra 4:(	0	0
1782 Äppelpaj (t Fettsyra 12	0,3	0,3
1782 Äppelpaj (t Fettsyra 14	0,2	0,2
1782 Äppelpaj (t Fettsyra 16	3,4	3,4
1782 Äppelpaj (t Fettsyra 18	0,4	0,4
1782 Äppelpaj (t Fettsyra 18	4,9	4,8
1782 Äppelpaj (t Fettsyra 18	1,6	1,6
1782 Äppelpaj (t Fettsyra 18	0,6	0,6
1782 Äppelpaj (t Summa tra	0,1	0,1
1782 Äppelpaj (t Monosacke	5	4,9
1782 Äppelpaj (t Disackaride	6,4	6,3
1782 Äppelpaj (t Sackaros	6,1	6
1782 Äppelpaj (t Energi (kJ)	977	964
1782 Äppelpaj (t Energi (kca	234	230
1782 Äppelpaj (t Aska	0,5	0,5
1782 Äppelpaj (t Vatten	55	55,6
1782 Äppelpaj (t Avfall (skal	5	5
1782 Äppelpaj (t Kolhydrate	28,4	28,1
1782 Äppelpaj (t Protein	2,4	2,3
1782 Äppelpaj (t Fibrer	1,7	1,7
1782 Äppelpaj (t Fett	11,9	11,7
1782 Äppelpaj (t Fosfor	31	30
1782 Äppelpaj (t Jod	1	1
1782 Äppelpaj (t Järn	0,34	0,34
1782 Äppelpaj (t Kalcium	7	7
1782 Äppelpaj (t Kalium	97	95
1782 Äppelpaj (t Magnesium	9	8
1782 Äppelpaj (t Natrium	88	86
1782 Äppelpaj (t Selen	0,5	0,5
1782 Äppelpaj (t Zink	0,17	0,17
1782 Äppelpaj (t Retinolekvi	116	114
1782 Äppelpaj (t Vitamin D	1,44	1,42
1782 Äppelpaj (t Vitamin E	1,94	1,91
1782 Äppelpaj (t $\beta$ -Karoten	7	7
1782 Äppelpaj (t Vitamin K	0	0
1782 Äppelpaj (t Tiamin	0,08	0,08
1782 Äppelpaj (t Riboflavin	0,03	0,03
1782 Äppelpaj (t Vitamin C	4	4
1782 Äppelpaj (t Niacin	0,9	0,9
1782 Äppelpaj (t Niacinekviv	1,3	1,3
1782 Äppelpaj (t Vitamin B6	0,06	0,06
1782 Äppelpaj (t Folat	5	5
1782 Äppelpaj (t Salt	0,2	0,2
1784 Cheesecake Summa mä	10,1	10,2
1784 Cheesecake Summa enl	7,9	8,4
1784 Cheesecake Summa flei	2,8	3
1784 Cheesecake Fettsyra 16	4,3	4,3
1784 Cheesecake Fettsyra 18	1,6	1,6

1784 Cheesecake Fettsyra 18	7,4	7,9
1784 Cheesecake Fettsyra 18	1,8	1,9
1784 Cheesecake Fettsyra 18	0,7	0,7
1784 Cheesecake Energi (kJ)	1252	1278
1784 Cheesecake Energi (kca)	299	306
1784 Cheesecake Fett	22	22,7
1785 Mannagryr Summa mä	2	2
1785 Mannagryr Summa enl	1	1
1785 Mannagryr Summa flei	0,2	0,2
1785 Mannagryr Fettsyra 4:(	0,3	0,3
1785 Mannagryr Fettsyra 12	0,1	0,1
1785 Mannagryr Fettsyra 14	0,3	0,3
1785 Mannagryr Fettsyra 16	1	1
1785 Mannagryr Fettsyra 18	0,4	0,4
1785 Mannagryr Fettsyra 20	0	0
1785 Mannagryr Fettsyra 16	0,1	0,1
1785 Mannagryr Fettsyra 18	1	1
1785 Mannagryr Fettsyra 18	0,2	0,2
1785 Mannagryr Fettsyra 18	0	0
1785 Mannagryr Fettsyra 20	0	0
1785 Mannagryr DHA (Fetts'	0	0
1785 Mannagryr Summa tra	0,1	0,1
1785 Mannagryr Kolesterol	43,8	43,8
1785 Mannagryr Monosacke	3	3
1785 Mannagryr Disackaride	4,3	4,3
1785 Mannagryr Sackaros	0,1	0,1
1785 Mannagryr Energi (kJ)	455	472
1785 Mannagryr Energi (kca)	109	113
1785 Mannagryr Aska	1,1	1,2
1785 Mannagryr Vatten	76,1	75
1785 Mannagryr Avfall (skal	1	1
1785 Mannagryr Kolhydrate	13,2	14
1785 Mannagryr Protein	5,1	5,3
1785 Mannagryr Fibrer	0,7	0,8
1785 Mannagryr Fett	3,7	3,7
1785 Mannagryr Fosfor	109	111
1785 Mannagryr Jod	26	31
1785 Mannagryr Järn	0,49	0,51
1785 Mannagryr Kalcium	111	112
1785 Mannagryr Kalium	199	200
1785 Mannagryr Magnesium	15	15
1785 Mannagryr Natrium	136	179
1785 Mannagryr Selen	4	4
1785 Mannagryr Zink	0,57	0,58
1785 Mannagryr Retinolekvi	47	47
1785 Mannagryr Retinol	45	46
1785 Mannagryr Vitamin D	0,16	0,16
1785 Mannagryr Vitamin E	0,65	0,65
1785 Mannagryr $\beta$ -Karoten	13	13
1785 Mannagryr Vitamin K	3	3

1785 Mannagryr Tiamin	0,05	0,05
1785 Mannagryr Riboflavin	0,15	0,15
1785 Mannagryr Vitamin C	1	1
1785 Mannagryr Niacin	0,2	0,2
1785 Mannagryr Niacinekviv	1,3	1,3
1785 Mannagryr Vitamin B1	0,4	0,41
1785 Mannagryr Vitamin B6	0,04	0,04
1785 Mannagryr Folat	10	10
1785 Mannagryr Summa n-3	0	0
1785 Mannagryr Summa n-6	0,1	0,1
1785 Mannagryr Salt	0,3	0,4
1786 Äppelsmulj Summa mä	4,4	4,4
1786 Äppelsmulj Summa enl	4,2	4,2
1786 Äppelsmulj Summa flei	2,7	2,7
1786 Äppelsmulj Fettsyra 4:(	0	0
1786 Äppelsmulj Fettsyra 12	0,3	0,3
1786 Äppelsmulj Fettsyra 14	0,1	0,1
1786 Äppelsmulj Fettsyra 16	3,3	3,2
1786 Äppelsmulj Fettsyra 18	0,4	0,4
1786 Äppelsmulj Fettsyra 20	0	0
1786 Äppelsmulj Fettsyra 16	0	0
1786 Äppelsmulj Fettsyra 18	4,8	4,7
1786 Äppelsmulj Fettsyra 18	1,7	1,7
1786 Äppelsmulj Fettsyra 18	0,6	0,6
1786 Äppelsmulj Summa tra	0,1	0,1
1786 Äppelsmulj Monosacke	5,1	5
1786 Äppelsmulj Disackaride	11,5	11,3
1786 Äppelsmulj Sackaros	11,3	11,1
1786 Äppelsmulj Energi (kJ)	1026	1012
1786 Äppelsmulj Energi (kca)	245	242
1786 Äppelsmulj Aska	0,6	0,6
1786 Äppelsmulj Vatten	52,6	53,3
1786 Äppelsmulj Avfall (skal	14	13
1786 Äppelsmulj Kolhydrate	32	31,6
1786 Äppelsmulj Protein	2,4	2,3
1786 Äppelsmulj Fibrer	1,6	1,6
1786 Äppelsmulj Fett	11,6	11,4
1786 Äppelsmulj Fosfor	51	50
1786 Äppelsmulj Jod	0	0
1786 Äppelsmulj Järn	0,59	0,58
1786 Äppelsmulj Kalcium	9	9
1786 Äppelsmulj Kalium	117	116
1786 Äppelsmulj Magnesium	14	14
1786 Äppelsmulj Natrium	82	81
1786 Äppelsmulj Selen	0,4	0,4
1786 Äppelsmulj Zink	0,32	0,32
1786 Äppelsmulj Retinolekvi	109	108
1786 Äppelsmulj Vitamin D	1,35	1,33
1786 Äppelsmulj Vitamin E	2,06	2,03
1786 Äppelsmulj $\beta$ -Karoten	16	16

1786 Äppelsmulj Vitamin K	0	0
1786 Äppelsmulj Tiamin	0,09	0,09
1786 Äppelsmulj Riboflavin	0,03	0,03
1786 Äppelsmulj Vitamin C	3	3
1786 Äppelsmulj Niacin	0,6	0,6
1786 Äppelsmulj Niacinekviv	1	1
1786 Äppelsmulj Vitamin B6	0,06	0,06
1786 Äppelsmulj Folat	5	5
1786 Äppelsmulj Fullkorn to	7	7
1786 Äppelsmulj Salt	0,2	0,2
1791 Ugnsstekt i Summa mä	0,6	0,6
1791 Ugnsstekt i Summa enl	3,7	3,7
1791 Ugnsstekt i Summa flei	1,4	1,5
1791 Ugnsstekt i Fettsyra 12	0	0
1791 Ugnsstekt i Fettsyra 14	0	0
1791 Ugnsstekt i Fettsyra 16	0,3	0,4
1791 Ugnsstekt i Fettsyra 18	0,1	0,1
1791 Ugnsstekt i Fettsyra 16	0	0
1791 Ugnsstekt i Fettsyra 18	3,6	3,6
1791 Ugnsstekt i Fettsyra 18	1,2	1,2
1791 Ugnsstekt i Fettsyra 18	0,2	0,2
1791 Ugnsstekt i Summa tra	0	0
1791 Ugnsstekt i Monosacke	8,2	8
1791 Ugnsstekt i Disackaride	6,7	6,5
1791 Ugnsstekt i Sackaros	6,7	6,5
1791 Ugnsstekt i Energi (kJ)	555	548
1791 Ugnsstekt i Energi (kca	133	131
1791 Ugnsstekt i Aska	0,6	0,5
1791 Ugnsstekt i Vatten	72,3	73,1
1791 Ugnsstekt i Avfall (skal	13	12
1791 Ugnsstekt i Kolhydrate	17,1	16,6
1791 Ugnsstekt i Protein	1,7	1,6
1791 Ugnsstekt i Fibrer	2,4	2,3
1791 Ugnsstekt i Fett	5,8	5,9
1791 Ugnsstekt i Fosfor	46	45
1791 Ugnsstekt i Jod	0	0
1791 Ugnsstekt i Järn	0,51	0,49
1791 Ugnsstekt i Kalcium	22	22
1791 Ugnsstekt i Kalium	166	162
1791 Ugnsstekt i Magnesium	25	24
1791 Ugnsstekt i Natrium	18	17
1791 Ugnsstekt i Selen	0,1	0,1
1791 Ugnsstekt i Zink	0,23	0,22
1791 Ugnsstekt i Retinolekvi	23	22
1791 Ugnsstekt i Vitamin D	0,27	0,26
1791 Ugnsstekt i Vitamin E	2,34	2,27
1791 Ugnsstekt i $\beta$ -Karoten	20	19
1791 Ugnsstekt i Tiamin	0,02	0,02
1791 Ugnsstekt i Riboflavin	0,07	0,06
1791 Ugnsstekt i Vitamin C	6	6

1791 Ugnsstekt i Niacin	0,4	0,4
1791 Ugnsstekt i Niacinekviv	0,6	0,6
1791 Ugnsstekt i Vitamin B6	0,03	0,02
1791 Ugnsstekt i Folat	6	6
1791 Ugnsstekt i Salt	0	0
1982 Vit säs bécl Summa mä	0,7	0,7
1982 Vit säs bécl Summa enl	2,1	2,3
1982 Vit säs bécl Summa flei	1	1,1
1982 Vit säs bécl Fettsyra 4:(	0,1	0,1
1982 Vit säs bécl Fettsyra 12	0	0
1982 Vit säs bécl Fettsyra 14	0,1	0,1
1982 Vit säs bécl Fettsyra 16	0,3	0,3
1982 Vit säs bécl Fettsyra 18	0,1	0,2
1982 Vit säs bécl Fettsyra 18	2,1	2,2
1982 Vit säs bécl Fettsyra 18	0,7	0,7
1982 Vit säs bécl Fettsyra 18	0,3	0,3
1982 Vit säs bécl Summa tra	0	0
1982 Vit säs bécl Kolesterol	3,2	3,1
1982 Vit säs bécl Monosacke	0	0
1982 Vit säs bécl Disackaride	5,4	5,3
1982 Vit säs bécl Sackaros	0	0
1982 Vit säs bécl Energi (kJ)	369	374
1982 Vit säs bécl Energi (kca	88	89
1982 Vit säs bécl Aska	1,7	1,6
1982 Vit säs bécl Vatten	81,2	81,6
1982 Vit säs bécl Kolhydrate	8,9	8,7
1982 Vit säs bécl Protein	4,2	4,1
1982 Vit säs bécl Fibrer	0,1	0,1
1982 Vit säs bécl Fett	3,9	4,2
1982 Vit säs bécl Fosfor	106	104
1982 Vit säs bécl Jod	53	52
1982 Vit säs bécl Järn	0,11	0,1
1982 Vit säs bécl Kalcium	129	126
1982 Vit säs bécl Kalium	183	179
1982 Vit säs bécl Magnesium	14	14
1982 Vit säs bécl Natrium	364	357
1982 Vit säs bécl Selen	2	2
1982 Vit säs bécl Zink	0,52	0,51
1982 Vit säs bécl Retinolekvi	59	58
1982 Vit säs bécl Retinol	38	38
1982 Vit säs bécl Vitamin D	0,88	0,86
1982 Vit säs bécl Vitamin E	0,75	0,73
1982 Vit säs bécl $\beta$ -Karoten	2	2
1982 Vit säs bécl Vitamin K	0	0
1982 Vit säs bécl Tiamin	0,06	0,06
1982 Vit säs bécl Riboflavin	0,15	0,14
1982 Vit säs bécl Vitamin C	0	0
1982 Vit säs bécl Niacin	0,3	0,3
1982 Vit säs bécl Niacinekviv	1,3	1,2
1982 Vit säs bécl Vitamin B1	0,41	0,4

1982 Vit s�s b�cl Vitamin B6	0,05	0,05
1982 Vit s�s b�cl Folat	5	5
1982 Vit s�s b�cl Salt	0,9	0,9
1983 Ljus stuvnir Summa m�	3,5	3,5
1983 Ljus stuvnir Summa enl	3,7	3,9
1983 Ljus stuvnir Summa flel	1,4	1,5
1983 Ljus stuvnir Fettsyra 4:(	0,5	0,5
1983 Ljus stuvnir Fettsyra 12	0,1	0,1
1983 Ljus stuvnir Fettsyra 14	0,5	0,5
1983 Ljus stuvnir Fettsyra 16	1,5	1,5
1983 Ljus stuvnir Fettsyra 18	0,6	0,6
1983 Ljus stuvnir Fettsyra 20	0	0
1983 Ljus stuvnir Fettsyra 16	0	0
1983 Ljus stuvnir Fettsyra 18	3,6	3,8
1983 Ljus stuvnir Fettsyra 18	1	1,1
1983 Ljus stuvnir Fettsyra 18	0,4	0,4
1983 Ljus stuvnir Summa tra	0,2	0,2
1983 Ljus stuvnir Kolesterol	14	13,6
1983 Ljus stuvnir Monosack�	0	0
1983 Ljus stuvnir Disackaride	3,7	3,6
1983 Ljus stuvnir Sackaros	0	0
1983 Ljus stuvnir Energi (kJ)	576	579
1983 Ljus stuvnir Energi (kca	138	138
1983 Ljus stuvnir Aska	1,2	1,1
1983 Ljus stuvnir Vatten	75,6	76,2
1983 Ljus stuvnir Kolhydrate	10,3	10,1
1983 Ljus stuvnir Protein	3,5	3,4
1983 Ljus stuvnir Fibrer	0,2	0,2
1983 Ljus stuvnir Fett	9,1	9,4
1983 Ljus stuvnir Fosfor	79	77
1983 Ljus stuvnir Jod	22	22
1983 Ljus stuvnir Järn	0,17	0,16
1983 Ljus stuvnir Kalcium	88	86
1983 Ljus stuvnir Kalium	132	128
1983 Ljus stuvnir Magnesium	12	12
1983 Ljus stuvnir Natrium	217	212
1983 Ljus stuvnir Selen	1,6	1,5
1983 Ljus stuvnir Zink	0,4	0,39
1983 Ljus stuvnir Retinolekvi	84	82
1983 Ljus stuvnir Retinol	38	37
1983 Ljus stuvnir Vitamin D	0,57	0,55
1983 Ljus stuvnir Vitamin E	1,12	1,1
1983 Ljus stuvnir �-Karoten	36	35
1983 Ljus stuvnir Vitamin K	0	0
1983 Ljus stuvnir Tiamin	0,08	0,08
1983 Ljus stuvnir Riboflavin	0,11	0,11
1983 Ljus stuvnir Vitamin C	2	2
1983 Ljus stuvnir Niacin	0,6	0,6
1983 Ljus stuvnir Niacinekviv	1,3	1,3
1983 Ljus stuvnir Vitamin B1	0,28	0,27

1983	Ljus stuvnir Vitamin B6	0,05	0,05
1983	Ljus stuvnir Folat	5	5
1983	Ljus stuvnir Salt	0,5	0,5
1984	Ljus stuvnir Summa mä	0,5	0,6
1984	Ljus stuvnir Summa enl	1,6	1,7
1984	Ljus stuvnir Summa flei	0,8	0,8
1984	Ljus stuvnir Fettsyra 4:(	0	0
1984	Ljus stuvnir Fettsyra 12	0	0
1984	Ljus stuvnir Fettsyra 14	0	0
1984	Ljus stuvnir Fettsyra 16	0,2	0,2
1984	Ljus stuvnir Fettsyra 18	0,1	0,1
1984	Ljus stuvnir Fettsyra 16	0	0
1984	Ljus stuvnir Fettsyra 18	1,5	1,7
1984	Ljus stuvnir Fettsyra 18	0,5	0,6
1984	Ljus stuvnir Fettsyra 18	0,2	0,2
1984	Ljus stuvnir Summa tra	0	0
1984	Ljus stuvnir Kolesterol	2,1	2,1
1984	Ljus stuvnir Monosackæ	0	0
1984	Ljus stuvnir Disackaride	3,6	3,6
1984	Ljus stuvnir Sackaros	0	0
1984	Ljus stuvnir Energi (kJ)	306	315
1984	Ljus stuvnir Energi (kca	73	75
1984	Ljus stuvnir Aska	1,6	1,6
1984	Ljus stuvnir Vatten	83,8	83,8
1984	Ljus stuvnir Kolhydrate	8,3	8,3
1984	Ljus stuvnir Protein	3,2	3,2
1984	Ljus stuvnir Fibrer	0,2	0,2
1984	Ljus stuvnir Fett	2,9	3,2
1984	Ljus stuvnir Fosfor	75	75
1984	Ljus stuvnir Jod	46	46
1984	Ljus stuvnir Järn	0,13	0,13
1984	Ljus stuvnir Kalcium	87	87
1984	Ljus stuvnir Kalium	128	126
1984	Ljus stuvnir Magnesium	11	11
1984	Ljus stuvnir Natrium	384	383
1984	Ljus stuvnir Selen	1,4	1,4
1984	Ljus stuvnir Zink	0,37	0,37
1984	Ljus stuvnir Retinolekvi	43	43
1984	Ljus stuvnir Retinol	25	25
1984	Ljus stuvnir Vitamin D	0,62	0,61
1984	Ljus stuvnir Vitamin E	0,59	0,58
1984	Ljus stuvnir $\beta$ -Karoten	16	16
1984	Ljus stuvnir Vitamin K	0	0
1984	Ljus stuvnir Tiamin	0,07	0,07
1984	Ljus stuvnir Riboflavin	0,11	0,11
1984	Ljus stuvnir Vitamin C	2	2
1984	Ljus stuvnir Niacin	0,5	0,5
1984	Ljus stuvnir Niacinekviv	1,2	1,2
1984	Ljus stuvnir Vitamin B1	0,27	0,27
1984	Ljus stuvnir Vitamin B6	0,04	0,04

1984 Ljus stuvnir Folat	5	5
1984 Ljus stuvnir Salt	1	1
1985 Vit s�s b�cl Summa m�	2,4	2,4
1985 Vit s�s b�cl Summa enl	2,7	2,9
1985 Vit s�s b�cl Summa flei	1	1,1
1985 Vit s�s b�cl Fettsyra 4:(	0,3	0,3
1985 Vit s�s b�cl Fettsyra 12	0,1	0,1
1985 Vit s�s b�cl Fettsyra 14	0,3	0,3
1985 Vit s�s b�cl Fettsyra 16	1,1	1,1
1985 Vit s�s b�cl Fettsyra 18	0,4	0,5
1985 Vit s�s b�cl Fettsyra 20	0	0
1985 Vit s�s b�cl Fettsyra 16	0	0
1985 Vit s�s b�cl Fettsyra 18	2,6	2,8
1985 Vit s�s b�cl Fettsyra 18	0,7	0,8
1985 Vit s�s b�cl Fettsyra 18	0,3	0,3
1985 Vit s�s b�cl Summa tra	0,1	0,1
1985 Vit s�s b�cl Kolesterol	10,7	10,6
1985 Vit s�s b�cl Monosack�	0	0
1985 Vit s�s b�cl Disackaride	5,2	5,2
1985 Vit s�s b�cl Sackaros	0	0
1985 Vit s�s b�cl Energi (kJ)	456	464
1985 Vit s�s b�cl Energi (kca	109	111
1985 Vit s�s b�cl Aska	2,3	1,6
1985 Vit s�s b�cl Vatten	78,4	79,4
1985 Vit s�s b�cl Kolhydrate	8,6	8,5
1985 Vit s�s b�cl Protein	4,1	4
1985 Vit s�s b�cl Fibrer	0,1	0,1
1985 Vit s�s b�cl Fett	6,5	6,8
1985 Vit s�s b�cl Fosfor	102	101
1985 Vit s�s b�cl Jod	88	51
1985 Vit s�s b�cl J�rn	0,11	0,1
1985 Vit s�s b�cl Kalcium	125	123
1985 Vit s�s b�cl Kalium	177	174
1985 Vit s�s b�cl Magnesium	14	14
1985 Vit s�s b�cl Natrium	650	354
1985 Vit s�s b�cl Selen	2	2
1985 Vit s�s b�cl Zink	0,5	0,5
1985 Vit s�s b�cl Retinolekvi	59	59
1985 Vit s�s b�cl Retinol	26	26
1985 Vit s�s b�cl Vitamin D	0,42	0,41
1985 Vit s�s b�cl Vitamin E	0,8	0,79
1985 Vit s�s b�cl �-Karoten	15	15
1985 Vit s�s b�cl Vitamin K	0	0
1985 Vit s�s b�cl Tiamin	0,06	0,06
1985 Vit s�s b�cl Riboflavin	0,14	0,14
1985 Vit s�s b�cl Vitamin C	0	0
1985 Vit s�s b�cl Niacin	0,3	0,3
1985 Vit s�s b�cl Niacinekviv	1,2	1,2
1985 Vit s�s b�cl Vitamin B1	0,4	0,39
1985 Vit s�s b�cl Vitamin B6	0,05	0,05



1985 Vit sås bécl Folat	5	5
1985 Vit sås bécl Salt	1,6	0,9
1986 Vit gratäng Summa mä	2,4	2,5
1986 Vit gratäng Summa enl	3,1	3,3
1986 Vit gratäng Summa flei	1,2	1,4
1986 Vit gratäng Fettsyra 16	1,2	1,2
1986 Vit gratäng Fettsyra 18	0,5	0,5
1986 Vit gratäng Fettsyra 18	3	3,2
1986 Vit gratäng Fettsyra 18	0,9	0,9
1986 Vit gratäng Fettsyra 18	0,3	0,4
1986 Vit gratäng Energi (kJ)	510	523
1986 Vit gratäng Energi (kca	122	125
1986 Vit gratäng Fett	7,3	7,6
1987 Ljus sås bul Summa mä	1,3	1,3
1987 Ljus sås bul Summa enl	2,4	2,6
1987 Ljus sås bul Summa flei	1,1	1,2
1987 Ljus sås bul Fettsyra 4:(	0,1	0,1
1987 Ljus sås bul Fettsyra 12	0	0
1987 Ljus sås bul Fettsyra 14	0,1	0,1
1987 Ljus sås bul Fettsyra 16	0,6	0,6
1987 Ljus sås bul Fettsyra 18	0,3	0,3
1987 Ljus sås bul Fettsyra 20	0	0
1987 Ljus sås bul Fettsyra 16	0	0
1987 Ljus sås bul Fettsyra 18	2,3	2,6
1987 Ljus sås bul Fettsyra 18	0,7	0,8
1987 Ljus sås bul Fettsyra 18	0,3	0,3
1987 Ljus sås bul Summa tra	0,1	0,1
1987 Ljus sås bul Kolesterol	3,6	3,6
1987 Ljus sås bul Monosacke	0	0
1987 Ljus sås bul Disackaride	0,4	0,4
1987 Ljus sås bul Sackaros	0	0
1987 Ljus sås bul Energi (kJ)	259	273
1987 Ljus sås bul Energi (kca	62	65
1987 Ljus sås bul Aska	1,1	1,1
1987 Ljus sås bul Vatten	89,4	89,4
1987 Ljus sås bul Kolhydrate	3,6	3,6
1987 Ljus sås bul Protein	1	1
1987 Ljus sås bul Fibrer	0,1	0,1
1987 Ljus sås bul Fett	4,9	5,3
1987 Ljus sås bul Fosfor	15	15
1987 Ljus sås bul Jod	1	1
1987 Ljus sås bul Järn	0,14	0,14
1987 Ljus sås bul Kalcium	13	13
1987 Ljus sås bul Kalium	23	22
1987 Ljus sås bul Magnesium	4	4
1987 Ljus sås bul Natrium	263	262
1987 Ljus sås bul Selen	0,2	0,2
1987 Ljus sås bul Zink	0,07	0,06
1987 Ljus sås bul Retinolekvi	47	47
1987 Ljus sås bul Retinol	11	11

1987 Ljus sås bul Vitamin D	0,43	0,43
1987 Ljus sås bul Vitamin E	0,83	0,83
1987 Ljus sås bul $\beta$ -Karoten	32	32
1987 Ljus sås bul Vitamin K	0	0
1987 Ljus sås bul Tiamin	0,04	0,04
1987 Ljus sås bul Riboflavin	0,03	0,03
1987 Ljus sås bul Vitamin C	2	2
1987 Ljus sås bul Niacin	0,6	0,6
1987 Ljus sås bul Niacinekviv	0,7	0,7
1987 Ljus sås bul Vitamin B1	0,07	0,07
1987 Ljus sås bul Vitamin B6	0,02	0,02
1987 Ljus sås bul Folat	3	3
1987 Ljus sås bul Salt	0,7	0,7
1988 Ostsås (ber Summa mä	5,1	4,9
1988 Ostsås (ber Summa enl	3,5	3,6
1988 Ostsås (ber Summa flei	1,1	1,1
1988 Ostsås (ber Fettsyra 4:(	0,7	0,7
1988 Ostsås (ber Fettsyra 12	0,2	0,2
1988 Ostsås (ber Fettsyra 14	0,7	0,7
1988 Ostsås (ber Fettsyra 16	2,2	2,2
1988 Ostsås (ber Fettsyra 18	0,9	0,9
1988 Ostsås (ber Fettsyra 20	0	0
1988 Ostsås (ber Fettsyra 16	0,1	0,1
1988 Ostsås (ber Fettsyra 18	3,4	3,5
1988 Ostsås (ber Fettsyra 18	0,7	0,8
1988 Ostsås (ber Fettsyra 18	0,3	0,3
1988 Ostsås (ber Summa tra	0,2	0,2
1988 Ostsås (ber Kolesterol	21,9	21,1
1988 Ostsås (ber Monosacke	0	0
1988 Ostsås (ber Disackaride	4,5	4,4
1988 Ostsås (ber Sackaros	0	0
1988 Ostsås (ber Energi (kJ)	663	651
1988 Ostsås (ber Energi (kca	159	156
1988 Ostsås (ber Aska	1,8	1,7
1988 Ostsås (ber Vatten	71,3	72,4
1988 Ostsås (ber Kolhydrate	8,4	8,1
1988 Ostsås (ber Protein	8	7,7
1988 Ostsås (ber Fibrer	0,1	0,1
1988 Ostsås (ber Fett	10,4	10,3
1988 Ostsås (ber Fosfor	171	164
1988 Ostsås (ber Jod	39	37
1988 Ostsås (ber Järn	0,12	0,12
1988 Ostsås (ber Kalcium	227	219
1988 Ostsås (ber Kalium	167	161
1988 Ostsås (ber Magnesium	17	17
1988 Ostsås (ber Natrium	313	301
1988 Ostsås (ber Selen	3,3	3,2
1988 Ostsås (ber Zink	0,97	0,93
1988 Ostsås (ber Retinolekvi	93	90
1988 Ostsås (ber Retinol	60	58

1988 Ostsås (ber Vitamin D	0,43	0,41
1988 Ostsås (ber Vitamin E	0,86	0,83
1988 Ostsås (ber $\beta$ -Karoten	33	32
1988 Ostsås (ber Vitamin K	1	1
1988 Ostsås (ber Tiamin	0,06	0,06
1988 Ostsås (ber Riboflavin	0,16	0,16
1988 Ostsås (ber Vitamin C	0	0
1988 Ostsås (ber Niacin	0,3	0,3
1988 Ostsås (ber Niacinekviv	2,1	2
1988 Ostsås (ber Vitamin B1	0,56	0,54
1988 Ostsås (ber Vitamin B6	0,05	0,05
1988 Ostsås (ber Folat	8	8
1988 Ostsås (ber Salt	0,8	0,8
1989 Ostsås gorę Summa mä	19,7	19,2
1989 Ostsås gorę Summa enl	14,2	14,5
1989 Ostsås gorę Summa flei	4,2	4,4
1989 Ostsås gorę Fettsyra 4:(	2,8	2,7
1989 Ostsås gorę Fettsyra 12	0,9	0,9
1989 Ostsås gorę Fettsyra 14	2,9	2,8
1989 Ostsås gorę Fettsyra 16	8,7	8,4
1989 Ostsås gorę Fettsyra 18	3,5	3,4
1989 Ostsås gorę Fettsyra 20	0,1	0,1
1989 Ostsås gorę Fettsyra 16	0,3	0,3
1989 Ostsås gorę Fettsyra 18	13,5	13,9
1989 Ostsås gorę Fettsyra 18	2,9	3,1
1989 Ostsås gorę Fettsyra 18	1,3	1,3
1989 Ostsås gorę Fettsyra 20	0	0
1989 Ostsås gorę Summa tra	0,8	0,8
1989 Ostsås gorę Kolesterol	80,2	77,4
1989 Ostsås gorę Monosacke	0,3	0,3
1989 Ostsås gorę Disackaride	2,3	2,3
1989 Ostsås gorę Sackaros	0	0
1989 Ostsås gorę Energi (kJ)	1635	1626
1989 Ostsås gorę Energi (kca	391	389
1989 Ostsås gorę Aska	1,3	1,3
1989 Ostsås gorę Vatten	50,2	51,9
1989 Ostsås gorę Avfall (skal	1	1
1989 Ostsås gorę Kolhydrate	3,1	3
1989 Ostsås gorę Protein	4,5	4,4
1989 Ostsås gorę Fibrer	0,2	0,2
1989 Ostsås gorę Fett	40,7	40,5
1989 Ostsås gorę Fosfor	86	83
1989 Ostsås gorę Jod	13	12
1989 Ostsås gorę Järn	0,12	0,11
1989 Ostsås gorę Kalcium	105	101
1989 Ostsås gorę Kalium	110	103
1989 Ostsås gorę Magnesium	10	10
1989 Ostsås gorę Natrium	241	232
1989 Ostsås gorę Selen	1,3	1,3
1989 Ostsås gorę Zink	0,79	0,76

1989 Ostsås gorξ Retinolekvi	367	354
1989 Ostsås gorξ Retinol	231	223
1989 Ostsås gorξ Vitamin D	1,74	1,67
1989 Ostsås gorξ Vitamin E	3,43	3,31
1989 Ostsås gorξ β-Karoten	137	132
1989 Ostsås gorξ Vitamin K	2	2
1989 Ostsås gorξ Tiamin	0,04	0,04
1989 Ostsås gorξ Riboflavin	0,13	0,12
1989 Ostsås gorξ Vitamin C	2	2
1989 Ostsås gorξ Niacin	0,2	0,2
1989 Ostsås gorξ Niacinekviv	1,3	1,2
1989 Ostsås gorξ Vitamin B1	0,32	0,31
1989 Ostsås gorξ Vitamin B6	0,06	0,06
1989 Ostsås gorξ Folat	11	11
1989 Ostsås gorξ Salt	0,6	0,6
1991 Brunsås mε Summa mä	1,6	1,6
1991 Brunsås mε Summa enl	3,4	3,7
1991 Brunsås mε Summa flei	1,6	1,7
1991 Brunsås mε Fettsyra 4:(	0,2	0,2
1991 Brunsås mε Fettsyra 12	0,1	0,1
1991 Brunsås mε Fettsyra 14	0,2	0,2
1991 Brunsås mε Fettsyra 16	0,7	0,7
1991 Brunsås mε Fettsyra 18	0,3	0,3
1991 Brunsås mε Fettsyra 20	0	0
1991 Brunsås mε Fettsyra 16	0	0
1991 Brunsås mε Fettsyra 18	3,4	3,7
1991 Brunsås mε Fettsyra 18	1	1,1
1991 Brunsås mε Fettsyra 18	0,4	0,5
1991 Brunsås mε Summa tra	0,1	0,1
1991 Brunsås mε Kolesterol	5,1	5
1991 Brunsås mε Monosackε	0	0
1991 Brunsås mε Disackaride	2,5	2,5
1991 Brunsås mε Sackaros	0	0
1991 Brunsås mε Energi (kJ)	390	407
1991 Brunsås mε Energi (kca	93	97
1991 Brunsås mε Aska	1,3	1,3
1991 Brunsås mε Vatten	83,5	83,7
1991 Brunsås mε Kolhydrate	5,9	5,8
1991 Brunsås mε Protein	2,5	2,4
1991 Brunsås mε Fibrer	0,1	0,1
1991 Brunsås mε Fett	6,7	7,2
1991 Brunsås mε Fosfor	57	56
1991 Brunsås mε Jod	7	7
1991 Brunsås mε Järn	0,15	0,14
1991 Brunsås mε Kalcium	61	60
1991 Brunsås mε Kalium	96	95
1991 Brunsås mε Magnesiur	9	9
1991 Brunsås mε Natrium	367	364
1991 Brunsås mε Selen	1	1
1991 Brunsås mε Zink	0,28	0,27

1991 Brunsås mε Retinolekvi	63	62
1991 Brunsås mε Retinol	12	12
1991 Brunsås mε Vitamin D	0,63	0,63
1991 Brunsås mε Vitamin E	1,16	1,15
1991 Brunsås mε β-Karoten	7	7
1991 Brunsås mε Vitamin K	0	0
1991 Brunsås mε Tiamin	0,04	0,04
1991 Brunsås mε Riboflavin	0,07	0,07
1991 Brunsås mε Vitamin C	0	0
1991 Brunsås mε Niacin	0,3	0,3
1991 Brunsås mε Niacinekviv	0,8	0,8
1991 Brunsås mε Vitamin B1	0,19	0,19
1991 Brunsås mε Vitamin B6	0,04	0,03
1991 Brunsås mε Folat	4	4
1991 Brunsås mε Salt	0,9	0,9
1992 Sky (beräkr Summa mä	0,4	0,5
1992 Sky (beräkr Summa enl	1,8	2
1992 Sky (beräkr Summa flel	0,9	1
1992 Sky (beräkr Fettsyra 12	0	0
1992 Sky (beräkr Fettsyra 14	0	0
1992 Sky (beräkr Fettsyra 16	0,2	0,2
1992 Sky (beräkr Fettsyra 18	0,1	0,1
1992 Sky (beräkr Fettsyra 16	0	0
1992 Sky (beräkr Fettsyra 18	1,8	2
1992 Sky (beräkr Fettsyra 18	0,6	0,6
1992 Sky (beräkr Fettsyra 18	0,3	0,3
1992 Sky (beräkr Summa tra	0	0
1992 Sky (beräkr Energi (kJ)	141	151
1992 Sky (beräkr Energi (kca	34	36
1992 Sky (beräkr Aska	0,8	0,8
1992 Sky (beräkr Vatten	94,6	94,6
1992 Sky (beräkr Kolhydrate	0	0
1992 Sky (beräkr Protein	1,4	1,4
1992 Sky (beräkr Fett	3,2	3,5
1992 Sky (beräkr Fosfor	10	10
1992 Sky (beräkr Järn	1,48	1,47
1992 Sky (beräkr Kalcium	6	6
1992 Sky (beräkr Kalium	16	16
1992 Sky (beräkr Magnesium	2	2
1992 Sky (beräkr Natrium	229	227
1992 Sky (beräkr Zink	0,23	0,23
1992 Sky (beräkr Retinolekvi	29	28
1992 Sky (beräkr Vitamin D	0,36	0,36
1992 Sky (beräkr Vitamin E	0,64	0,63
1992 Sky (beräkr Riboflavin	0,01	0,01
1992 Sky (beräkr Niacin	0,6	0,6
1992 Sky (beräkr Niacinekviv	0,8	0,8
1992 Sky (beräkr Vitamin B6	0,01	0,01
1992 Sky (beräkr Folat	2	2
1992 Sky (beräkr Salt	0,6	0,6

1993 Brunsås va	Summa mä	2,8	2,9
1993 Brunsås va	Summa enl	3,8	4,1
1993 Brunsås va	Summa flei	1,6	1,7
1993 Brunsås va	Fettsyra 4:(	0,3	0,3
1993 Brunsås va	Fettsyra 12	0,1	0,1
1993 Brunsås va	Fettsyra 14	0,4	0,4
1993 Brunsås va	Fettsyra 16	1,2	1,3
1993 Brunsås va	Fettsyra 18	0,5	0,5
1993 Brunsås va	Fettsyra 20	0	0
1993 Brunsås va	Fettsyra 16	0	0
1993 Brunsås va	Fettsyra 18	3,7	4
1993 Brunsås va	Fettsyra 18	1,1	1,1
1993 Brunsås va	Fettsyra 18	0,5	0,5
1993 Brunsås va	Summa tra	0,1	0,1
1993 Brunsås va	Kolesterol	9,7	9,6
1993 Brunsås va	Monosacke	0	0
1993 Brunsås va	Disackaride	0,3	0,3
1993 Brunsås va	Sackaros	0	0
1993 Brunsås va	Energi (kJ)	396	412
1993 Brunsås va	Energi (kca	95	98
1993 Brunsås va	Aska	1,9	1,9
1993 Brunsås va	Vatten	84,8	85
1993 Brunsås va	Kolhydrate	3,5	3,4
1993 Brunsås va	Protein	1,1	1,1
1993 Brunsås va	Fibrer	0,1	0,1
1993 Brunsås va	Fett	8,6	9
1993 Brunsås va	Fosfor	21	21
1993 Brunsås va	Jod	1	1
1993 Brunsås va	Järn	0,15	0,15
1993 Brunsås va	Kalcium	12	12
1993 Brunsås va	Kalium	23	23
1993 Brunsås va	Magnesium	6	6
1993 Brunsås va	Natrium	664	657
1993 Brunsås va	Selen	0,2	0,2
1993 Brunsås va	Zink	0,11	0,1
1993 Brunsås va	Retinolekvi	79	78
1993 Brunsås va	Retinol	28	28
1993 Brunsås va	Vitamin D	0,64	0,63
1993 Brunsås va	Vitamin E	1,18	1,17
1993 Brunsås va	β-Karoten	16	15
1993 Brunsås va	Vitamin K	0	0
1993 Brunsås va	Tiamin	0,02	0,02
1993 Brunsås va	Riboflavin	0,02	0,02
1993 Brunsås va	Vitamin C	0	0
1993 Brunsås va	Niacin	0,5	0,4
1993 Brunsås va	Niacinekviv	0,7	0,7
1993 Brunsås va	Vitamin B1	0,02	0,02
1993 Brunsås va	Vitamin B6	0,02	0,02
1993 Brunsås va	Folat	3	3
1993 Brunsås va	Salt	1,7	1,6

1994 Brunsås bu Summa mä	0,7	0,7
1994 Brunsås bu Summa enl	3,2	3,5
1994 Brunsås bu Summa flei	1,5	1,7
1994 Brunsås bu Fettsyra 12	0	0
1994 Brunsås bu Fettsyra 14	0	0
1994 Brunsås bu Fettsyra 16	0,3	0,3
1994 Brunsås bu Fettsyra 18	0,2	0,2
1994 Brunsås bu Fettsyra 16	0	0
1994 Brunsås bu Fettsyra 18	3,1	3,4
1994 Brunsås bu Fettsyra 18	1	1,1
1994 Brunsås bu Fettsyra 18	0,4	0,5
1994 Brunsås bu Summa tra	0	0
1994 Brunsås bu Monosacke	0	0
1994 Brunsås bu Disackaride	0,1	0,1
1994 Brunsås bu Sackaros	0	0
1994 Brunsås bu Energi (kJ)	291	310
1994 Brunsås bu Energi (kca	69	74
1994 Brunsås bu Aska	1,4	1,4
1994 Brunsås bu Vatten	87,8	87,8
1994 Brunsås bu Kolhydrate	3,4	3,4
1994 Brunsås bu Protein	1,8	1,8
1994 Brunsås bu Fibrer	0,1	0,1
1994 Brunsås bu Fett	5,4	5,9
1994 Brunsås bu Fosfor	17	17
1994 Brunsås bu Jod	13	12
1994 Brunsås bu Järn	1,4	1,39
1994 Brunsås bu Kalcium	7	7
1994 Brunsås bu Kalium	28	28
1994 Brunsås bu Magnesium	4	4
1994 Brunsås bu Natrium	449	447
1994 Brunsås bu Selen	0,1	0,1
1994 Brunsås bu Zink	0,24	0,24
1994 Brunsås bu Retinolekvi	50	50
1994 Brunsås bu Vitamin D	0,63	0,62
1994 Brunsås bu Vitamin E	1,13	1,13
1994 Brunsås bu Vitamin K	0	0
1994 Brunsås bu Tiamin	0,02	0,02
1994 Brunsås bu Riboflavin	0,02	0,02
1994 Brunsås bu Vitamin C	0	0
1994 Brunsås bu Niacin	0,7	0,7
1994 Brunsås bu Niacinekviv	1	1
1994 Brunsås bu Vitamin B6	0,02	0,02
1994 Brunsås bu Folat	3	3
1994 Brunsås bu Salt	1,1	1,1
1995 Currysås (b Summa mä	1,5	1,5
1995 Currysås (b Summa enl	2,4	2,6
1995 Currysås (b Summa flei	1	1,1
1995 Currysås (b Fettsyra 16	0,7	0,7
1995 Currysås (b Fettsyra 18	0,3	0,3
1995 Currysås (b Fettsyra 18	2,4	2,6

1995 Currysås (b Fettsyra 18	0,7	0,8
1995 Currysås (b Fettsyra 18	0,3	0,3
1995 Currysås (b Energi (kJ)	270	283
1995 Currysås (b Energi (kca	64	68
1995 Currysås (b Fett	5,1	5,5
1996 Brunsås kai Summa mä	1,3	1,4
1996 Brunsås kai Summa enl	3,2	3,5
1996 Brunsås kai Summa flei	1,4	1,6
1996 Brunsås kai Fettsyra 4:(	0,1	0,1
1996 Brunsås kai Fettsyra 12	0	0
1996 Brunsås kai Fettsyra 14	0,1	0,1
1996 Brunsås kai Fettsyra 16	0,6	0,6
1996 Brunsås kai Fettsyra 18	0,3	0,3
1996 Brunsås kai Fettsyra 20	0	0
1996 Brunsås kai Fettsyra 16	0	0
1996 Brunsås kai Fettsyra 18	3,1	3,4
1996 Brunsås kai Fettsyra 18	1	1,1
1996 Brunsås kai Fettsyra 18	0,4	0,5
1996 Brunsås kai Summa tra	0,1	0,1
1996 Brunsås kai Kolesterol	3,1	3
1996 Brunsås kai Monosacke	0	0
1996 Brunsås kai Disackaride	0,5	0,5
1996 Brunsås kai Sackaros	0	0
1996 Brunsås kai Energi (kJ)	320	333
1996 Brunsås kai Energi (kca	76	80
1996 Brunsås kai Aska	2	1,2
1996 Brunsås kai Vatten	86,2	87,3
1996 Brunsås kai Kolhydrate	3,8	3,7
1996 Brunsås kai Protein	1,8	1,6
1996 Brunsås kai Fibrer	0,1	0,1
1996 Brunsås kai Fett	6,1	6,6
1996 Brunsås kai Fosfor	25	21
1996 Brunsås kai Jod	1	1
1996 Brunsås kai Järn	0,77	0,74
1996 Brunsås kai Kalcium	15	14
1996 Brunsås kai Kalium	37	34
1996 Brunsås kai Magnesium	6	5
1996 Brunsås kai Natrium	614	340
1996 Brunsås kai Selen	0,3	0,3
1996 Brunsås kai Zink	0,19	0,17
1996 Brunsås kai Retinolekvi	58	58
1996 Brunsås kai Retinol	9	9
1996 Brunsås kai Vitamin D	0,58	0,59
1996 Brunsås kai Vitamin E	1,11	1,12
1996 Brunsås kai $\beta$ -Karoten	32	32
1996 Brunsås kai Vitamin K	0	0
1996 Brunsås kai Tiamin	0,04	0,04
1996 Brunsås kai Riboflavin	0,04	0,03
1996 Brunsås kai Vitamin C	2	2
1996 Brunsås kai Niacin	0,9	0,7



1996 Brunsås kai Niacinekviv	1,2	1
1996 Brunsås kai Vitamin B1	0,03	0,03
1996 Brunsås kai Vitamin B6	0,03	0,02
1996 Brunsås kai Folat	5	4
1996 Brunsås kai Salt	1,5	0,9
1997 Korintsås (I Summa mä	0,4	0,5
1997 Korintsås (I Summa enl	2	2,2
1997 Korintsås (I Summa flei	1	1,1
1997 Korintsås (I Fettsyra 12	0	0
1997 Korintsås (I Fettsyra 14	0	0
1997 Korintsås (I Fettsyra 16	0,2	0,2
1997 Korintsås (I Fettsyra 18	0,1	0,1
1997 Korintsås (I Fettsyra 16	0	0
1997 Korintsås (I Fettsyra 18	2	2,2
1997 Korintsås (I Fettsyra 18	0,7	0,7
1997 Korintsås (I Fettsyra 18	0,3	0,3
1997 Korintsås (I Summa tra	0	0
1997 Korintsås (I Kolesterol	0,1	0,1
1997 Korintsås (I Monosacke	7,5	7,5
1997 Korintsås (I Disackaride	3	3
1997 Korintsås (I Sackaros	2,9	2,9
1997 Korintsås (I Energi (kJ)	410	423
1997 Korintsås (I Energi (kca	98	101
1997 Korintsås (I Aska	1,7	1,7
1997 Korintsås (I Vatten	77,5	77,5
1997 Korintsås (I Kolhydrate	14,7	14,7
1997 Korintsås (I Protein	1,2	1,2
1997 Korintsås (I Fibrer	1,3	1,3
1997 Korintsås (I Fett	3,5	3,8
1997 Korintsås (I Fosfor	27	27
1997 Korintsås (I Jod	0	0
1997 Korintsås (I Järn	0,43	0,43
1997 Korintsås (I Kalcium	12	12
1997 Korintsås (I Kalium	108	83
1997 Korintsås (I Magnesium	9	9
1997 Korintsås (I Natrium	532	532
1997 Korintsås (I Selen	0,2	0,2
1997 Korintsås (I Zink	0,11	0,11
1997 Korintsås (I Retinolekvi	32	32
1997 Korintsås (I Vitamin D	0,4	0,4
1997 Korintsås (I Vitamin E	0,75	0,75
1997 Korintsås (I $\beta$ -Karoten	1	1
1997 Korintsås (I Vitamin K	0	0
1997 Korintsås (I Tiamin	0,03	0,03
1997 Korintsås (I Riboflavin	0,02	0,02
1997 Korintsås (I Vitamin C	0	0
1997 Korintsås (I Niacin	0,5	0,5
1997 Korintsås (I Niacinekviv	0,7	0,7
1997 Korintsås (I Vitamin B6	0,04	0,04
1997 Korintsås (I Folat	3	3

1997 Korintsås (I Salt	1,3	1,3
2000 Tomatsås t Summa mä	0,5	0,5
2000 Tomatsås t Summa enl	2,3	2,6
2000 Tomatsås t Summa flei	1,2	1,3
2000 Tomatsås t Fettsyra 12	0	0
2000 Tomatsås t Fettsyra 14	0	0
2000 Tomatsås t Fettsyra 16	0,2	0,2
2000 Tomatsås t Fettsyra 18	0,1	0,1
2000 Tomatsås t Fettsyra 16	0	0
2000 Tomatsås t Fettsyra 18	2,3	2,5
2000 Tomatsås t Fettsyra 18	0,8	0,9
2000 Tomatsås t Fettsyra 18	0,3	0,4
2000 Tomatsås t Summa tra	0	0
2000 Tomatsås t Kolesterol	0	0
2000 Tomatsås t Monosacke	2,6	2,6
2000 Tomatsås t Disackaride	0,5	0,5
2000 Tomatsås t Sackaros	0,5	0,5
2000 Tomatsås t Energi (kJ)	252	265
2000 Tomatsås t Energi (kca	60	63
2000 Tomatsås t Aska	1,6	1,6
2000 Tomatsås t Vatten	86,5	86,7
2000 Tomatsås t Avfall (skal	2	2
2000 Tomatsås t Kolhydrate	3,8	3,7
2000 Tomatsås t Protein	1,3	1,3
2000 Tomatsås t Fibrer	1,9	1,9
2000 Tomatsås t Fett	4,1	4,4
2000 Tomatsås t Fosfor	30	30
2000 Tomatsås t Jod	0	0
2000 Tomatsås t Järn	0,54	0,54
2000 Tomatsås t Kalcium	27	26
2000 Tomatsås t Kalium	243	202
2000 Tomatsås t Magnesiur	15	14
2000 Tomatsås t Natrium	374	370
2000 Tomatsås t Selen	0,4	0,4
2000 Tomatsås t Zink	0,31	0,3
2000 Tomatsås t Retinolekvi	50	49
2000 Tomatsås t Vitamin D	0,47	0,46
2000 Tomatsås t Vitamin E	1,65	1,64
2000 Tomatsås t $\beta$ -Karoten	147	145
2000 Tomatsås t Tiamin	0,04	0,04
2000 Tomatsås t Riboflavin	0,03	0,02
2000 Tomatsås t Vitamin C	7	7
2000 Tomatsås t Niacin	0,8	0,8
2000 Tomatsås t Niacinekviv	1	1
2000 Tomatsås t Vitamin B6	0,08	0,08
2000 Tomatsås t Folat	17	17
2000 Tomatsås t Salt	0,9	0,9
2001 Dillsås (ber Summa mä	2,6	2,7
2001 Dillsås (ber Summa enl	3	3,2
2001 Dillsås (ber Summa flei	1,2	1,3

2001 Dillsås (ber Fettsyra 4:(	0,3	0,3
2001 Dillsås (ber Fettsyra 12	0,1	0,1
2001 Dillsås (ber Fettsyra 14	0,4	0,3
2001 Dillsås (ber Fettsyra 16	1,2	1,2
2001 Dillsås (ber Fettsyra 18	0,5	0,5
2001 Dillsås (ber Fettsyra 20	0	0
2001 Dillsås (ber Fettsyra 16	0	0
2001 Dillsås (ber Fettsyra 18	2,9	3,2
2001 Dillsås (ber Fettsyra 18	0,8	0,9
2001 Dillsås (ber Fettsyra 18	0,4	0,4
2001 Dillsås (ber Summa tra	0,1	0,1
2001 Dillsås (ber Kolesterol	9,5	9,4
2001 Dillsås (ber Monosacke	0,1	0,1
2001 Dillsås (ber Disackaride	0,3	0,3
2001 Dillsås (ber Sackaros	0	0
2001 Dillsås (ber Energi (kJ)	352	364
2001 Dillsås (ber Energi (kca	84	87
2001 Dillsås (ber Aska	0,9	0,9
2001 Dillsås (ber Vatten	86,8	86,9
2001 Dillsås (ber Avfall (skal	0	0
2001 Dillsås (ber Kolhydrat	4	4
2001 Dillsås (ber Protein	0,9	0,9
2001 Dillsås (ber Fibrer	0,2	0,2
2001 Dillsås (ber Fett	7,2	7,5
2001 Dillsås (ber Fosfor	17	17
2001 Dillsås (ber Jod	1	1
2001 Dillsås (ber Järn	0,22	0,22
2001 Dillsås (ber Kalcium	24	24
2001 Dillsås (ber Kalium	49	42
2001 Dillsås (ber Magnesium	6	5
2001 Dillsås (ber Natrium	256	254
2001 Dillsås (ber Selen	0,3	0,3
2001 Dillsås (ber Zink	0,15	0,14
2001 Dillsås (ber Retinolekvi	79	78
2001 Dillsås (ber Retinol	28	28
2001 Dillsås (ber Vitamin D	0,48	0,47
2001 Dillsås (ber Vitamin E	0,96	0,96
2001 Dillsås (ber $\beta$ -Karoten	177	176
2001 Dillsås (ber Vitamin K	0	0
2001 Dillsås (ber Tiamin	0,03	0,02
2001 Dillsås (ber Riboflavin	0,02	0,02
2001 Dillsås (ber Vitamin C	2	2
2001 Dillsås (ber Niacin	0,4	0,4
2001 Dillsås (ber Niacinekviv	0,5	0,5
2001 Dillsås (ber Vitamin B1	0,02	0,02
2001 Dillsås (ber Vitamin B6	0,02	0,02
2001 Dillsås (ber Folat	3	3
2001 Dillsås (ber Salt	0,6	0,6
2002 Äggsås m p Summa mä	2,9	2,9
2002 Äggsås m p Summa enl	3,4	3,6

2002 Äggsås m p Summa flei	1,3	1,4
2002 Äggsås m p Fettsyra 16	1,4	1,4
2002 Äggsås m p Fettsyra 18	0,6	0,6
2002 Äggsås m p Fettsyra 18	3,3	3,5
2002 Äggsås m p Fettsyra 18	0,9	1
2002 Äggsås m p Fettsyra 18	0,3	0,3
2002 Äggsås m p Energi (kJ)	391	403
2002 Äggsås m p Energi (kca	93	96
2002 Äggsås m p Fett	8,2	8,6
2078 Löksås mec Summa mä	10,2	9,9
2078 Löksås mec Summa enl	5,6	5,7
2078 Löksås mec Summa flei	1,3	1,4
2078 Löksås mec Fettsyra 4:(	1,5	1,5
2078 Löksås mec Fettsyra 12	0,5	0,5
2078 Löksås mec Fettsyra 14	1,5	1,5
2078 Löksås mec Fettsyra 16	4,5	4,4
2078 Löksås mec Fettsyra 18	1,8	1,8
2078 Löksås mec Fettsyra 20	0	0
2078 Löksås mec Fettsyra 16	0,1	0,1
2078 Löksås mec Fettsyra 18	5,3	5,4
2078 Löksås mec Fettsyra 18	1	1
2078 Löksås mec Fettsyra 18	0,4	0,4
2078 Löksås mec Summa tra	0,5	0,4
2078 Löksås mec Kolesterol	42,5	41,4
2078 Löksås mec Monosacke	1	1
2078 Löksås mec Disackaride	3,3	3,2
2078 Löksås mec Sackaros	0,6	0,6
2078 Löksås mec Energi (kJ)	853	845
2078 Löksås mec Energi (kca	204	202
2078 Löksås mec Aska	1,9	1,8
2078 Löksås mec Vatten	68,4	69,3
2078 Löksås mec Avfall (skal	2	2
2078 Löksås mec Kolhydrate	7	6,8
2078 Löksås mec Protein	2,6	2,6
2078 Löksås mec Fibrer	0,5	0,5
2078 Löksås mec Fett	18,5	18,4
2078 Löksås mec Fosfor	67	65
2078 Löksås mec Jod	69	67
2078 Löksås mec Järn	0,17	0,17
2078 Löksås mec Kalcium	74	73
2078 Löksås mec Kalium	151	138
2078 Löksås mec Magnesiur	11	11
2078 Löksås mec Natrium	529	515
2078 Löksås mec Selen	1,2	1,2
2078 Löksås mec Zink	0,35	0,34
2078 Löksås mec Retinolekvi	165	161
2078 Löksås mec Retinol	124	121
2078 Löksås mec Vitamin D	0,54	0,53
2078 Löksås mec Vitamin E	1,24	1,2
2078 Löksås mec $\beta$ -Karoten	71	69

2078 Löksås mec Vitamin K	1	1
2078 Löksås mec Tiamin	0,05	0,04
2078 Löksås mec Riboflavin	0,08	0,08
2078 Löksås mec Vitamin C	1	1
2078 Löksås mec Niacin	0,2	0,2
2078 Löksås mec Niacinekviv	0,8	0,8
2078 Löksås mec Vitamin B1	0,21	0,21
2078 Löksås mec Vitamin B6	0,06	0,06
2078 Löksås mec Folat	7	7
2078 Löksås mec Salt	1,3	1,3
2079 Äggnudlar   Summa mä	0,3	0,3
2079 Äggnudlar   Summa enl	0,5	0,4
2079 Äggnudlar   Summa flei	0,4	0,4
2079 Äggnudlar   Fettsyra 14	0	0
2079 Äggnudlar   Fettsyra 16	0,3	0,3
2079 Äggnudlar   Fettsyra 18	0,1	0,1
2079 Äggnudlar   Fettsyra 16	0	0
2079 Äggnudlar   Fettsyra 18	0,4	0,4
2079 Äggnudlar   Fettsyra 18	0,4	0,4
2079 Äggnudlar   Fettsyra 18	0	0
2079 Äggnudlar   Kolesterol	35,9	33,1
2079 Äggnudlar   Monosacke	0	0
2079 Äggnudlar   Disackaride	0,6	0,6
2079 Äggnudlar   Sackaros	0,2	0,2
2079 Äggnudlar   Energi (kJ)	596	549
2079 Äggnudlar   Energi (kca	143	131
2079 Äggnudlar   Aska	2	0,6
2079 Äggnudlar   Vatten	64,2	68,3
2079 Äggnudlar   Kolhydrate	25,8	23,8
2079 Äggnudlar   Protein	5,3	4,9
2079 Äggnudlar   Fibrer	1,1	1
2079 Äggnudlar   Fett	1,6	1,5
2079 Äggnudlar   Fosfor	82	75
2079 Äggnudlar   Jod	81	12
2079 Äggnudlar   Järn	0,73	0,66
2079 Äggnudlar   Kalcium	14	11
2079 Äggnudlar   Kalium	89	73
2079 Äggnudlar   Magnesium	23	21
2079 Äggnudlar   Natrium	650	106
2079 Äggnudlar   Selen	0,4	0,3
2079 Äggnudlar   Zink	0,61	0,56
2079 Äggnudlar   Retinolekvi	7	6
2079 Äggnudlar   Retinol	7	6
2079 Äggnudlar   Vitamin D	0,11	0,1
2079 Äggnudlar   Vitamin E	0,26	0,24
2079 Äggnudlar   Tiamin	0,05	0,05
2079 Äggnudlar   Riboflavin	0,03	0,03
2079 Äggnudlar   Niacin	0,8	0,7
2079 Äggnudlar   Niacinekviv	1,7	1,5
2079 Äggnudlar   Vitamin B1	0,14	0,13

2079 Äggnudlar   Vitamin B6	0,02	0,02
2079 Äggnudlar   Folat	8	7
2079 Äggnudlar   Salt	1,6	0,3
2080 Nässelstuv   Summa mä	1,1	1,2
2080 Nässelstuv   Summa enl	2,5	2,7
2080 Nässelstuv   Summa flei	1,4	1,5
2080 Nässelstuv   Fettsyra 4:(	0,1	0,1
2080 Nässelstuv   Fettsyra 12	0	0
2080 Nässelstuv   Fettsyra 14	0,1	0,1
2080 Nässelstuv   Fettsyra 16	0,5	0,5
2080 Nässelstuv   Fettsyra 18	0,2	0,2
2080 Nässelstuv   Fettsyra 20	0	0
2080 Nässelstuv   Fettsyra 16	0	0
2080 Nässelstuv   Fettsyra 18	2,4	2,7
2080 Nässelstuv   Fettsyra 18	0,8	0,9
2080 Nässelstuv   Fettsyra 18	0,5	0,6
2080 Nässelstuv   Summa tra	0,1	0,1
2080 Nässelstuv   Kolesterol	3,4	3,4
2080 Nässelstuv   Monosackä	0,7	0,7
2080 Nässelstuv   Disackaride	1,8	1,8
2080 Nässelstuv   Sackaros	0,1	0,1
2080 Nässelstuv   Energi (kJ)	412	420
2080 Nässelstuv   Energi (kca	98	100
2080 Nässelstuv   Aska	2,9	2,9
2080 Nässelstuv   Vatten	77,6	77,9
2080 Nässelstuv   Avfall (skal	7	7
2080 Nässelstuv   Kolhydrate	5,9	5,8
2080 Nässelstuv   Protein	5,5	5,4
2080 Nässelstuv   Fibrer	2,9	2,8
2080 Nässelstuv   Fett	5,3	5,6
2080 Nässelstuv   Fosfor	120	118
2080 Nässelstuv   Jod	22	21
2080 Nässelstuv   Järn	6,81	6,71
2080 Nässelstuv   Kalcium	371	366
2080 Nässelstuv   Kalium	491	415
2080 Nässelstuv   Magnesium	63	62
2080 Nässelstuv   Natrium	253	249
2080 Nässelstuv   Selen	1	1
2080 Nässelstuv   Zink	1,32	1,3
2080 Nässelstuv   Retinolekvi	181	178
2080 Nässelstuv   Retinol	8	8
2080 Nässelstuv   Vitamin D	0,46	0,46
2080 Nässelstuv   Vitamin E	1,96	1,93
2080 Nässelstuv   $\beta$ -Karoten	1627	1603
2080 Nässelstuv   Vitamin K	0	0
2080 Nässelstuv   Tiamin	0,12	0,12
2080 Nässelstuv   Riboflavin	0,11	0,11
2080 Nässelstuv   Vitamin C	53	52
2080 Nässelstuv   Niacin	0,7	0,7
2080 Nässelstuv   Niacinekviv	1,7	1,6

2080 Nässelstuv	Vitamin B1	0,13	0,13
2080 Nässelstuv	Vitamin B6	0,13	0,13
2080 Nässelstuv	Folat	94	92
2080 Nässelstuv	Salt	0,6	0,6
2081 Kantarellst	Summa mä	3,9	3,8
2081 Kantarellst	Summa enl	5,2	5,3
2081 Kantarellst	Summa flei	2,2	2,3
2081 Kantarellst	Fettsyra 4:(	0,5	0,5
2081 Kantarellst	Fettsyra 12	0,2	0,1
2081 Kantarellst	Fettsyra 14	0,5	0,5
2081 Kantarellst	Fettsyra 16	1,7	1,7
2081 Kantarellst	Fettsyra 18	0,7	0,7
2081 Kantarellst	Fettsyra 20	0	0
2081 Kantarellst	Fettsyra 16	0	0
2081 Kantarellst	Fettsyra 18	5	5,2
2081 Kantarellst	Fettsyra 18	1,5	1,5
2081 Kantarellst	Fettsyra 18	0,7	0,7
2081 Kantarellst	Summa tra	0,2	0,2
2081 Kantarellst	Kolesterol	14,6	13,8
2081 Kantarellst	Monosacke	0,2	0,2
2081 Kantarellst	Disackaride	3,8	3,6
2081 Kantarellst	Sackaros	0	0
2081 Kantarellst	Energi (kJ)	679	669
2081 Kantarellst	Energi (kca	162	160
2081 Kantarellst	Aska	2,2	2
2081 Kantarellst	Vatten	71,1	72,7
2081 Kantarellst	Avfall (skal	6	5
2081 Kantarellst	Kolhydrate	9,5	9
2081 Kantarellst	Protein	4	3,8
2081 Kantarellst	Fibrer	1,4	1,3
2081 Kantarellst	Fett	11,9	11,9
2081 Kantarellst	Fosfor	103	98
2081 Kantarellst	Jod	59	55
2081 Kantarellst	Järn	0,58	0,55
2081 Kantarellst	Kalcium	93	88
2081 Kantarellst	Kalium	368	311
2081 Kantarellst	Magnesium	16	15
2081 Kantarellst	Natrium	445	421
2081 Kantarellst	Selen	1,7	1,7
2081 Kantarellst	Zink	0,91	0,86
2081 Kantarellst	Retinolekvi	164	155
2081 Kantarellst	Retinol	39	37
2081 Kantarellst	Vitamin D	2,17	2,05
2081 Kantarellst	Vitamin E	1,64	1,55
2081 Kantarellst	$\beta$ -Karoten	704	666
2081 Kantarellst	Vitamin K	0	0
2081 Kantarellst	Tiamin	0,08	0,08
2081 Kantarellst	Riboflavin	0,24	0,22
2081 Kantarellst	Vitamin C	2	2
2081 Kantarellst	Niacin	2,9	2,7

2081 Kantarellst Niacinekviv	3,7	3,5
2081 Kantarellst Vitamin B1	0,29	0,27
2081 Kantarellst Vitamin B6	0,05	0,05
2081 Kantarellst Folat	12	11
2081 Kantarellst Salt	1,1	1,1
2083 Ratatouille Summa mä	0,3	0,4
2083 Ratatouille Summa enl	1,7	1,8
2083 Ratatouille Summa flei	0,9	1
2083 Ratatouille Fettsyra 12	0	0
2083 Ratatouille Fettsyra 14	0	0
2083 Ratatouille Fettsyra 16	0,2	0,2
2083 Ratatouille Fettsyra 18	0,1	0,1
2083 Ratatouille Fettsyra 18	1,7	1,8
2083 Ratatouille Fettsyra 18	0,6	0,6
2083 Ratatouille Fettsyra 18	0,3	0,3
2083 Ratatouille Summa tra	0	0
2083 Ratatouille Monosacke	3,1	3,1
2083 Ratatouille Disackaride	0,6	0,5
2083 Ratatouille Sackaros	0,6	0,5
2083 Ratatouille Energi (kJ)	238	244
2083 Ratatouille Energi (kca	57	58
2083 Ratatouille Aska	1,1	1,1
2083 Ratatouille Vatten	86,7	87
2083 Ratatouille Avfall (skal	10	10
2083 Ratatouille Kolhydrat	5,3	5,2
2083 Ratatouille Protein	1,3	1,2
2083 Ratatouille Fibrer	2	1,9
2083 Ratatouille Fett	3	3,2
2083 Ratatouille Fosfor	34	33
2083 Ratatouille Jod	14	14
2083 Ratatouille Järn	0,47	0,46
2083 Ratatouille Kalcium	20	20
2083 Ratatouille Kalium	266	218
2083 Ratatouille Magnesium	16	16
2083 Ratatouille Natrium	197	193
2083 Ratatouille Selen	0,4	0,4
2083 Ratatouille Zink	0,27	0,27
2083 Ratatouille Retinolekvi	45	44
2083 Ratatouille Vitamin D	0,34	0,34
2083 Ratatouille Vitamin E	1,71	1,68
2083 Ratatouille $\beta$ -Karoten	215	211
2083 Ratatouille Tiamin	0,04	0,04
2083 Ratatouille Riboflavin	0,03	0,03
2083 Ratatouille Vitamin C	36	35
2083 Ratatouille Niacin	0,7	0,7
2083 Ratatouille Niacinekviv	0,9	0,9
2083 Ratatouille Vitamin B6	0,13	0,13
2083 Ratatouille Folat	21	20
2083 Ratatouille Salt	0,5	0,5
2085 Potatisgrat Summa mä	5,8	5,6



2085 Potatisgrat Summa enl	2,1	2
2085 Potatisgrat Summa fler	0,1	0,1
2085 Potatisgrat Fettsyra 4:(	0,9	0,9
2085 Potatisgrat Fettsyra 12	0,3	0,3
2085 Potatisgrat Fettsyra 14	0,9	0,9
2085 Potatisgrat Fettsyra 16	2,6	2,5
2085 Potatisgrat Fettsyra 18	1	1
2085 Potatisgrat Fettsyra 20	0	0
2085 Potatisgrat Fettsyra 16	0,1	0,1
2085 Potatisgrat Fettsyra 18	1,9	1,9
2085 Potatisgrat Fettsyra 18	0,1	0,1
2085 Potatisgrat Fettsyra 18	0,1	0,1
2085 Potatisgrat Summa tra	0,3	0,3
2085 Potatisgrat Kolesterol	25	24,3
2085 Potatisgrat Disackaride	1	1
2085 Potatisgrat Sackaros	0,2	0,2
2085 Potatisgrat Energi (kJ)	660	641
2085 Potatisgrat Energi (kca	158	153
2085 Potatisgrat Aska	1,8	1,7
2085 Potatisgrat Vatten	69	69,9
2085 Potatisgrat Avfall (skal	18	17
2085 Potatisgrat Kolhydrate	14,4	14
2085 Potatisgrat Protein	4,2	4
2085 Potatisgrat Fibrer	1,8	1,7
2085 Potatisgrat Fett	8,9	8,7
2085 Potatisgrat Fosfor	91	89
2085 Potatisgrat Jod	36	35
2085 Potatisgrat Järn	0,03	0,03
2085 Potatisgrat Kalcium	83	80
2085 Potatisgrat Kalium	341	331
2085 Potatisgrat Magnesium	22	22
2085 Potatisgrat Natrium	298	289
2085 Potatisgrat Selen	1,1	1,1
2085 Potatisgrat Zink	0,53	0,51
2085 Potatisgrat Retinolekvi	78	75
2085 Potatisgrat Retinol	74	72
2085 Potatisgrat Vitamin D	0,06	0,06
2085 Potatisgrat Vitamin E	0,26	0,25
2085 Potatisgrat $\beta$ -Karoten	45	43
2085 Potatisgrat Vitamin K	2	2
2085 Potatisgrat Tiamin	0,05	0,05
2085 Potatisgrat Riboflavin	0,05	0,05
2085 Potatisgrat Vitamin C	9	8
2085 Potatisgrat Niacin	1,7	1,6
2085 Potatisgrat Niacinekviv	2,6	2,5
2085 Potatisgrat Vitamin B1	0,16	0,15
2085 Potatisgrat Vitamin B6	0,12	0,11
2085 Potatisgrat Folat	13	13
2085 Potatisgrat Salt	0,7	0,7
2092 Dansk sjörr Summa mä	1,2	1,2

2092 Dansk sjörr Summa enl	1,7	1,8
2092 Dansk sjörr Summa flei	0,6	0,6
2092 Dansk sjörr Fettsyra 16	0,6	0,6
2092 Dansk sjörr Fettsyra 18	0,4	0,4
2092 Dansk sjörr Fettsyra 18	1,6	1,7
2092 Dansk sjörr Fettsyra 18	0,4	0,4
2092 Dansk sjörr Fettsyra 18	0,1	0,2
2092 Dansk sjörr Summa tra	0	0
2092 Dansk sjörr Energi (kJ)	500	505
2092 Dansk sjörr Energi (kca)	120	121
2092 Dansk sjörr Kolhydrate	13,6	13,6
2092 Dansk sjörr Protein	6,4	6,3
2092 Dansk sjörr Fett	3,8	3,9
2092 Dansk sjörr Vitamin K	2	1
2092 Dansk sjörr Niacinekviv	3,4	3,4
2096 Flygande Jæ Summa mä	6,8	6,6
2096 Flygande Jæ Summa enl	5,8	5,6
2096 Flygande Jæ Summa flei	1,6	1,5
2096 Flygande Jæ Fettsyra 4:(	0,6	0,6
2096 Flygande Jæ Fettsyra 12	0,2	0,2
2096 Flygande Jæ Fettsyra 14	0,7	0,7
2096 Flygande Jæ Fettsyra 16	3,8	3,7
2096 Flygande Jæ Fettsyra 18	1,4	1,3
2096 Flygande Jæ Fettsyra 20	0	0
2096 Flygande Jæ Fettsyra 16	0,6	0,6
2096 Flygande Jæ Fettsyra 18	5	4,9
2096 Flygande Jæ Fettsyra 18	1,3	1,3
2096 Flygande Jæ Fettsyra 18	0,1	0,1
2096 Flygande Jæ Fettsyra 20	0	0
2096 Flygande Jæ EPA (Fettsy	0	0
2096 Flygande Jæ DPA (Fettsy	0	0
2096 Flygande Jæ DHA (Fetts	0	0
2096 Flygande Jæ Summa tra	0,2	0,2
2096 Flygande Jæ Kolesterol	67,9	65,9
2096 Flygande Jæ Monosackæ	1,3	1,3
2096 Flygande Jæ Disackaride	2,1	2,1
2096 Flygande Jæ Sackaros	1,3	1,3
2096 Flygande Jæ Energi (kJ)	914	887
2096 Flygande Jæ Energi (kca)	218	212
2096 Flygande Jæ Aska	1,8	2
2096 Flygande Jæ Vatten	62,2	63
2096 Flygande Jæ Avfall (skal	6	6
2096 Flygande Jæ Kolhydrate	5,3	5,1
2096 Flygande Jæ Protein	14,8	14,4
2096 Flygande Jæ Fibrer	0,7	0,6
2096 Flygande Jæ Fett	15,3	14,9
2096 Flygande Jæ Fosfor	176	171
2096 Flygande Jæ Jod	12	26
2096 Flygande Jæ Järn	1,04	1,01
2096 Flygande Jæ Kalcium	29	29

2096 Flygande J& Kalium	348	338
2096 Flygande J& Magnesium	28	28
2096 Flygande J& Natrium	252	358
2096 Flygande J& Selen	7,6	7,4
2096 Flygande J& Zink	1,28	1,24
2096 Flygande J& Retinolekvi	89	87
2096 Flygande J& Retinol	81	79
2096 Flygande J& Vitamin D	1	0,97
2096 Flygande J& Vitamin E	1,61	1,56
2096 Flygande J& $\beta$ -Karoten	95	92
2096 Flygande J& Vitamin K	1	1
2096 Flygande J& Tiamin	0,1	0,1
2096 Flygande J& Riboflavin	0,16	0,16
2096 Flygande J& Vitamin C	2	1
2096 Flygande J& Niacin	6,1	5,9
2096 Flygande J& Niacinekviv	8,8	8,6
2096 Flygande J& Vitamin B1	0,31	0,3
2096 Flygande J& Vitamin B6	0,29	0,28
2096 Flygande J& Folat	19	18
2096 Flygande J& Salt	0,6	0,9
2096 Flygande J& Summa l�n	0,1	0,1
2099 Hamburgar Summa m�	9	8,1
2099 Hamburgar Summa enl	7,9	7
2099 Hamburgar Summa flei	1,2	1,1
2099 Hamburgar Fettsyra 4:(	0	0
2099 Hamburgar Fettsyra 12	0	0
2099 Hamburgar Fettsyra 14	0,5	0,4
2099 Hamburgar Fettsyra 16	4,8	4,3
2099 Hamburgar Fettsyra 18	3,5	3,1
2099 Hamburgar Fettsyra 20	0,1	0
2099 Hamburgar Fettsyra 16	0,6	0,5
2099 Hamburgar Fettsyra 18	7,1	6,3
2099 Hamburgar Fettsyra 18	0,8	0,7
2099 Hamburgar Fettsyra 18	0,1	0,1
2099 Hamburgar Fettsyra 20	0,1	0,1
2099 Hamburgar EPA (Fettsy	0	0
2099 Hamburgar DPA (Fettsy	0,1	0
2099 Hamburgar DHA (Fettsy	0	0
2099 Hamburgar Kolesterol	73,2	65,5
2099 Hamburgar Energi (kJ)	1135	1015
2099 Hamburgar Energi (kca	271	243
2099 Hamburgar Aska	1,8	2
2099 Hamburgar Vatten	54,3	58,7
2099 Hamburgar Protein	24,5	21,9
2099 Hamburgar Fett	19,4	17,4
2099 Hamburgar Fosfor	223	200
2099 Hamburgar Jod	27	47
2099 Hamburgar J�rn	2,47	2,21
2099 Hamburgar Kalcium	10	10
2099 Hamburgar Kalium	411	368

2099	Hamburgar Magnesium	29	26
2099	Hamburgar Natrium	283	441
2099	Hamburgar Selen	10,7	9,5
2099	Hamburgar Zink	6,17	5,52
2099	Hamburgar Retinolekvi	10	9
2099	Hamburgar Retinol	9	8
2099	Hamburgar Vitamin D	0,69	0,62
2099	Hamburgar Vitamin E	0,48	0,43
2099	Hamburgar $\beta$ -Karoten	9	8
2099	Hamburgar Tiamin	0,2	0,18
2099	Hamburgar Riboflavin	0,18	0,16
2099	Hamburgar Niacin	6,7	6
2099	Hamburgar Niacinekviv	11,2	10
2099	Hamburgar Vitamin B1	1,25	1,11
2099	Hamburgar Vitamin B6	0,45	0,4
2099	Hamburgar Folat	9	8
2099	Hamburgar Salt	0,7	1,1
2100	Köttfärssås Summa mä	2,2	2,1
2100	Köttfärssås Summa enl	2,8	2,8
2100	Köttfärssås Summa flei	0,9	0,9
2100	Köttfärssås Fettsyra 4:(	0	0
2100	Köttfärssås Fettsyra 12	0	0
2100	Köttfärssås Fettsyra 14	0,1	0,1
2100	Köttfärssås Fettsyra 16	1,2	1,1
2100	Köttfärssås Fettsyra 18	0,8	0,8
2100	Köttfärssås Fettsyra 20	0	0
2100	Köttfärssås Fettsyra 16	0,1	0,1
2100	Köttfärssås Fettsyra 18	2,6	2,6
2100	Köttfärssås Fettsyra 18	0,6	0,6
2100	Köttfärssås Fettsyra 18	0,2	0,2
2100	Köttfärssås Fettsyra 20	0	0
2100	Köttfärssås EPA (Fettsy	0	0
2100	Köttfärssås DPA (Fettsy	0	0
2100	Köttfärssås DHA (Fettsy	0	0
2100	Köttfärssås Summa tra	0	0
2100	Köttfärssås Kolesterol	23,5	22,5
2100	Köttfärssås Monosacke	1,7	1,6
2100	Köttfärssås Disackaride	0,5	0,5
2100	Köttfärssås Sackaros	0,5	0,5
2100	Köttfärssås Energi (kJ)	448	436
2100	Köttfärssås Energi (kca	107	104
2100	Köttfärssås Aska	1,9	1,8
2100	Köttfärssås Vatten	77,6	78,5
2100	Köttfärssås Avfall (skal	2	2
2100	Köttfärssås Kolhydrate	3,6	3,5
2100	Köttfärssås Protein	8,9	8,5
2100	Köttfärssås Fibrer	1,1	1
2100	Köttfärssås Fett	6,1	6
2100	Köttfärssås Fosfor	91	87
2100	Köttfärssås Jod	49	47

2100 Köttfärssås Järn	1,09	1,05
2100 Köttfärssås Kalcium	20	19
2100 Köttfärssås Kalium	266	229
2100 Köttfärssås Magnesium	17	16
2100 Köttfärssås Natrium	476	456
2100 Köttfärssås Selen	3,3	3,2
2100 Köttfärssås Zink	2,19	2,1
2100 Köttfärssås Retinolekvi	25	24
2100 Köttfärssås Retinol	3	3
2100 Köttfärssås Vitamin D	0,43	0,41
2100 Köttfärssås Vitamin E	0,89	0,86
2100 Köttfärssås $\beta$ -Karoten	64	62
2100 Köttfärssås Vitamin K	0	0
2100 Köttfärssås Tiamin	0,1	0,1
2100 Köttfärssås Riboflavin	0,1	0,09
2100 Köttfärssås Vitamin C	4	3
2100 Köttfärssås Niacin	2,1	2
2100 Köttfärssås Niacinekviv	3,7	3,6
2100 Köttfärssås Vitamin B1	0,28	0,27
2100 Köttfärssås Vitamin B6	0,16	0,15
2100 Köttfärssås Folat	12	11
2100 Köttfärssås Salt	1,2	1,1
2103 Stekt kött r Summa mä	4,2	4,1
2103 Stekt kött r Summa enl	4	3,8
2103 Stekt kött r Summa flei	0,8	0,8
2103 Stekt kött r Fettsyra 4:(	0	0
2103 Stekt kött r Fettsyra 12	0	0
2103 Stekt kött r Fettsyra 14	0,2	0,2
2103 Stekt kött r Fettsyra 16	2,4	2,3
2103 Stekt kött r Fettsyra 18	1,5	1,5
2103 Stekt kött r Fettsyra 20	0	0
2103 Stekt kött r Fettsyra 16	0,3	0,3
2103 Stekt kött r Fettsyra 18	3,5	3,4
2103 Stekt kött r Fettsyra 18	0,6	0,6
2103 Stekt kött r Fettsyra 18	0	0
2103 Stekt kött r Fettsyra 20	0	0
2103 Stekt kött r EPA (Fettsy	0	0
2103 Stekt kött r DPA (Fettsy	0	0
2103 Stekt kött r DHA (Fettsy	0	0
2103 Stekt kött r Kolesterol	73,7	71,1
2103 Stekt kött r Energi (kJ)	814	784
2103 Stekt kött r Energi (kca	195	187
2103 Stekt kött r Aska	2,1	2,1
2103 Stekt kött r Vatten	61,4	62,8
2103 Stekt kött r Avfall (skal	16	16
2103 Stekt kött r Protein	26,8	25,8
2103 Stekt kött r Fett	9,7	9,3
2103 Stekt kött r Fosfor	246	238
2103 Stekt kött r Jod	21	22
2103 Stekt kött r Järn	2,53	2,44

2103 Stekt kött r Kalcium	10	10
2103 Stekt kött r Kalium	448	433
2103 Stekt kött r Magnesium	33	32
2103 Stekt kött r Natrium	323	331
2103 Stekt kött r Selen	12,8	12,4
2103 Stekt kött r Zink	4,82	4,64
2103 Stekt kött r Retinolekvi	10	10
2103 Stekt kött r Retinol	10	9
2103 Stekt kött r Vitamin D	0,77	0,74
2103 Stekt kött r Vitamin E	0,35	0,34
2103 Stekt kött r $\beta$ -Karoten	6	6
2103 Stekt kött r Tiamin	0,51	0,49
2103 Stekt kött r Riboflavin	0,32	0,31
2103 Stekt kött r Niacin	7,3	7
2103 Stekt kött r Niacinekviv	12,2	11,8
2103 Stekt kött r Vitamin B1	1,05	1,01
2103 Stekt kött r Vitamin B6	0,54	0,52
2103 Stekt kött r Folat	9	9
2103 Stekt kött r Salt	0,8	0,8
2106 Thaigryta fi Summa mä	6,3	6,1
2106 Thaigryta fi Summa enl	1,3	1,2
2106 Thaigryta fi Summa flei	0,8	0,7
2106 Thaigryta fi Fettsyra 4:(	1	1
2106 Thaigryta fi Fettsyra 12	3	2,9
2106 Thaigryta fi Fettsyra 14	1,2	1,2
2106 Thaigryta fi Fettsyra 16	0,9	0,8
2106 Thaigryta fi Fettsyra 18	0,2	0,2
2106 Thaigryta fi Fettsyra 20	0	0
2106 Thaigryta fi Fettsyra 16	0,2	0,2
2106 Thaigryta fi Fettsyra 18	1,1	1
2106 Thaigryta fi Fettsyra 18	0,2	0,2
2106 Thaigryta fi Fettsyra 18	0	0
2106 Thaigryta fi Fettsyra 20	0	0
2106 Thaigryta fi EPA (Fettsy	0,1	0,1
2106 Thaigryta fi DPA (Fettsy	0	0
2106 Thaigryta fi DHA (Fettsy	0,3	0,2
2106 Thaigryta fi Kolesterol	62,2	58,9
2106 Thaigryta fi Monosacke	0,8	0,8
2106 Thaigryta fi Disackaride	0,9	0,9
2106 Thaigryta fi Sackaros	0,9	0,9
2106 Thaigryta fi Energi (kJ)	606	564
2106 Thaigryta fi Energi (kca	145	135
2106 Thaigryta fi Aska	1,9	2,1
2106 Thaigryta fi Vatten	73,2	74,6
2106 Thaigryta fi Avfall (skal	32	31
2106 Thaigryta fi Kolhydrate	2,6	2,6
2106 Thaigryta fi Protein	12,1	11
2106 Thaigryta fi Fibrer	1,1	1
2106 Thaigryta fi Fett	9,4	8,8
2106 Thaigryta fi Fosfor	141	135

2106	Thaigryta fi Jod	47	58
2106	Thaigryta fi Järn	1,16	0,74
2106	Thaigryta fi Kalcium	37	23
2106	Thaigryta fi Kalium	302	257
2106	Thaigryta fi Magnesium	34	32
2106	Thaigryta fi Natrium	352	481
2106	Thaigryta fi Selen	13,4	13,9
2106	Thaigryta fi Zink	0,75	0,7
2106	Thaigryta fi Retinolekvi	81	75
2106	Thaigryta fi Retinol	9	5
2106	Thaigryta fi Vitamin D	2,07	1,88
2106	Thaigryta fi Vitamin E	1,75	1,69
2106	Thaigryta fi $\beta$ -Karoten	747	726
2106	Thaigryta fi Vitamin K		0
2106	Thaigryta fi Tiamin	0,06	0,06
2106	Thaigryta fi Riboflavin	0,03	0,03
2106	Thaigryta fi Vitamin C	11	10
2106	Thaigryta fi Niacin	2,5	1,9
2106	Thaigryta fi Niacinekviv	4,7	3,9
2106	Thaigryta fi Vitamin B1	1,11	1,78
2106	Thaigryta fi Vitamin B6	0,21	0,19
2106	Thaigryta fi Folat	11	12
2106	Thaigryta fi Summa n-3 fettsyror		0,1
2106	Thaigryta fi Summa n-6 fettsyror		0
2106	Thaigryta fi Salt	0,9	1,2
2106	Thaigryta fi Summa lån	0	0,1
2108	Fisksoppa, Summa mä	0,1	0,1
2108	Fisksoppa, Summa enl	0,1	0,1
2108	Fisksoppa, Summa flei	0,1	0,1
2108	Fisksoppa, Fettsyra 14	0	0
2108	Fisksoppa, Fettsyra 16	0,1	0,1
2108	Fisksoppa, Fettsyra 18	0	0
2108	Fisksoppa, Fettsyra 16	0	0
2108	Fisksoppa, Fettsyra 18	0,1	0,1
2108	Fisksoppa, Fettsyra 18	0	0
2108	Fisksoppa, Fettsyra 18	0	0
2108	Fisksoppa, Fettsyra 20	0	0
2108	Fisksoppa, EPA (Fettsy	0	0
2108	Fisksoppa, DPA (Fettsy	0	0
2108	Fisksoppa, DHA (Fettsy	0	0
2108	Fisksoppa, Kolesterol	10	9,6
2108	Fisksoppa, Monosacke	0,6	0,6
2108	Fisksoppa, Disackaride	0,5	0,5
2108	Fisksoppa, Sackaros	0,5	0,5
2108	Fisksoppa, Energi (kJ)	151	152
2108	Fisksoppa, Energi (kca	36	36
2108	Fisksoppa, Aska	1,2	1,2
2108	Fisksoppa, Vatten	89,6	89,7
2108	Fisksoppa, Avfall (skal	9	9
2108	Fisksoppa, Kolhydrate	3,2	3,1

2108 Fisksoppa, Protein	4,5	4,7
2108 Fisksoppa, Fibrer	1	1
2108 Fisksoppa, Fett	0,4	0,3
2108 Fisksoppa, Fosfor	58	62
2108 Fisksoppa, Jod	11	36
2108 Fisksoppa, Järn	0,34	0,32
2108 Fisksoppa, Kalcium	13	12
2108 Fisksoppa, Kalium	131	131
2108 Fisksoppa, Magnesium	12	12
2108 Fisksoppa, Natrium	215	214
2108 Fisksoppa, Selen	5,5	5,5
2108 Fisksoppa, Zink	0,22	0,25
2108 Fisksoppa, Retinolekvi	5	6
2108 Fisksoppa, Retinol	1	1
2108 Fisksoppa, Vitamin D	0,21	0,37
2108 Fisksoppa, Vitamin E	0,3	0,23
2108 Fisksoppa, $\beta$ -Karoten	56	55
2108 Fisksoppa, Vitamin K	0	0
2108 Fisksoppa, Tiamin	0,05	0,05
2108 Fisksoppa, Riboflavin	0,03	0,03
2108 Fisksoppa, Vitamin C	3	3
2108 Fisksoppa, Niacin	0,8	0,8
2108 Fisksoppa, Niacinekviv	1,6	1,7
2108 Fisksoppa, Vitamin B1	0,21	0,32
2108 Fisksoppa, Vitamin B6	0,08	0,07
2108 Fisksoppa, Folat	15	15
2108 Fisksoppa, Summa n-3 fettsyror		0
2108 Fisksoppa, Summa n-6 fettsyror		0
2108 Fisksoppa, Salt	0,5	0,5
2108 Fisksoppa, Summa lån	0	0
2109 Tonfiskröra Summa mä	3	3
2109 Tonfiskröra Summa enl	2,4	2,4
2109 Tonfiskröra Summa flel	5,3	5,3
2109 Tonfiskröra Fettsyra 14	0,3	0,3
2109 Tonfiskröra Fettsyra 16	1,6	1,6
2109 Tonfiskröra Fettsyra 18	0,5	0,6
2109 Tonfiskröra Fettsyra 16	0,1	0,1
2109 Tonfiskröra Fettsyra 18	2,3	2,3
2109 Tonfiskröra Fettsyra 20	0	0
2109 Tonfiskröra EPA (Fettsy	0	0
2109 Tonfiskröra DPA (Fettsy	0	0
2109 Tonfiskröra DHA (Fetts	0,1	0,1
2109 Tonfiskröra Summa tra	0,1	0,1
2109 Tonfiskröra Kolesterol	35,7	40,4
2109 Tonfiskröra Energi (kJ)	660	655
2109 Tonfiskröra Energi (kca	158	156
2109 Tonfiskröra Aska	0,9	1
2109 Tonfiskröra Vatten	73,5	73,8
2109 Tonfiskröra Protein	9,5	9,3
2109 Tonfiskröra Fett	11,8	11,7



2109	Tonfiskröra Fosfor	91	103
2109	Tonfiskröra Jod	7	9
2109	Tonfiskröra Järn	0,59	0,55
2109	Tonfiskröra Kalcium	39	40
2109	Tonfiskröra Kalium	147	160
2109	Tonfiskröra Magnesium	13	16
2109	Tonfiskröra Natrium	286	309
2109	Tonfiskröra Selen	14,6	26,4
2109	Tonfiskröra Zink	0,49	0,5
2109	Tonfiskröra Retinolekvi	169	47
2109	Tonfiskröra Retinol	166	45
2109	Tonfiskröra Vitamin D	1,53	1,43
2109	Tonfiskröra Vitamin E	1,04	0,76
2109	Tonfiskröra Vitamin K		0
2109	Tonfiskröra Tiamin	0,04	0,03
2109	Tonfiskröra Riboflavin	0,07	0,08
2109	Tonfiskröra Niacin	4,6	4,1
2109	Tonfiskröra Niacinekviv	6,4	5,9
2109	Tonfiskröra Vitamin B1	0,87	1,01
2109	Tonfiskröra Vitamin B6	0,13	0,21
2109	Tonfiskröra Folat	13	10
2109	Tonfiskröra Summa n-3	0	0,1
2109	Tonfiskröra Summa n-6	0	0
2109	Tonfiskröra Salt	0,7	0,8
2109	Tonfiskröra Summa långa n-3 fetts		0,1
2123	Havregryns Summa mä	0,2	0,2
2123	Havregryns Summa enl	0,4	0,4
2123	Havregryns Summa flei	0,5	0,5
2123	Havregryns Fettsyra 16	0,2	0,2
2123	Havregryns Fettsyra 18	0	0
2123	Havregryns Fettsyra 20	0	0
2123	Havregryns Fettsyra 16	0	0
2123	Havregryns Fettsyra 18	0,4	0,4
2123	Havregryns Fettsyra 18	0,5	0,5
2123	Havregryns Fettsyra 18	0	0
2123	Havregryns Monosacke	0,1	0,1
2123	Havregryns Disackaride	0,2	0,2
2123	Havregryns Sackaros	0,2	0,2
2123	Havregryns Energi (kJ)	272	258
2123	Havregryns Energi (kca)	65	62
2123	Havregryns Aska	1,1	1
2123	Havregryns Vatten	82,9	83,8
2123	Havregryns Kolhydrate	9,6	9,1
2123	Havregryns Protein	2,4	2,3
2123	Havregryns Fibrer	2,8	2,6
2123	Havregryns Fett	1,2	1,2
2123	Havregryns Fosfor	94	89
2123	Havregryns Jod	33	31
2123	Havregryns Järn	1,02	0,96
2123	Havregryns Kalcium	12	11

2123 Havregryns Kalium	94	80
2123 Havregryns Magnesium	32	31
2123 Havregryns Natrium	261	247
2123 Havregryns Selen	0,2	0,2
2123 Havregryns Zink	0,68	0,65
2123 Havregryns Vitamin E	0,17	0,16
2123 Havregryns Tiamin	0,08	0,07
2123 Havregryns Riboflavin	0,02	0,02
2123 Havregryns Niacin	0,7	0,6
2123 Havregryns Niacinekviv	1,1	1
2123 Havregryns Vitamin B6	0,04	0,03
2123 Havregryns Folat	11	10
2123 Havregryns Fullkorn to	16	15
2123 Havregryns Salt	0,7	0,6
2124 Havregryns Summa mä	0,7	0,3
2124 Havregryns Summa enl	0,8	0,4
2124 Havregryns Summa flei	0,9	0,4
2124 Havregryns Fettsyra 4:(	0	0
2124 Havregryns Fettsyra 12	0	0
2124 Havregryns Fettsyra 14	0	0
2124 Havregryns Fettsyra 16	0,5	0,2
2124 Havregryns Fettsyra 18	0,1	0
2124 Havregryns Fettsyra 20	0	0
2124 Havregryns Fettsyra 16	0	0
2124 Havregryns Fettsyra 18	0,8	0,4
2124 Havregryns Fettsyra 18	0,8	0,4
2124 Havregryns Fettsyra 18	0	0
2124 Havregryns Summa tra	0	0
2124 Havregryns Kolesterol	2,8	1,3
2124 Havregryns Monosacke	0,1	0,1
2124 Havregryns Disackaride	4,9	2,2
2124 Havregryns Sackaros	0,3	0,1
2124 Havregryns Energi (kJ)	605	277
2124 Havregryns Energi (kca	145	66
2124 Havregryns Aska	1,8	0,8
2124 Havregryns Vatten	63,2	83,1
2124 Havregryns Kolhydrate	20,6	9,5
2124 Havregryns Protein	7,3	3,3
2124 Havregryns Fibrer	4,6	2,1
2124 Havregryns Fett	2,5	1,2
2124 Havregryns Fosfor	244	112
2124 Havregryns Jod	29	13
2124 Havregryns Järn	1,73	0,79
2124 Havregryns Kalcium	128	59
2124 Havregryns Kalium	311	135
2124 Havregryns Magnesium	65	30
2124 Havregryns Natrium	161	74
2124 Havregryns Selen	2	0,9
2124 Havregryns Zink	1,55	0,71
2124 Havregryns Retinolekvi	23	11

2124 Havregryns Retinol	33	15
2124 Havregryns Vitamin D	0,42	0,19
2124 Havregryns Vitamin E	0,29	0,13
2124 Havregryns $\beta$ -Karoten	2	1
2124 Havregryns Vitamin K	0	0
2124 Havregryns Tiamin	0,17	0,08
2124 Havregryns Riboflavin	0,16	0,08
2124 Havregryns Niacin	1,2	0,6
2124 Havregryns Niacinekviv	2,7	1,2
2124 Havregryns Vitamin B1	0,36	0,16
2124 Havregryns Vitamin B6	0,1	0,04
2124 Havregryns Folat	21	10
2124 Havregryns Fullkorn to	26	12
2124 Havregryns Salt	0,4	0,2
2125 Glasnudlar Disackaride	0,3	0,1
2125 Glasnudlar Energi (kJ)	1266	562
2125 Glasnudlar Energi (kca	303	134
2125 Glasnudlar Aska	1	0,4
2125 Glasnudlar Vatten	24,4	66,4
2125 Glasnudlar Kolhydrate	74	32,9
2125 Glasnudlar Protein	0,1	0,1
2125 Glasnudlar Fibrer	0,4	0,2
2125 Glasnudlar Fett	0,1	0
2125 Glasnudlar Fosfor	28	13
2125 Glasnudlar Jod	36	16
2125 Glasnudlar Järn	1,88	0,84
2125 Glasnudlar Kalcium	23	10
2125 Glasnudlar Kalium	8	4
2125 Glasnudlar Magnesium	3	1
2125 Glasnudlar Natrium	294	131
2125 Glasnudlar Selen	6,8	3
2125 Glasnudlar Zink	0,36	0,16
2125 Glasnudlar Vitamin E	0,11	0,05
2125 Glasnudlar Tiamin	0,11	0,05
2125 Glasnudlar Niacin	0,2	0,1
2125 Glasnudlar Niacinekviv	0,2	0,1
2125 Glasnudlar Vitamin B6	0,03	0,01
2125 Glasnudlar Folat	1	1
2125 Glasnudlar Salt	0,7	0,3
2127 Majsvälling Summa mä	0,9	0,6
2127 Majsvälling Summa enl	0,8	0,5
2127 Majsvälling Summa flei	0,4	0,3
2127 Majsvälling Fettsyra 12	0	0
2127 Majsvälling Fettsyra 14	0	0
2127 Majsvälling Fettsyra 16	0,7	0,5
2127 Majsvälling Fettsyra 18	0,1	0,1
2127 Majsvälling Fettsyra 18	0,8	0,5
2127 Majsvälling Fettsyra 18	0,4	0,3
2127 Majsvälling Fettsyra 18	0	0
2127 Majsvälling Summa tra	0	

2127	Majsvälling Monosackarid	1,5	1
2127	Majsvälling Disackarid	3,6	2,4
2127	Majsvälling Energi (kJ)	273	184
2127	Majsvälling Energi (kcal)	65	44
2127	Majsvälling Aska	0,1	0,1
2127	Majsvälling Vatten	86,2	90,7
2127	Majsvälling Kolhydrat	8,5	5,7
2127	Majsvälling Protein	2,7	1,8
2127	Majsvälling Fibrer	0,3	0,2
2127	Majsvälling Fett	2,2	1,5
2127	Majsvälling Fosfor	75	50
2127	Majsvälling Järn	1,3	0,87
2127	Majsvälling Kalcium	101	65
2127	Majsvälling Kalium	127	76
2127	Majsvälling Magnesium	9	5
2127	Majsvälling Natrium	69	45
2127	Majsvälling Selen	0,7	0,5
2127	Majsvälling Zink	0,28	0,19
2127	Majsvälling Retinolekvid	67	45
2127	Majsvälling Retinol	67	45
2127	Majsvälling Vitamin D	1,72	1,16
2127	Majsvälling Vitamin E	2,09	1,41
2127	Majsvälling Tiamin	0,08	0,05
2127	Majsvälling Riboflavin	0,1	0,07
2127	Majsvälling Vitamin C	10	7
2127	Majsvälling Niacin	0,5	0,3
2127	Majsvälling Niacinekviv	0,8	0,5
2127	Majsvälling Vitamin B1	0,11	0,07
2127	Majsvälling Vitamin B6	0,06	0,04
2127	Majsvälling Folat	5	3
2127	Majsvälling Salt	0,2	0,1
2128	Gröt fullkorn Summa mä	0,9	0,9
2128	Gröt fullkorn Summa enl	0,7	0,7
2128	Gröt fullkorn Summa fler	0,4	0,4
2128	Gröt fullkorn Fettsyra 4:1	0,1	0,1
2128	Gröt fullkorn Fettsyra 12	0	0
2128	Gröt fullkorn Fettsyra 14	0,1	0,1
2128	Gröt fullkorn Fettsyra 16	0,5	0,5
2128	Gröt fullkorn Fettsyra 18	0,2	0,2
2128	Gröt fullkorn Fettsyra 20	0	0
2128	Gröt fullkorn Fettsyra 16	0	0
2128	Gröt fullkorn Fettsyra 18	0,6	0,6
2128	Gröt fullkorn Fettsyra 18	0,3	0,3
2128	Gröt fullkorn Fettsyra 18	0	0
2128	Gröt fullkorn Summa tra	0	0
2128	Gröt fullkorn Kolesterol	4,1	4,1
2128	Gröt fullkorn Monosackarid	0	0
2128	Gröt fullkorn Disackarid	2,1	2,1
2128	Gröt fullkorn Sackaros	0,1	0,1
2128	Gröt fullkorn Energi (kJ)	323	326

2128 Gröt fullkorn	Energi (kcal)	77	78
2128 Gröt fullkorn	Aska	1	1
2128 Gröt fullkorn	Vatten	82	81,8
2128 Gröt fullkorn	Kolhydrater	10,9	11,1
2128 Gröt fullkorn	Protein	3	3
2128 Gröt fullkorn	Fibrer	1	1
2128 Gröt fullkorn	Fett	2,1	2,1
2128 Gröt fullkorn	Fosfor	81	80
2128 Gröt fullkorn	Jod	30	31
2128 Gröt fullkorn	Järn	0,55	0,55
2128 Gröt fullkorn	Kalcium	53	53
2128 Gröt fullkorn	Kalium	107	102
2128 Gröt fullkorn	Magnesium	18	18
2128 Gröt fullkorn	Natrium	208	217
2128 Gröt fullkorn	Selen	0,8	0,8
2128 Gröt fullkorn	Zink	0,51	0,51
2128 Gröt fullkorn	Retinolekval	13	13
2128 Gröt fullkorn	Retinol	10	10
2128 Gröt fullkorn	Vitamin D	0,03	0,03
2128 Gröt fullkorn	Vitamin E	0,15	0,14
2128 Gröt fullkorn	$\beta$ -Karoten	6	6
2128 Gröt fullkorn	Vitamin K	0	0
2128 Gröt fullkorn	Tiamin	0,08	0,08
2128 Gröt fullkorn	Riboflavin	0,06	0,06
2128 Gröt fullkorn	Niacin	0,2	0,2
2128 Gröt fullkorn	Niacinekvivalent	0,7	0,8
2128 Gröt fullkorn	Vitamin B1	0,15	0,15
2128 Gröt fullkorn	Vitamin B6	0,03	0,03
2128 Gröt fullkorn	Folat	6	6
2128 Gröt fullkorn	Fullkorn totalt	9	9
2128 Gröt fullkorn	Salt	0,5	0,5
2133 Pannkaka	$\Sigma$ Summa mä	1	1
2133 Pannkaka	$\Sigma$ Summa enl	3	3,3
2133 Pannkaka	$\Sigma$ Summa fett	1,9	2
2133 Pannkaka	$\Sigma$ Fettsyra 16	0,6	0,6
2133 Pannkaka	$\Sigma$ Fettsyra 18	0,2	0,2
2133 Pannkaka	$\Sigma$ Fettsyra 18	2,9	3,2
2133 Pannkaka	$\Sigma$ Fettsyra 18	1,4	1,5
2133 Pannkaka	$\Sigma$ Fettsyra 18	0,4	0,4
2133 Pannkaka	$\Sigma$ Energi (kJ)	733	747
2133 Pannkaka	$\Sigma$ Energi (kcal)	175	179
2133 Pannkaka	$\Sigma$ Fett	6,7	7
2138 Kebabpizza	Summa mä	3,8	3,7
2138 Kebabpizza	Summa enl	3,8	3,8
2138 Kebabpizza	Summa fett	1,4	1,3
2138 Kebabpizza	Fettsyra 4:6	0,4	0,4
2138 Kebabpizza	Fettsyra 12	0,1	0,1
2138 Kebabpizza	Fettsyra 14	0,5	0,5
2138 Kebabpizza	Fettsyra 16	1,8	1,8
2138 Kebabpizza	Fettsyra 18	0,8	0,8

2138 Kebabpizza Fettsyra 20	0	0
2138 Kebabpizza Fettsyra 16	0,1	0,1
2138 Kebabpizza Fettsyra 18	3,6	3,5
2138 Kebabpizza Fettsyra 18	0,9	0,9
2138 Kebabpizza Fettsyra 18	0,4	0,4
2138 Kebabpizza Summa tra	0,2	0,2
2138 Kebabpizza Kolesterol	17,8	17,4
2138 Kebabpizza Monosackar	1,4	1,3
2138 Kebabpizza Disackaride	0,5	0,5
2138 Kebabpizza Sackaros	0,3	0,3
2138 Kebabpizza Energi (kJ)	809	792
2138 Kebabpizza Energi (kca	193	189
2138 Kebabpizza Aska	1,7	1,7
2138 Kebabpizza Vatten	61	61,8
2138 Kebabpizza Avfall (skal	1	1
2138 Kebabpizza Kolhydrat	17,5	17,1
2138 Kebabpizza Protein	8,1	7,9
2138 Kebabpizza Fibrer	1,5	1,4
2138 Kebabpizza Fett	9,8	9,6
2138 Kebabpizza Fosfor	130	127
2138 Kebabpizza Jod	24	24
2138 Kebabpizza Järn	0,77	0,75
2138 Kebabpizza Kalcium	128	125
2138 Kebabpizza Kalium	185	181
2138 Kebabpizza Magnesium	19	18
2138 Kebabpizza Natrium	358	351
2138 Kebabpizza Selen	2,7	2,6
2138 Kebabpizza Zink	1,14	1,11
2138 Kebabpizza Retinolekvi	46	45
2138 Kebabpizza Retinol	36	35
2138 Kebabpizza Vitamin D	0,04	0,04
2138 Kebabpizza Vitamin E	1,43	1,4
2138 Kebabpizza $\beta$ -Karoten	118	115
2138 Kebabpizza Vitamin K	1	1
2138 Kebabpizza Tiamin	0,1	0,1
2138 Kebabpizza Riboflavin	0,1	0,1
2138 Kebabpizza Vitamin C	4	4
2138 Kebabpizza Niacin	1,6	1,5
2138 Kebabpizza Niacinekviv	3,2	3,1
2138 Kebabpizza Vitamin B1	0,26	0,25
2138 Kebabpizza Vitamin B6	0,11	0,1
2138 Kebabpizza Folat	27	27
2138 Kebabpizza Salt	0,9	0,9
2141 Vit sås mec Summa mä	6,7	6,5
2141 Vit sås mec Summa enl	3,9	3,9
2141 Vit sås mec Summa flei	0,9	1
2141 Vit sås mec Fettsyra 4:(	1	1
2141 Vit sås mec Fettsyra 12	0,3	0,3
2141 Vit sås mec Fettsyra 14	1	1
2141 Vit sås mec Fettsyra 16	2,9	2,9

2141 Vit sås mec Fettsyra 18	1,2	1,2
2141 Vit sås mec Fettsyra 20	0	0
2141 Vit sås mec Fettsyra 16	0,1	0,1
2141 Vit sås mec Fettsyra 18	3,7	3,7
2141 Vit sås mec Fettsyra 18	0,7	0,7
2141 Vit sås mec Fettsyra 18	0,3	0,3
2141 Vit sås mec Summa tra	0,3	0,3
2141 Vit sås mec Kolesterol	29	28,2
2141 Vit sås mec Monosackarid	0	0
2141 Vit sås mec Disackarid	5	4,8
2141 Vit sås mec Sackaros	0	0
2141 Vit sås mec Energi (kJ)	660	652
2141 Vit sås mec Energi (kcal)	158	156
2141 Vit sås mec Aska	1,4	1,4
2141 Vit sås mec Vatten	74,4	75,1
2141 Vit sås mec Kolhydrat	7,8	7,6
2141 Vit sås mec Protein	3,9	3,8
2141 Vit sås mec Fibrer	0,1	0,1
2141 Vit sås mec Fett	12,5	12,4
2141 Vit sås mec Fosfor	98	95
2141 Vit sås mec Jod	44	43
2141 Vit sås mec Järn	0,1	0,1
2141 Vit sås mec Kalcium	119	115
2141 Vit sås mec Kalium	170	164
2141 Vit sås mec Magnesium	13	13
2141 Vit sås mec Natrium	294	286
2141 Vit sås mec Selen	2	1,9
2141 Vit sås mec Zink	0,49	0,48
2141 Vit sås mec Retinolekvin	122	118
2141 Vit sås mec Retinol	110	107
2141 Vit sås mec Vitamin D	0,79	0,77
2141 Vit sås mec Vitamin E	0,82	0,79
2141 Vit sås mec $\beta$ -Karoten	45	44
2141 Vit sås mec Vitamin K	1	1
2141 Vit sås mec Tiamin	0,06	0,05
2141 Vit sås mec Riboflavin	0,14	0,13
2141 Vit sås mec Vitamin C	0	0
2141 Vit sås mec Niacin	0,2	0,2
2141 Vit sås mec Niacinekviv	1,1	1,1
2141 Vit sås mec Vitamin B1	0,38	0,37
2141 Vit sås mec Vitamin B6	0,05	0,05
2141 Vit sås mec Folat	5	5
2141 Vit sås mec Salt	0,7	0,7
2142 Ost- och sk Summa mä	3,6	3,5
2142 Ost- och sk Summa enl	3	3,1
2142 Ost- och sk Summa fler	1	1
2142 Ost- och sk Fettsyra 4:1	0,5	0,5
2142 Ost- och sk Fettsyra 12	0,2	0,1
2142 Ost- och sk Fettsyra 14	0,5	0,5
2142 Ost- och sk Fettsyra 16	1,6	1,6

2142 Ost- och sk Fettsyra 18	0,7	0,7
2142 Ost- och sk Fettsyra 20	0	0
2142 Ost- och sk Fettsyra 16	0,1	0,1
2142 Ost- och sk Fettsyra 18	2,9	2,9
2142 Ost- och sk Fettsyra 18	0,7	0,7
2142 Ost- och sk Fettsyra 18	0,3	0,3
2142 Ost- och sk Fettsyra 20	0	0
2142 Ost- och sk DPA (Fettsy)	0	0
2142 Ost- och sk DHA (Fettsy)	0	0
2142 Ost- och sk Summa tra	0,2	0,2
2142 Ost- och sk Kolesterol	24,8	24,1
2142 Ost- och sk Monosacke	0	0
2142 Ost- och sk Disackaride	4,2	4,1
2142 Ost- och sk Sackaros	0	0
2142 Ost- och sk Energi (kJ)	573	567
2142 Ost- och sk Energi (kca	137	136
2142 Ost- och sk Aska	2,3	2
2142 Ost- och sk Vatten	73,4	74,5
2142 Ost- och sk Kolhydrate	7,5	7,2
2142 Ost- och sk Protein	8,6	8,4
2142 Ost- och sk Fibrer	0,1	0,1
2142 Ost- och sk Fett	8,1	8,1
2142 Ost- och sk Fosfor	153	148
2142 Ost- och sk Jod	53	38
2142 Ost- och sk Järn	0,21	0,2
2142 Ost- och sk Kalcium	163	158
2142 Ost- och sk Kalium	196	188
2142 Ost- och sk Magnesium	17	17
2142 Ost- och sk Natrium	604	481
2142 Ost- och sk Selen	3,3	3,2
2142 Ost- och sk Zink	1,1	1,07
2142 Ost- och sk Retinolekvi	70	68
2142 Ost- och sk Retinol	40	39
2142 Ost- och sk Vitamin D	0,46	0,45
2142 Ost- och sk Vitamin E	0,78	0,76
2142 Ost- och sk $\beta$ -Karoten	36	35
2142 Ost- och sk Vitamin K	0	0
2142 Ost- och sk Tiamin	0,09	0,09
2142 Ost- och sk Riboflavin	0,16	0,15
2142 Ost- och sk Vitamin C	0	0
2142 Ost- och sk Niacin	0,7	0,7
2142 Ost- och sk Niacinekviv	2,5	2,5
2142 Ost- och sk Vitamin B1	0,51	0,5
2142 Ost- och sk Vitamin B6	0,07	0,07
2142 Ost- och sk Folat	6	6
2142 Ost- och sk Salt	1,5	1,2
2147 Ris a la mal Summa mä	1,2	1,2
2147 Ris a la mal Summa enl	0,8	0,8
2147 Ris a la mal Summa flei	0,2	0,2
2147 Ris a la mal Fettsyra 16	0,5	0,5



2147	Ris a la mal Fettsyra 18	0,2	0,2
2147	Ris a la mal Fettsyra 20	0	0
2147	Ris a la mal Fettsyra 18	0,7	0,8
2147	Ris a la mal Fettsyra 18	0,2	0,2
2147	Ris a la mal Fettsyra 18	0,1	0,1
2147	Ris a la mal Disackaride	10,8	10,8
2147	Ris a la mal Sackaros	8	8
2147	Ris a la mal Energi (kJ)	354	358
2147	Ris a la mal Energi (kcal)	85	86
2147	Ris a la mal Aska	1	1
2147	Ris a la mal Vatten	80,9	80,7
2147	Ris a la mal Kolhydrat	13,5	13,7
2147	Ris a la mal Protein	2,2	2,2
2147	Ris a la mal Fiber	0,1	0,1
2147	Ris a la mal Fett	2,3	2,4
2147	Ris a la mal Fosfor	58	58
2147	Ris a la mal Jod	37	37
2147	Ris a la mal Järn	0,07	0,08
2147	Ris a la mal Kalcium	73	74
2147	Ris a la mal Kalium	97	97
2147	Ris a la mal Magnesium	8	9
2147	Ris a la mal Natrium	258	259
2147	Ris a la mal Selen	1,3	1,3
2147	Ris a la mal Zink	0,28	0,28
2147	Ris a la mal Tiamin	0,03	0,03
2147	Ris a la mal Riboflavin	0,08	0,08
2147	Ris a la mal Niacin	0,2	0,2
2147	Ris a la mal Niacinekviv	0,7	0,7
2147	Ris a la mal Vitamin B6	0,04	0,04
2147	Ris a la mal Folat	3	3
2147	Ris a la mal Salt	0,6	0,6
2160	Rödkål med Summa mä	0,4	0,4
2160	Rödkål med Summa enl	1,6	1,7
2160	Rödkål med Summa fler	0,9	1
2160	Rödkål med Fettsyra 12	0	0
2160	Rödkål med Fettsyra 14	0	0
2160	Rödkål med Fettsyra 16	0,2	0,2
2160	Rödkål med Fettsyra 18	0,1	0,1
2160	Rödkål med Fettsyra 16	0	0
2160	Rödkål med Fettsyra 18	1,6	1,7
2160	Rödkål med Fettsyra 18	0,6	0,6
2160	Rödkål med Fettsyra 18	0,3	0,3
2160	Rödkål med Summa tra	0	0
2160	Rödkål med Monosackarid	8,5	8
2160	Rödkål med Disackaride	3,8	3,6
2160	Rödkål med Sackaros	3,8	3,6
2160	Rödkål med Energi (kJ)	386	376
2160	Rödkål med Energi (kcal)	92	90
2160	Rödkål med Aska	2,2	2,1
2160	Rödkål med Vatten	77,9	79,1

2160 Rödkål med Avfall (skal	23	22
2160 Rödkål med Kolhydrat	13,9	13,2
2160 Rödkål med Protein	1,3	1,3
2160 Rödkål med Fibrer	1,9	1,8
2160 Rödkål med Fett	3	3,1
2160 Rödkål med Fosfor	32	30
2160 Rödkål med Jod	70	66
2160 Rödkål med Järn	0,44	0,42
2160 Rödkål med Kalcium	38	36
2160 Rödkål med Kalium	298	236
2160 Rödkål med Magnesium	16	15
2160 Rödkål med Natrium	599	568
2160 Rödkål med Selen	1	0,9
2160 Rödkål med Zink	0,27	0,26
2160 Rödkål med Retinolekvin	28	27
2160 Rödkål med Vitamin D	0,33	0,31
2160 Rödkål med Vitamin E	0,79	0,75
2160 Rödkål med $\beta$ -Karoten	21	20
2160 Rödkål med Tiamin	0,04	0,03
2160 Rödkål med Riboflavin	0,02	0,02
2160 Rödkål med Vitamin C	25	24
2160 Rödkål med Niacin	0,3	0,3
2160 Rödkål med Niacinquin	0,5	0,5
2160 Rödkål med Vitamin B6	0,12	0,11
2160 Rödkål med Folat	13	12
2160 Rödkål med Salt	1,5	1,4
2162 Palsternack Summa mä	0,1	0,1
2162 Palsternack Summa enl	0	0
2162 Palsternack Summa fler	0,3	0,3
2162 Palsternack Fettsyra 16	0,1	0,1
2162 Palsternack Fettsyra 18	0	0
2162 Palsternack Fettsyra 18	0,3	0,3
2162 Palsternack Fettsyra 18	0	0
2162 Palsternack Monosackarid	1,5	1,5
2162 Palsternack Disackarid	2,1	2,1
2162 Palsternack Sackaros	2,1	2,1
2162 Palsternack Energi (kJ)	257	259
2162 Palsternack Energi (kcal)	61	62
2162 Palsternack Aska	1,2	1,7
2162 Palsternack Vatten	82,1	81,5
2162 Palsternack Avfall (skal	25	26
2162 Palsternack Kolhydrat	10,4	10,4
2162 Palsternack Protein	1,5	1,5
2162 Palsternack Fibrer	4,2	4,3
2162 Palsternack Fett	0,6	0,6
2162 Palsternack Fosfor	89	90
2162 Palsternack Jod	0	24
2162 Palsternack Järn	0,66	0,67
2162 Palsternack Kalcium	70	71
2162 Palsternack Kalium	462	391

2162	Palsternack	Magnesium	24	24
2162	Palsternack	Natrium	3	191
2162	Palsternack	Zink	0,47	0,48
2162	Palsternack	Retinolekvi	2	2
2162	Palsternack	Vitamin E	0,77	0,78
2162	Palsternack	β-Karoten	19	19
2162	Palsternack	Tiamin	0,06	0,06
2162	Palsternack	Riboflavin	0,11	0,11
2162	Palsternack	Vitamin C	3	3
2162	Palsternack	Niacin	0,7	0,7
2162	Palsternack	Niacinekviv	0,9	0,9
2162	Palsternack	Vitamin B6	0,06	0,06
2162	Palsternack	Folat	44	45
2162	Palsternack	Salt	0	0,5
2163	Gratängsås	Summa mä	3,7	3,7
2163	Gratängsås	Summa enl	3,3	3,4
2163	Gratängsås	Summa flei	1,1	1,2
2163	Gratängsås	Fettsyra 4:(	0,5	0,5
2163	Gratängsås	Fettsyra 12	0,2	0,2
2163	Gratängsås	Fettsyra 14	0,5	0,5
2163	Gratängsås	Fettsyra 16	1,6	1,6
2163	Gratängsås	Fettsyra 18	0,7	0,7
2163	Gratängsås	Fettsyra 20	0	0
2163	Gratängsås	Fettsyra 16	0	0
2163	Gratängsås	Fettsyra 18	3,2	3,3
2163	Gratängsås	Fettsyra 18	0,8	0,8
2163	Gratängsås	Fettsyra 18	0,3	0,4
2163	Gratängsås	Summa tra	0,2	0,2
2163	Gratängsås	Kolesterol	15,2	14,9
2163	Gratängsås	Monosacke	0	0
2163	Gratängsås	Disackaride	2,3	2,2
2163	Gratängsås	Sackaros	0	0
2163	Gratängsås	Energi (kJ)	536	539
2163	Gratängsås	Energi (kca	128	129
2163	Gratängsås	Aska	1,7	1,7
2163	Gratängsås	Vatten	76,9	77,3
2163	Gratängsås	Kolhydrate	6,8	6,7
2163	Gratängsås	Protein	5,8	5,7
2163	Gratängsås	Fibrer	0,2	0,2
2163	Gratängsås	Fett	8,7	8,9
2163	Gratängsås	Fosfor	117	115
2163	Gratängsås	Jod	48	47
2163	Gratängsås	Järn	0,11	0,11
2163	Gratängsås	Kalcium	157	154
2163	Gratängsås	Kalium	92	89
2163	Gratängsås	Magnesium	12	11
2163	Gratängsås	Natrium	414	406
2163	Gratängsås	Selen	2,3	2,2
2163	Gratängsås	Zink	0,69	0,68
2163	Gratängsås	Retinolekvi	78	77

2163 Gratängsås Retinol	43	42
2163 Gratängsås Vitamin D	0,46	0,45
2163 Gratängsås Vitamin E	0,89	0,88
2163 Gratängsås $\beta$ -Karoten	24	23
2163 Gratängsås Vitamin K	1	1
2163 Gratängsås Tiamin	0,04	0,04
2163 Gratängsås Riboflavin	0,1	0,1
2163 Gratängsås Vitamin C	0	0
2163 Gratängsås Niacin	0,3	0,3
2163 Gratängsås Niacinekviv	1,6	1,5
2163 Gratängsås Vitamin B1	0,35	0,34
2163 Gratängsås Vitamin B6	0,03	0,03
2163 Gratängsås Folat	6	6
2163 Gratängsås Salt	1	1
2174 Korv strogå Summa mä	2,4	2,4
2174 Korv strogå Summa enl	3,6	3,7
2174 Korv strogå Summa flei	1	1
2174 Korv strogå Fettsyra 4:(	0	0
2174 Korv strogå Fettsyra 12	0	0
2174 Korv strogå Fettsyra 14	0,1	0,1
2174 Korv strogå Fettsyra 16	1,4	1,4
2174 Korv strogå Fettsyra 18	0,8	0,8
2174 Korv strogå Fettsyra 20	0	0
2174 Korv strogå Fettsyra 16	0,2	0,2
2174 Korv strogå Fettsyra 18	3,3	3,4
2174 Korv strogå Fettsyra 18	0,7	0,8
2174 Korv strogå Fettsyra 18	0,2	0,2
2174 Korv strogå Fettsyra 20	0	0
2174 Korv strogå Summa tra	0	0
2174 Korv strogå Kolesterol	26,7	26,2
2174 Korv strogå Monosackæ	0,6	0,6
2174 Korv strogå Disackaride	0,3	0,3
2174 Korv strogå Sackaros	0,3	0,3
2174 Korv strogå Energi (kJ)	455	451
2174 Korv strogå Energi (kca	109	108
2174 Korv strogå Aska	2	2
2174 Korv strogå Vatten	79,7	80,1
2174 Korv strogå Avfall (skal	1	1
2174 Korv strogå Kolhydrate	5,5	5,4
2174 Korv strogå Protein	4,6	4,5
2174 Korv strogå Fibrer	0,4	0,4
2174 Korv strogå Fett	7,6	7,6
2174 Korv strogå Fosfor	49	48
2174 Korv strogå Jod	26	25
2174 Korv strogå Järn	0,57	0,56
2174 Korv strogå Kalcium	11	11
2174 Korv strogå Kalium	108	96
2174 Korv strogå Magnesium	11	10
2174 Korv strogå Natrium	674	660
2174 Korv strogå Selen	1	1

2174 Korv strogæ Zink	0,64	0,63
2174 Korv strogæ Retinolekvi	22	22
2174 Korv strogæ Retinol	7	7
2174 Korv strogæ Vitamin D	0,18	0,18
2174 Korv strogæ Vitamin E	0,68	0,67
2174 Korv strogæ ß-Karoten	4	4
2174 Korv strogæ Vitamin K	0	0
2174 Korv strogæ Tiamin	0,06	0,06
2174 Korv strogæ Riboflavin	0,03	0,03
2174 Korv strogæ Vitamin C	1	1
2174 Korv strogæ Niacin	1,2	1,1
2174 Korv strogæ Niacinekviv	2	1,9
2174 Korv strogæ Vitamin B1	0,14	0,14
2174 Korv strogæ Vitamin B6	0,05	0,05
2174 Korv strogæ Folat	4	4
2174 Korv strogæ Salt	1,7	1,7
2190 Matfettsbl: Fullkorn totalt		0
2197 Äggröra u r Summa mä	3,1	3,2
2197 Äggröra u r Summa enl	6,7	7
2197 Äggröra u r Summa flei	2,8	2,9
2197 Äggröra u r Fettsyra 16	2,1	2,2
2197 Äggröra u r Fettsyra 18	0,8	0,8
2197 Äggröra u r Fettsyra 18	6,4	6,7
2197 Äggröra u r Fettsyra 18	2	2,1
2197 Äggröra u r Fettsyra 18	0,5	0,5
2197 Äggröra u r Energi (kJ)	755	773
2197 Äggröra u r Energi (kca	180	185
2197 Äggröra u r Fett	14,4	14,9
2219 Toscaglasyl Summa mä	14,1	14,1
2219 Toscaglasyl Summa enl	16,2	16,2
2219 Toscaglasyl Summa flei	4,2	4,2
2219 Toscaglasyl Fettsyra 4:(	1,5	1,5
2219 Toscaglasyl Fettsyra 12	0,6	0,6
2219 Toscaglasyl Fettsyra 14	2,1	2,1
2219 Toscaglasyl Fettsyra 16	7,1	7,1
2219 Toscaglasyl Fettsyra 18	2,3	2,3
2219 Toscaglasyl Fettsyra 20	0	0
2219 Toscaglasyl Fettsyra 16	0,4	0,4
2219 Toscaglasyl Fettsyra 18	15,3	15,3
2219 Toscaglasyl Fettsyra 18	3,8	3,8
2219 Toscaglasyl Fettsyra 18	0,2	0,2
2219 Toscaglasyl Fettsyra 20	0	0
2219 Toscaglasyl EPA (Fettsy	0	0
2219 Toscaglasyl DPA (Fettsy	0	0
2219 Toscaglasyl Summa tra	0,6	0,6
2219 Toscaglasyl Kolesterol	61,3	61,3
2219 Toscaglasyl Monosackæ	10,2	10,2
2219 Toscaglasyl Disackaride	24,3	24,3
2219 Toscaglasyl Sackaros	23,9	23,9
2219 Toscaglasyl Energi (kJ)	2149	2147

2219	Toscaglasyl Energi (kca	514	513
2219	Toscaglasyl Aska	1,6	1,6
2219	Toscaglasyl Vatten	13,2	13,3
2219	Toscaglasyl Avfall (skal	19	19
2219	Toscaglasyl Kolhydrate	39,6	39,5
2219	Toscaglasyl Protein	7,1	7,1
2219	Toscaglasyl Fibrer	2,4	2,4
2219	Toscaglasyl Fett	36,1	36,1
2219	Toscaglasyl Fosfor	181	180
2219	Toscaglasyl Jod	2	2
2219	Toscaglasyl Järn	1,82	1,81
2219	Toscaglasyl Kalcium	97	97
2219	Toscaglasyl Kalium	257	256
2219	Toscaglasyl Magnesium	92	91
2219	Toscaglasyl Natrium	217	217
2219	Toscaglasyl Selen	1,2	1,2
2219	Toscaglasyl Zink	1,12	1,12
2219	Toscaglasyl Retinolekvi	170	170
2219	Toscaglasyl Retinol	160	160
2219	Toscaglasyl Vitamin D	0,13	0,13
2219	Toscaglasyl Vitamin E	8,07	8,06
2219	Toscaglasyl $\beta$ -Karoten	126	126
2219	Toscaglasyl Vitamin K	0	0
2219	Toscaglasyl Tiamin	0,09	0,09
2219	Toscaglasyl Riboflavin	0,26	0,26
2219	Toscaglasyl Vitamin C	0	0
2219	Toscaglasyl Niacin	1,3	1,3
2219	Toscaglasyl Niacinekviv	2,5	2,5
2219	Toscaglasyl Vitamin B1	0,02	0,02
2219	Toscaglasyl Vitamin B6	0,05	0,04
2219	Toscaglasyl Folat	20	20
2219	Toscaglasyl Salt	0,5	0,5
2255	Mozzarella $\beta$ -Karoten		152
2474	Flytande m Summa mä	9	10
2474	Flytande m Summa enl	27	30
2474	Flytande m Summa flel	37,8	42
2474	Flytande m Fettsyra 16	4	4,4
2474	Flytande m Fettsyra 18	2,9	3,2
2474	Flytande m Fettsyra 18	26,7	29,7
2474	Flytande m Fettsyra 18	31,5	35
2474	Flytande m Fettsyra 18	4,8	5,3
2474	Flytande m Energi (kJ)	2747	3043
2474	Flytande m Energi (kca	656	727
2474	Flytande m Fett	74	82
2510	Hamburgar Summa mä	4,3	4,1
2510	Hamburgar Summa enl	4	3,8
2510	Hamburgar Summa flel	2,3	2,3
2510	Hamburgar Fettsyra 12	0,1	0,1
2510	Hamburgar Fettsyra 14	0,3	0,3
2510	Hamburgar Fettsyra 16	2,2	2,1

2510	Hamburgar Fettsyra 18	1,3	1,3
2510	Hamburgar Fettsyra 20	0	0
2510	Hamburgar Fettsyra 16	0,2	0,1
2510	Hamburgar Fettsyra 18	3,7	3,6
2510	Hamburgar Fettsyra 18	1,9	1,9
2510	Hamburgar Fettsyra 18	0,4	0,4
2510	Hamburgar Fettsyra 20	0	0
2510	Hamburgar DPA (Fettsy)	0	0
2510	Hamburgar Summa tra	0,1	0,1
2510	Hamburgar Kolesterol	26,6	25,1
2510	Hamburgar Energi (kJ)	1008	983
2510	Hamburgar Energi (kca	241	235
2510	Hamburgar Aska	1,9	1,9
2510	Hamburgar Vatten	51,8	53
2510	Hamburgar Kolhydrate	21,4	21,4
2510	Hamburgar Protein	11,4	10,8
2510	Hamburgar Fett	11,8	11,4
2510	Hamburgar Fosfor	130	125
2510	Hamburgar Jod	23	21
2510	Hamburgar Järn	1,2	1,13
2510	Hamburgar Kalcium	66	66
2510	Hamburgar Kalium	194	185
2510	Hamburgar Magnesiur	21	20
2510	Hamburgar Natrium	500	483
2510	Hamburgar Selen	4,4	4,2
2510	Hamburgar Zink	2,41	2,25
2510	Hamburgar Retinolekvi	40	39
2510	Hamburgar Retinol	28	28
2510	Hamburgar Vitamin D	0,4	0,37
2510	Hamburgar Vitamin E	0,83	0,8
2510	Hamburgar $\beta$ -Karoten	32	32
2510	Hamburgar Tiamin	0,09	0,09
2510	Hamburgar Riboflavin	0,12	0,11
2510	Hamburgar Niacin	2,8	2,6
2510	Hamburgar Niacinekviv	4,9	4,7
2510	Hamburgar Vitamin B1	0,54	0,5
2510	Hamburgar Vitamin B6	0,2	0,19
2510	Hamburgar Folat	20	19
2510	Hamburgar Salt	1,3	1,2
2511	Hamburgar Summa mä	3,3	3
2511	Hamburgar Summa enl	3,6	3,4
2511	Hamburgar Summa flel	0,9	0,9
2511	Hamburgar Fettsyra 12	0	0
2511	Hamburgar Fettsyra 14	0,2	0,1
2511	Hamburgar Fettsyra 16	1,7	1,6
2511	Hamburgar Fettsyra 18	1,2	1,1
2511	Hamburgar Fettsyra 20	0	0
2511	Hamburgar Fettsyra 16	0,2	0,1
2511	Hamburgar Fettsyra 18	3,3	3,1
2511	Hamburgar Fettsyra 18	0,7	0,7

2511	Hamburgar Fettsyra 18	0,2	0,2
2511	Hamburgar Fettsyra 20	0	0
2511	Hamburgar DPA (Fettsy)	0	0
2511	Hamburgar Summa tra	0	0
2511	Hamburgar Kolesterol	22,1	20,3
2511	Hamburgar Energi (kJ)	947	918
2511	Hamburgar Energi (kca	226	219
2511	Hamburgar Aska	1,8	1,7
2511	Hamburgar Vatten	51,8	53,1
2511	Hamburgar Kolhydrate	24	24
2511	Hamburgar Protein	11,4	10,8
2511	Hamburgar Fett	8,9	8,4
2511	Hamburgar Fosfor	117	112
2511	Hamburgar Jod	25	23
2511	Hamburgar Järn	1,39	1,31
2511	Hamburgar Kalcium	23	23
2511	Hamburgar Kalium	220	210
2511	Hamburgar Magnesiur	22	21
2511	Hamburgar Natrium	474	455
2511	Hamburgar Selen	4,4	4,1
2511	Hamburgar Zink	2,56	2,38
2511	Hamburgar Retinolekvi	29	28
2511	Hamburgar Retinol	16	16
2511	Hamburgar Vitamin D	0,45	0,43
2511	Hamburgar Vitamin E	0,76	0,73
2511	Hamburgar $\beta$ -Karoten	28	28
2511	Hamburgar Tiamin	0,11	0,11
2511	Hamburgar Riboflavin	0,12	0,11
2511	Hamburgar Niacin	3,3	3,1
2511	Hamburgar Niacinekviv	5,4	5
2511	Hamburgar Vitamin B1	0,52	0,48
2511	Hamburgar Vitamin B6	0,23	0,22
2511	Hamburgar Folat	21	21
2511	Hamburgar Salt	1,2	1,1
2512	Hamburgar Summa mä	3,8	3,6
2512	Hamburgar Summa enl	3,2	3,1
2512	Hamburgar Summa flel	0,8	0,8
2512	Hamburgar Fettsyra 12	0,1	0,1
2512	Hamburgar Fettsyra 14	0,3	0,3
2512	Hamburgar Fettsyra 16	1,9	1,8
2512	Hamburgar Fettsyra 18	1,1	1
2512	Hamburgar Fettsyra 20	0	0
2512	Hamburgar Fettsyra 16	0,1	0,1
2512	Hamburgar Fettsyra 18	2,9	2,8
2512	Hamburgar Fettsyra 18	0,6	0,6
2512	Hamburgar Fettsyra 18	0,2	0,2
2512	Hamburgar Fettsyra 20	0	0
2512	Hamburgar DPA (Fettsy)	0	0
2512	Hamburgar Summa tra	0,1	0,1
2512	Hamburgar Kolesterol	21,4	20,2



2512 Hamburgar Energi (kJ)	980	960
2512 Hamburgar Energi (kca)	234	229
2512 Hamburgar Aska	1,9	1,8
2512 Hamburgar Vatten	49,9	50,8
2512 Hamburgar Kolhydrat	25,7	25,7
2512 Hamburgar Protein	11,3	10,9
2512 Hamburgar Fett	9	8,7
2512 Hamburgar Fosfor	139	135
2512 Hamburgar Jod	19	17
2512 Hamburgar Järn	1,14	1,09
2512 Hamburgar Kalcium	80	80
2512 Hamburgar Kalium	195	188
2512 Hamburgar Magnesium	22	22
2512 Hamburgar Natrium	453	439
2512 Hamburgar Selen	4,1	3,9
2512 Hamburgar Zink	2,16	2,04
2512 Hamburgar Retinolekvi	44	43
2512 Hamburgar Retinol	34	34
2512 Hamburgar Vitamin D	0,38	0,36
2512 Hamburgar Vitamin E	0,73	0,7
2512 Hamburgar $\beta$ -Karoten	38	38
2512 Hamburgar Tiamin	0,12	0,12
2512 Hamburgar Riboflavin	0,13	0,13
2512 Hamburgar Niacin	2,7	2,6
2512 Hamburgar Niacinekviv	4,8	4,6
2512 Hamburgar Vitamin B1	0,5	0,47
2512 Hamburgar Vitamin B6	0,2	0,19
2512 Hamburgar Folat	23	23
2512 Hamburgar Salt	1,1	1,1
2513 Basmatiris Summa mä	0,1	0,1
2513 Basmatiris Summa enl	0,1	0,1
2513 Basmatiris Summa flei	0,1	0,1
2513 Basmatiris Fettsyra 16	0	0,1
2513 Basmatiris Fettsyra 18	0	0
2513 Basmatiris Fettsyra 20	0	0
2513 Basmatiris Fettsyra 18	0,1	0,1
2513 Basmatiris Fettsyra 18	0,1	0,1
2513 Basmatiris Fettsyra 18	0	0
2513 Basmatiris Disackaride	0,1	0,1
2513 Basmatiris Sackaros	0,1	0,1
2513 Basmatiris Energi (kJ)	499	505
2513 Basmatiris Energi (kca)	119	121
2513 Basmatiris Aska	1,1	1,1
2513 Basmatiris Vatten	69,8	69,5
2513 Basmatiris Kolhydrat	25,5	25,8
2513 Basmatiris Protein	3,1	3,1
2513 Basmatiris Fiber	0,2	0,2
2513 Basmatiris Fett	0,3	0,3
2513 Basmatiris Fosfor	34	35
2513 Basmatiris Jod	46	46

2513 Basmatiris Järn	0,14	0,14
2513 Basmatiris Kalcium	7	7
2513 Basmatiris Kalium	26	23
2513 Basmatiris Magnesium	9	9
2513 Basmatiris Natrium	361	366
2513 Basmatiris Selen	4,7	4,7
2513 Basmatiris Zink	0,5	0,51
2513 Basmatiris Tiamin	0,04	0,04
2513 Basmatiris Riboflavin	0,01	0,02
2513 Basmatiris Niacin	0,4	0,4
2513 Basmatiris Niacinekviv	0,9	0,9
2513 Basmatiris Vitamin B6	0,08	0,08
2513 Basmatiris Folat	2	2
2513 Basmatiris Salt	0,9	0,9
2514 Jasminris k Summa mä	0	0
2514 Jasminris k Summa enl	0,1	0,1
2514 Jasminris k Summa flei	0,1	0,1
2514 Jasminris k Fettsyra 16	0	0
2514 Jasminris k Fettsyra 18	0	0
2514 Jasminris k Fettsyra 18	0,1	0,1
2514 Jasminris k Fettsyra 18	0,1	0,1
2514 Jasminris k Fettsyra 18	0	0
2514 Jasminris k Monosackarid	0	0
2514 Jasminris k Disackarid	0	0
2514 Jasminris k Sackaros	0	0
2514 Jasminris k Energi (kJ)	493	473
2514 Jasminris k Energi (kcal)	118	113
2514 Jasminris k Aska	1,1	1,1
2514 Jasminris k Vatten	70,2	71,4
2514 Jasminris k Kolhydrat	26	25
2514 Jasminris k Protein	2,5	2,4
2514 Jasminris k Fett	0,2	0,2
2514 Jasminris k Fosfor	23	22
2514 Jasminris k Jod	46	44
2514 Jasminris k Järn	0,01	0,01
2514 Jasminris k Kalcium	1	1
2514 Jasminris k Kalium	19	16
2514 Jasminris k Magnesium	4	3
2514 Jasminris k Natrium	361	347
2514 Jasminris k Zink	0,53	0,51
2514 Jasminris k Tiamin	0,01	0,01
2514 Jasminris k Riboflavin	0,01	0,01
2514 Jasminris k Niacin	0,2	0,2
2514 Jasminris k Niacinekviv	0,7	0,6
2514 Jasminris k Vitamin B6	0,15	0,14
2514 Jasminris k Folat	3	2
2514 Jasminris k Salt	0,9	0,9
2515 Ris långkor Summa mä	0	0
2515 Ris långkor Summa enl	0,1	0,1
2515 Ris långkor Summa flei	0,1	0,1

2515	Ris långkor Fettsyra 16	0	0
2515	Ris långkor Fettsyra 18	0	0
2515	Ris långkor Fettsyra 18	0,1	0,1
2515	Ris långkor Fettsyra 18	0,1	0,1
2515	Ris långkor Fettsyra 18	0	0
2515	Ris långkor Monosackar	0	0
2515	Ris långkor Sackaros	0	0
2515	Ris långkor Energi (kJ)	490	470
2515	Ris långkor Energi (kcal)	117	112
2515	Ris långkor Aska	1,1	1,1
2515	Ris långkor Vatten	70,2	71,4
2515	Ris långkor Kolhydrat	25,6	24,5
2515	Ris långkor Protein	2,6	2,5
2515	Ris långkor Fibrer	0,3	0,3
2515	Ris långkor Fett	0,2	0,2
2515	Ris långkor Fosfor	45	43
2515	Ris långkor Jod	46	44
2515	Ris långkor Järn	0,01	0,01
2515	Ris långkor Kalcium	1	1
2515	Ris långkor Kalium	18	15
2515	Ris långkor Magnesium	3	3
2515	Ris långkor Natrium	361	347
2515	Ris långkor Zink	0,43	0,42
2515	Ris långkor Tiamin	0,01	0,01
2515	Ris långkor Riboflavin	0,01	0,01
2515	Ris långkor Niacin	0,2	0,2
2515	Ris långkor Niacinekviv	0,6	0,6
2515	Ris långkor Vitamin B6	0,11	0,11
2515	Ris långkor Folat	2	2
2515	Ris långkor Salt	0,9	0,9
2516	Ris långkor Summa mä	0,1	0,1
2516	Ris långkor Summa enl	0,1	0,1
2516	Ris långkor Summa fler	0,1	0,1
2516	Ris långkor Fettsyra 16	0,1	0,1
2516	Ris långkor Fettsyra 18	0	0
2516	Ris långkor Fettsyra 20	0	0
2516	Ris långkor Fettsyra 18	0,1	0,1
2516	Ris långkor Fettsyra 18	0,1	0,1
2516	Ris långkor Fettsyra 18	0	0
2516	Ris långkor Disackarid	0,1	0,1
2516	Ris långkor Sackaros	0,1	0,1
2516	Ris långkor Energi (kJ)	517	538
2516	Ris långkor Energi (kcal)	123	129
2516	Ris långkor Aska	1,2	1,2
2516	Ris långkor Vatten	68,7	67,3
2516	Ris långkor Kolhydrat	26,6	27,8
2516	Ris långkor Protein	2,6	2,7
2516	Ris långkor Fibrer	0,5	0,5
2516	Ris långkor Fett	0,4	0,4
2516	Ris långkor Fosfor	63	65

2516 Ris långkor Jod	47	49
2516 Ris långkor Järn	0,45	0,47
2516 Ris långkor Kalcium	62	65
2516 Ris långkor Kalium	57	53
2516 Ris långkor Magnesium	13	14
2516 Ris långkor Natrium	372	387
2516 Ris långkor Selen	2,4	2,5
2516 Ris långkor Zink	0,27	0,29
2516 Ris långkor Tiamin	0,07	0,07
2516 Ris långkor Riboflavin	0,02	0,02
2516 Ris långkor Niacin	1,6	1,7
2516 Ris långkor Niacinekviv	2	2,1
2516 Ris långkor Vitamin B6	0,1	0,11
2516 Ris långkor Folat	2	2
2516 Ris långkor Salt	0,9	1
2517 Råris fullko Summa mä	0,2	0,2
2517 Råris fullko Summa enl	0,4	0,4
2517 Råris fullko Summa flei	0,4	0,4
2517 Råris fullko Fettsyra 14	0	0
2517 Råris fullko Fettsyra 16	0,2	0,2
2517 Råris fullko Fettsyra 18	0	0
2517 Råris fullko Fettsyra 20	0	0
2517 Råris fullko Fettsyra 18	0,4	0,4
2517 Råris fullko Fettsyra 18	0,4	0,4
2517 Råris fullko Fettsyra 18	0	0
2517 Råris fullko Disackaride	0,2	0,2
2517 Råris fullko Sackaros	0,2	0,2
2517 Råris fullko Energi (kJ)	581	577
2517 Råris fullko Energi (kca)	139	138
2517 Råris fullko Aska	1,6	1,6
2517 Råris fullko Vatten	64,7	65
2517 Råris fullko Kolhydrate	27,4	27,2
2517 Råris fullko Protein	3,6	3,6
2517 Råris fullko Fibrer	1,6	1,6
2517 Råris fullko Fett	1,1	1,1
2517 Råris fullko Fosfor	108	107
2517 Råris fullko Jod	49	49
2517 Råris fullko Järn	0,5	0,5
2517 Råris fullko Kalcium	6	6
2517 Råris fullko Kalium	74	65
2517 Råris fullko Magnesium	44	44
2517 Råris fullko Natrium	392	389
2517 Råris fullko Selen	5,3	5,3
2517 Råris fullko Zink	0,8	0,79
2517 Råris fullko Tiamin	0,13	0,13
2517 Råris fullko Riboflavin	0,02	0,02
2517 Råris fullko Niacin	2,1	2
2517 Råris fullko Niacinekviv	2,7	2,6
2517 Råris fullko Vitamin B6	0,14	0,14
2517 Råris fullko Folat	4	4

2517 Råris fullko Fullkorn to	38	38
2517 Råris fullko Salt	1	1
2518 Snabbris sa Summa mä	0	0
2518 Snabbris sa Summa enl	0	0
2518 Snabbris sa Summa flei	0	0
2518 Snabbris sa Fettsyra 16	0	0
2518 Snabbris sa Fettsyra 18	0	0
2518 Snabbris sa Fettsyra 18	0	0
2518 Snabbris sa Monosacke	0	0
2518 Snabbris sa Disackaride	0	0
2518 Snabbris sa Sackaros	0	0
2518 Snabbris sa Energi (kJ)	852	508
2518 Snabbris sa Energi (kca	204	121
2518 Snabbris sa Aska	0,4	0,2
2518 Snabbris sa Vatten	49,2	69,7
2518 Snabbris sa Kolhydrate	45	26,8
2518 Snabbris sa Protein	4,5	2,7
2518 Snabbris sa Fibrer	0,8	0,5
2518 Snabbris sa Fett	0,1	0,1
2518 Snabbris sa Fosfor	79	47
2518 Snabbris sa Kalcium	6	4
2518 Snabbris sa Kalium	26	14
2518 Snabbris sa Magnesium	8	5
2518 Snabbris sa Natrium	158	94
2518 Snabbris sa Selen	7,3	4,4
2518 Snabbris sa Zink	0,79	0,47
2518 Snabbris sa Tiamin	0,02	0,01
2518 Snabbris sa Riboflavin	0,01	0,01
2518 Snabbris sa Niacin	0,5	0,3
2518 Snabbris sa Niacinekviv	1,2	0,7
2518 Snabbris sa Vitamin B6	0,12	0,07
2518 Snabbris sa Folat	2	1
2518 Snabbris sa Salt	0,4	0,2
2519 Snabbris kc Summa mä	0,1	0
2519 Snabbris kc Summa enl	0,1	0,1
2519 Snabbris kc Summa flei	0,1	0,1
2519 Snabbris kc Fettsyra 16	0,1	0
2519 Snabbris kc Fettsyra 18	0	0
2519 Snabbris kc Fettsyra 18	0,1	0,1
2519 Snabbris kc Fettsyra 18	0,1	0,1
2519 Snabbris kc Fettsyra 18	0	0
2519 Snabbris kc Monosacke	0	0
2519 Snabbris kc Disackaride	0,3	0,2
2519 Snabbris kc Sackaros	0,3	0,2
2519 Snabbris kc Energi (kJ)	855	547
2519 Snabbris kc Energi (kca	204	131
2519 Snabbris kc Aska	1,2	0,8
2519 Snabbris kc Vatten	48,2	66,8
2519 Snabbris kc Kolhydrate	44	28,2
2519 Snabbris kc Protein	4,8	3

2519 Snabbris kc Fibrer	1,5	0,9
2519 Snabbris kc Fett	0,4	0,3
2519 Snabbris kc Fosfor	93	60
2519 Snabbris kc Jod	41	26
2519 Snabbris kc Järn	0,23	0,15
2519 Snabbris kc Kalcium	42	27
2519 Snabbris kc Kalium	89	51
2519 Snabbris kc Magnesium	17	11
2519 Snabbris kc Natrium	325	208
2519 Snabbris kc Zink	0,39	0,25
2519 Snabbris kc Tiamin	0,12	0,08
2519 Snabbris kc Riboflavin	0,01	0,01
2519 Snabbris kc Niacin	2,2	1,4
2519 Snabbris kc Niacinekviv	3	1,9
2519 Snabbris kc Vitamin B6	0,15	0,09
2519 Snabbris kc Folat	3	2
2519 Snabbris kc Salt	0,8	0,5
2520 Tagliatelle : Summa mä	0,7	0,6
2520 Tagliatelle : Summa enl	0,9	0,8
2520 Tagliatelle : Summa flei	0,3	0,2
2520 Tagliatelle : Fettsyra 14	0	0
2520 Tagliatelle : Fettsyra 16	0,5	0,4
2520 Tagliatelle : Fettsyra 18	0,2	0,2
2520 Tagliatelle : Fettsyra 16	0,1	0,1
2520 Tagliatelle : Fettsyra 18	0,8	0,7
2520 Tagliatelle : Fettsyra 18	0,2	0,2
2520 Tagliatelle : Fettsyra 18	0	0
2520 Tagliatelle : Fettsyra 20	0	0
2520 Tagliatelle : Summa tra	0	0
2520 Tagliatelle : Kolesterol	12,9	11,2
2520 Tagliatelle : Energi (kJ)	763	665
2520 Tagliatelle : Energi (kca	182	159
2520 Tagliatelle : Aska	0,5	0,4
2520 Tagliatelle : Vatten	57,2	62,7
2520 Tagliatelle : Kolhydrat	39	34
2520 Tagliatelle : Protein	1,2	1,1
2520 Tagliatelle : Fett	2,1	1,9
2520 Tagliatelle : Fosfor	27	23
2520 Tagliatelle : Jod	19	17
2520 Tagliatelle : Järn	0,36	0,31
2520 Tagliatelle : Kalcium	15	13
2520 Tagliatelle : Kalium	14	11
2520 Tagliatelle : Magnesium	4	3
2520 Tagliatelle : Natrium	151	131
2520 Tagliatelle : Selen	1,7	1,5
2520 Tagliatelle : Zink	0,15	0,13
2520 Tagliatelle : Retinolekvi	15	13
2520 Tagliatelle : Retinol	14	12
2520 Tagliatelle : Vitamin E	0,47	0,41
2520 Tagliatelle : $\beta$ -Karoten	9	7

2520 Tagliatelle	Tiamin	0,01	0,01
2520 Tagliatelle	Riboflavin	0,04	0,03
2520 Tagliatelle	Niacinekviv	0,1	0,1
2520 Tagliatelle	Vitamin B1	0,13	0,12
2520 Tagliatelle	Vitamin B6	0,01	0,01
2520 Tagliatelle	Folat	4	3
2520 Tagliatelle	Summa n-3	0	0
2520 Tagliatelle	Summa n-6	0,2	0,2
2520 Tagliatelle	Salt	0,4	0,3
2521 Pasta glute	Summa mä	0,3	0,2
2521 Pasta glute	Summa enl	0,1	0,1
2521 Pasta glute	Summa flei	0,2	0,2
2521 Pasta glute	Fettsyra 12	0	0
2521 Pasta glute	Fettsyra 14	0	0
2521 Pasta glute	Fettsyra 16	0,2	0,1
2521 Pasta glute	Fettsyra 18	0,1	0,1
2521 Pasta glute	Fettsyra 20	0	0
2521 Pasta glute	Fettsyra 18	0,1	0,1
2521 Pasta glute	Fettsyra 18	0,2	0,2
2521 Pasta glute	Fettsyra 18	0	0
2521 Pasta glute	Disackaride	0,4	0,4
2521 Pasta glute	Sackaros	0,3	0,3
2521 Pasta glute	Energi (kJ)	718	639
2521 Pasta glute	Energi (kca)	172	153
2521 Pasta glute	Aska	0,8	0,7
2521 Pasta glute	Vatten	57	61,8
2521 Pasta glute	Kolhydrate	36,8	32,8
2521 Pasta glute	Protein	3,5	3,1
2521 Pasta glute	Fibrer	1,3	1,2
2521 Pasta glute	Fett	0,6	0,5
2521 Pasta glute	Fosfor	48	43
2521 Pasta glute	Jod	17	16
2521 Pasta glute	Järn	0,96	0,85
2521 Pasta glute	Kalcium	23	20
2521 Pasta glute	Kalium	144	114
2521 Pasta glute	Magnesium	23	20
2521 Pasta glute	Natrium	138	122
2521 Pasta glute	Zink	0,37	0,33
2521 Pasta glute	Vitamin E	0,02	0,02
2521 Pasta glute	Vitamin K	0	0
2521 Pasta glute	Tiamin	0,02	0,02
2521 Pasta glute	Riboflavin	0,02	0,02
2521 Pasta glute	Niacin	0,2	0,1
2521 Pasta glute	Niacinekviv	0,5	0,5
2521 Pasta glute	Vitamin B6	0,03	0,03
2521 Pasta glute	Folat	13	12
2521 Pasta glute	Summa n-3	0	0
2521 Pasta glute	Summa n-6	0,2	0,2
2521 Pasta glute	Salt	0,3	0,3
2522 Pasta 100%	Summa mä	0,1	0,1

2522 Pasta 100% Summa enl	0,2	0,2
2522 Pasta 100% Summa flei	0,4	0,4
2522 Pasta 100% Fettsyra 16	0,1	0,1
2522 Pasta 100% Fettsyra 18	0	0
2522 Pasta 100% Fettsyra 20	0	0
2522 Pasta 100% Fettsyra 18	0,2	0,2
2522 Pasta 100% Fettsyra 18	0,4	0,4
2522 Pasta 100% Fettsyra 18	0	0
2522 Pasta 100% Monosackarid	0,1	0,1
2522 Pasta 100% Disackarid	0,3	0,2
2522 Pasta 100% Sackaros	0,3	0,2
2522 Pasta 100% Energi (kJ)	726	649
2522 Pasta 100% Energi (kcal)	174	155
2522 Pasta 100% Aska	0,6	0,5
2522 Pasta 100% Vatten	57	61,6
2522 Pasta 100% Kolhydrat	36,9	32,9
2522 Pasta 100% Protein	3,3	2,9
2522 Pasta 100% Fibrer	1,4	1,2
2522 Pasta 100% Fett	0,9	0,8
2522 Pasta 100% Fosfor	43	39
2522 Pasta 100% Jod	17	16
2522 Pasta 100% Järn	0,44	0,39
2522 Pasta 100% Kalcium	3	2
2522 Pasta 100% Kalium	70	56
2522 Pasta 100% Magnesium	18	16
2522 Pasta 100% Natrium	136	121
2522 Pasta 100% Selen	2,3	2,1
2522 Pasta 100% Zink	0,37	0,33
2522 Pasta 100% Retinolekvin	2	2
2522 Pasta 100% Vitamin E	0,01	0,01
2522 Pasta 100% $\beta$ -Karoten	11	10
2522 Pasta 100% Tiamin	0,03	0,02
2522 Pasta 100% Riboflavin	0,02	0,02
2522 Pasta 100% Niacin	0,5	0,5
2522 Pasta 100% Niacinekvivalent	0,9	0,8
2522 Pasta 100% Vitamin B6	0,07	0,06
2522 Pasta 100% Folat	4	4
2522 Pasta 100% Summa n-3	0	0
2522 Pasta 100% Summa n-6	0,4	0,4
2522 Pasta 100% Salt	0,3	0,3
2548 Älgkalops ( Summa mä	0,5	0,5
2548 Älgkalops ( Summa enl	1,1	1,2
2548 Älgkalops ( Summa flei	0,6	0,6
2548 Älgkalops ( Fettsyra 12	0	0
2548 Älgkalops ( Fettsyra 14	0	0
2548 Älgkalops ( Fettsyra 16	0,2	0,2
2548 Älgkalops ( Fettsyra 18	0,2	0,2
2548 Älgkalops ( Fettsyra 16	0	0
2548 Älgkalops ( Fettsyra 18	1,1	1,2
2548 Älgkalops ( Fettsyra 18	0,4	0,4



2548 Älgkalops ( Fettsyra 18	0,2	0,2
2548 Älgkalops ( Fettsyra 20	0	0
2548 Älgkalops ( EPA (Fettsy	0	0
2548 Älgkalops ( DPA (Fettsy	0	0
2548 Älgkalops ( Summa tra	0	0
2548 Älgkalops ( Kolesterol	46,5	45,4
2548 Älgkalops ( Monosacke	0,4	0,4
2548 Älgkalops ( Disackaride	0,2	0,2
2548 Älgkalops ( Sackaros	0,2	0,2
2548 Älgkalops ( Energi (kJ)	393	389
2548 Älgkalops ( Energi (kca	94	93
2548 Älgkalops ( Aska	1,4	1,3
2548 Älgkalops ( Vatten	76,7	77,3
2548 Älgkalops ( Avfall (skal	1	1
2548 Älgkalops ( Kolhydrat	2,2	2,1
2548 Älgkalops ( Protein	15,7	15,3
2548 Älgkalops ( Fibrer	0,2	0,2
2548 Älgkalops ( Fett	2,4	2,5
2548 Älgkalops ( Fosfor	147	143
2548 Älgkalops ( Jod	26	25
2548 Älgkalops ( Järn	2,23	2,17
2548 Älgkalops ( Kalcium	8	7
2548 Älgkalops ( Kalium	276	255
2548 Älgkalops ( Magnesium	18	17
2548 Älgkalops ( Natrium	235	229
2548 Älgkalops ( Selen	5,2	5,1
2548 Älgkalops ( Zink	3,18	3,1
2548 Älgkalops ( Retinolekvi	15	15
2548 Älgkalops ( Retinol	1	1
2548 Älgkalops ( Vitamin D	0,17	0,17
2548 Älgkalops ( Vitamin E	0,9	0,88
2548 Älgkalops ( $\beta$ -Karoten	1	1
2548 Älgkalops ( Vitamin K	0	0
2548 Älgkalops ( Tiamin	0,1	0,1
2548 Älgkalops ( Riboflavin	0,21	0,2
2548 Älgkalops ( Vitamin C	0	0
2548 Älgkalops ( Niacin	3,9	3,8
2548 Älgkalops ( Niacinekviv	6,7	6,6
2548 Älgkalops ( Vitamin B1	1,44	1,4
2548 Älgkalops ( Vitamin B6	0,18	0,18
2548 Älgkalops ( Folat	2	2
2548 Älgkalops ( Summa n-3	0	0
2548 Älgkalops ( Summa n-6	0,1	0,1
2548 Älgkalops ( Salt	0,6	0,6
3136 Bulgur koki Summa mä	0,1	0,1
3136 Bulgur koki Summa enl	0,1	0
3136 Bulgur koki Summa flei	0,3	0,1
3136 Bulgur koki Fettsyra 4:(	0	0
3136 Bulgur koki Fettsyra 16	0,1	0
3136 Bulgur koki Fettsyra 18	0	0

3136 Bulgur koki Fettsyra 16	0	0
3136 Bulgur koki Fettsyra 18	0,1	0
3136 Bulgur koki Fettsyra 18	0,3	0,1
3136 Bulgur koki Fettsyra 18	0	0
3136 Bulgur koki Disackaride	0,2	0,1
3136 Bulgur koki Sackaros	0,2	0,1
3136 Bulgur koki Energi (kJ)	828	361
3136 Bulgur koki Energi (kca)	198	86
3136 Bulgur koki Aska	1,1	0,5
3136 Bulgur koki Vatten	48,7	77,7
3136 Bulgur koki Kolhydrate	38,2	16,6
3136 Bulgur koki Protein	6,9	3
3136 Bulgur koki Fibrer	4,3	1,9
3136 Bulgur koki Fett	0,7	0,3
3136 Bulgur koki Fosfor	168	73
3136 Bulgur koki Jod	14	6
3136 Bulgur koki Järn	1,38	0,6
3136 Bulgur koki Kalcium	20	9
3136 Bulgur koki Kalium	230	89
3136 Bulgur koki Magnesium	92	40
3136 Bulgur koki Natrium	120	52
3136 Bulgur koki Selen	1,3	0,6
3136 Bulgur koki Zink	1,08	0,47
3136 Bulgur koki Vitamin E	0,03	0,01
3136 Bulgur koki Tiamin	0,11	0,05
3136 Bulgur koki Riboflavin	0,06	0,03
3136 Bulgur koki Niacin	2,9	1,2
3136 Bulgur koki Niacinekviv	4	1,7
3136 Bulgur koki Vitamin B6	0,11	0,05
3136 Bulgur koki Folat	11	5
3136 Bulgur koki Salt	0,3	0,1
3845 Dinkel spel Summa mä	0,2	0,2
3845 Dinkel spel Summa enl	0,2	0,2
3845 Dinkel spel Summa flei	0,7	0,5
3845 Dinkel spel Fettsyra 16	0,2	0,1
3845 Dinkel spel Fettsyra 18	0	0
3845 Dinkel spel Fettsyra 18	0,2	0,2
3845 Dinkel spel Fettsyra 18	0,7	0,4
3845 Dinkel spel Fettsyra 18	0	0
3845 Dinkel spel Monosackarid	0,5	0,3
3845 Dinkel spel Disackaride	3,4	2,3
3845 Dinkel spel Sackaros	0,6	0,4
3845 Dinkel spel Energi (kJ)	893	604
3845 Dinkel spel Energi (kca)	213	144
3845 Dinkel spel Aska	1,5	1
3845 Dinkel spel Vatten	50,3	66,4
3845 Dinkel spel Kolhydrate	38,8	26,2
3845 Dinkel spel Protein	8	5,4
3845 Dinkel spel Fibrer	5,9	4
3845 Dinkel spel Fett	1,3	0,9

3845 Dinkel spel Fosfor	222	150
3845 Dinkel spel Jod	28	19
3845 Dinkel spel Järn	2,46	1,66
3845 Dinkel spel Kalcium	16	11
3845 Dinkel spel Kalium	215	129
3845 Dinkel spel Magnesium	75	51
3845 Dinkel spel Natrium	223	151
3845 Dinkel spel Selen	6,5	4,4
3845 Dinkel spel Zink	1,81	1,23
3845 Dinkel spel Retinolekvi	0	0
3845 Dinkel spel Vitamin E	0,55	0,37
3845 Dinkel spel $\beta$ -Karoten	3	2
3845 Dinkel spel Niacin	3,8	2,6
3845 Dinkel spel Niacinekviv	5,1	3,5
3845 Dinkel spel Folat	17	12
3845 Dinkel spel Fullkorn to	55	37
3845 Dinkel spel Salt	0,6	0,4
4134 Ägg ekolog Summa mä	3,6	3,6
4134 Ägg ekolog Summa enl	7,9	8,1
4134 Ägg ekolog Summa flei	3,4	3,5
4134 Ägg ekolog Fettsyra 12	0	0
4134 Ägg ekolog Fettsyra 14	0	0
4134 Ägg ekolog Fettsyra 16	2,4	2,4
4134 Ägg ekolog Fettsyra 18	0,9	0,9
4134 Ägg ekolog Fettsyra 16	0,3	0,3
4134 Ägg ekolog Fettsyra 18	7,5	7,7
4134 Ägg ekolog Fettsyra 18	2,4	2,5
4134 Ägg ekolog Fettsyra 18	0,6	0,7
4134 Ägg ekolog Fettsyra 20	0,1	0,1
4134 Ägg ekolog DHA (Fettsy	0,1	0,1
4134 Ägg ekolog Summa tra	0	0
4134 Ägg ekolog Kolesterol	395,7	384,4
4134 Ägg ekolog Monosackar	0,4	0,4
4134 Ägg ekolog Energi (kJ)	842	844
4134 Ägg ekolog Energi (kca	201	202
4134 Ägg ekolog Aska	2,8	2,7
4134 Ägg ekolog Vatten	67,1	68
4134 Ägg ekolog Kolhydrate	0,5	0,4
4134 Ägg ekolog Protein	12,6	12,2
4134 Ägg ekolog Fett	16,8	17
4134 Ägg ekolog Fosfor	194	189
4134 Ägg ekolog Jod	135	131
4134 Ägg ekolog Järn	2,02	1,96
4134 Ägg ekolog Kalcium	58	56
4134 Ägg ekolog Kalium	140	136
4134 Ägg ekolog Magnesium	12	12
4134 Ägg ekolog Natrium	883	858
4134 Ägg ekolog Selen	27,7	26,9
4134 Ägg ekolog Zink	1,34	1,31
4134 Ägg ekolog Retinolekvi	320	311

4134 Ägg ekolog Retinol	256	249
4134 Ägg ekolog Vitamin D	2,28	2,22
4134 Ägg ekolog Vitamin E	7,44	7,23
4134 Ägg ekolog $\beta$ -Karoten	1	1
4134 Ägg ekolog Vitamin K	26	25
4134 Ägg ekolog Tiamin	0,07	0,07
4134 Ägg ekolog Riboflavin	0,42	0,41
4134 Ägg ekolog Niacinekviv	3,2	3,1
4134 Ägg ekolog Vitamin B1	1,88	1,82
4134 Ägg ekolog Vitamin B6	0,08	0,08
4134 Ägg ekolog Folat	60	58
4134 Ägg ekolog Summa n-3	0,2	0,2
4134 Ägg ekolog Summa n-6	1,3	1,3
4134 Ägg ekolog Salt	2,2	2,1
4456 Havtorn Vitamin E	200	3,05
4504 Grönkålssa Protein	2,5	2,4
4505 Kålrotslåda Summa mä	1	1
4505 Kålrotslåda Summa enl	0,8	0,8
4505 Kålrotslåda Summa flei	0,3	0,3
4505 Kålrotslåda Fettsyra 16	0,5	0,5
4505 Kålrotslåda Fettsyra 18	0,2	0,2
4505 Kålrotslåda Fettsyra 18	0,8	0,8
4505 Kålrotslåda Fettsyra 18	0,2	0,2
4505 Kålrotslåda Fettsyra 18	0,1	0,1
4505 Kålrotslåda Summa tra	0	0
4505 Kålrotslåda Energi (kJ)	271	274
4505 Kålrotslåda Energi (kca	65	65
4505 Kålrotslåda Kolhydrate	6,7	6,7
4505 Kålrotslåda Protein	3,6	3,6
4505 Kålrotslåda Fett	2,3	2,3
4505 Kålrotslåda Vitamin K	0	0
4505 Kålrotslåda Niacinekviv	1,4	1,4
4591 Ris rundkoi Summa mä	0	0
4591 Ris rundkoi Summa enl	0,1	0,1
4591 Ris rundkoi Summa flei	0,1	0,1
4591 Ris rundkoi Fettsyra 16	0	0
4591 Ris rundkoi Fettsyra 18	0	0
4591 Ris rundkoi Fettsyra 18	0,1	0,1
4591 Ris rundkoi Fettsyra 18	0,1	0,1
4591 Ris rundkoi Fettsyra 18	0	0
4591 Ris rundkoi Disackaride	0,1	0,1
4591 Ris rundkoi Sackaros	0,1	0,1
4591 Ris rundkoi Energi (kJ)	471	539
4591 Ris rundkoi Energi (kca	112	129
4591 Ris rundkoi Aska	0,8	0,9
4591 Ris rundkoi Vatten	71,6	67,5
4591 Ris rundkoi Kolhydrate	25	28,6
4591 Ris rundkoi Protein	2	2,3
4591 Ris rundkoi Fibrer	0,3	0,4
4591 Ris rundkoi Fett	0,2	0,3

4591	Ris rundkoi Fosfor	30	35
4591	Ris rundkoi Jod	32	37
4591	Ris rundkoi Järn	0,07	0,08
4591	Ris rundkoi Kalcium	1	1
4591	Ris rundkoi Kalium	30	31
4591	Ris rundkoi Magnesium	9	10
4591	Ris rundkoi Natrium	254	291
4591	Ris rundkoi Zink	0,34	0,39
4591	Ris rundkoi Tiamin	0,05	0,06
4591	Ris rundkoi Riboflavin	0,01	0,02
4591	Ris rundkoi Niacin	0,4	0,5
4591	Ris rundkoi Niacinekviv	0,7	0,9
4591	Ris rundkoi Vitamin B6	0,04	0,04
4591	Ris rundkoi Folat	2	2
4591	Ris rundkoi Salt	0,6	0,7